

三友会だより

第49号

平成22年1月30日発行
宮崎市神宮西 1-49-1
TEL : (0985)32-2234
発行者 石川 智信

天使が舞い降りた

石川智信

大晦日の夜、妻は突然外に出た。空を見上げながら顔面に笑みを浮かべて「すごいよ、すごいよ」と私を呼ぶ。駆け寄って一緒に夜空を見上げた。凍てつくように寒いその晩、澄み切った夜空にダイヤモンドがあちらこちらで光り輝いていた。「おばあちゃんの星だね」と懸命に言葉をさがしながらたどたどしく語りかけてきた。昨年逝った母を思い、夜空を見上げようと外に出たらしい。思わず麻痺して動かない右手を握りしめると、その手は暖かく、心の芯まで温もった。

一昨年妻が入院中、母は私の食生活を心配し、病院に泊まり込む時には妻の好きな林檎や梨を細かく切り、一緒に食べるように持たせてくれた。昨年妻が退院するのと入れ替わりに、今度は母が癌の増悪で再入院した。妻は料理を作ることはできなくなっていたが、いつも私や母の傍らで、「大丈夫、大丈夫」と無邪気な笑顔と片言で励ましてくれた。今思えば妻も母も、私一人では背負いきれない辛さを一緒に担ってくれたのだなあ、ただただ感謝するのみである。

元旦の朝玄関先で、いつものように庭先や青空をみやりながら、「いいねえ、ああ本当にいいねえ」と新たな年を迎えることができたことに、自発できる数少ない言葉を繰り返して、心からの喜びの気持ちを表していた。しかしこれは元旦だけのことだけではなく、退院して自宅に戻ってからは、毎朝のように少女のような笑みを浮かべて、生きている喜びを表現している。着替えも入浴も洗濯干しも、すべてに今までの数倍の時間を要するようになったが、つい手伝おうとしてしまう私を、「大丈夫」と制して黙々と作業を続ける。そしていつも、「ごめんね。でも頑張る」と天使のような微笑みを絶やさない。私はどれだけその笑顔に勇気づけられたことだろう。

最近よく思う。私は二度結婚したのかも知れない。しかも二度目の相手は天使だった。天使の周りにはいつもゆったりとした時間が流れている。そして天使の行く先々には穏やかな空気が漂っている。天使を助けようと多くの人々が集まってくるが、いつのまにか人々は癒される側にまわっている。本来支える行為に一方通行はなく、知らず知らずに支える側と支えられる側とが交流し、時に逆転するものであるということ、天使と出会ってあらためて教えられた。時間は、本当はゆっくりと流れているのに、心に欲が出ると急に流れを速める。樹木は四季折々に様相を変えるけれども、その根はいつもしっかりとはやしている。空は曇ったり荒れたりしても、必ず抜けるような碧空に戻っていく。

「ぼちぼちよ」と今日も天使は囁き続ける。私に、そして自分自身に。新しい年の毎日のささやかな営みが、いつか奇跡の日に辿りつくことを信じて。



『ブリヂストン美術館に足を運ぶ』

いしかわ内科

副院長 松本 武敏

趣味というほどではないのですが、美術館に行くことが好きです。旅先では柄にもなく、美術館をさがします。特に、高校時代から通い始めた「ブリヂストン美術館」には、かれこれ30年以上足を運んでいます。

ブリヂストン美術館におかれている絵画の作者は大勢いますが、その中でも好きな画家は、レンブラントと安井曾太郎です。今回は、今年の1月17日まで肖像画展が開かれた安井曾太郎の絵画について感想を記してみます。

私の机の前に置かれている絵ハガキは「薔薇」。花瓶はテーブルにのめりこんでいるような不思議な置かれ方で描かれています。どっしりとして、かつ口に向けて細くなっていく花瓶からあふれ出る色とりどりの豊かなバラには圧倒されます。真黒な背景と相まって、絵画全体としては不思議なことに安定感があります。しっかりとしたタッチで描かれているので、眺めているこちらの気持ちが落ち着いてきます。私自身は、美術館を訪れる、この絵の前にたたくたびに癒されてくるのがよくわかります。

肖像画の中では「玉蟲先生像」。古武士のような硬骨な人柄が一目でわかる絵画です。仙台の第二高校の校長をやめられた時の記念として学校からご本人に贈られるということで描かれました。実際に絵画を描いている際の、モデルと安井曾太郎の写真があるのですが、ご本人は描かれた人物像とまったく違います。絵は「漫画に近い」と評されたこともあるようです。しかし、絵画から醸し出される人物像が、人物の性格を如実に表しているとの評を知った時、この絵画の秀逸さ、安井曾太郎の力量に感心しました。

今回の肖像画展で改めて安井曾太郎の言う「絵画的美しさ」の意味について、考えさせられました。「省略、強調、単純化」というキーワードが、私が安井曾太郎の絵画を好む理由であろう気づきました。これからも、毎年、ブリヂストン美術館での絵画との対話を楽しみながら過ごしていきたいと願っています。



ブリヂストン美術館

(英称: Bridgestone Museum of Art)

東京都中央区京橋にある、西洋美術、日本近代美術を中心とした私立美術館である。財団法人石橋財団が運営している。ブリヂストンの創業者である実業家石橋正二郎の収集した美術品を展示するため、1952年、京橋のブリヂストンビル内に開館した。石橋は昭和のはじめ頃から日本の近代絵画の収集を始め、西洋美術の収集に本格的に乗り出したのは第二次大戦後のことであった。石橋は、戦前にすでに日本にもたらされていた西洋美術のコレクションを、戦後まとまった形で入手し、美術館開館までのわずか数年間に日本有数の西洋美術コレクションを形成した。

フリー百科事典『ウィキペディア (Wikipedia)』より

『ふれあい』

いしかわ内科

事務長 田原 公彦

「ふれあい恐怖症候群」という言葉を始めて知った。仕事は普通にこなせるが、他人との距離のとりかたがわからず、対人関係を結ぶのに恐怖を覚えてしまうという症状らしい。20～30代の社会人に多く、もし嫌われたらどうしようなど、自分が傷つきたくないという心理から、特に1対1の人間関係を避けようとする。また、マニュアル化された事には力を発揮するものの、突発的な問題がおこったときには融通をきかすことができず、臨機応変に対応できない人を言うところ。

なるほど、現代の若者は核家族化により、子供の頃からごく限られた人間とだけ過ごし、テレビゲームやインターネットなど、一人で遊ぶ事が多く、また会社でも電子メールや携帯電話などを通さないと、面と向かっては自己表現ができない人が増えているのかもしれない。しかし、彼らも全く人との関わりを拒否しているのではなく、心の底には人と関わりたい、近づきたいという欲求があるのだが、相手に嫌われるのではないかという傷つくことに対する恐怖心も共存している。(このような心理を「ヤマアラシのジレンマ」とも言うらしい。) いずれにしても、一人でいるのは嫌だけど自分からは誘えない、深い話をして嫌われるのはいやだという現代人特有といえる心理がそこに存在している。

我が国のこの50年間の科学技術の発達は、確かにある面では我々の生活を楽に、そして便利にしてきた。しかし、一方で人とのふれあいを奪ってきたことも事実である。ジュース・タバコの自動販売機から始まって、駅の切符や改札、遊園地の入園券、証明写真にコインランドリー、最近ではガソリンスタンドでも店員と話すこともない。携帯電話や電子メールによるコミュニケーション、インターネットによる通信販売、家から1歩も出なくても生きていける時代になった。

このように人とのふれあいの希薄化が人の本当の幸せなのか、これまでの科学技術の発達は本当に人間を幸せの方向に導いてくれているのか。いろんな評論家や教育者が訴えているように、いつかどこかで見つめなおさなければならないだろう。正月早々こんなことを考えていたら、「ふれあい」(作詞：山川啓介、歌：中村雅俊)という歌を思い出した。

悲しみに出会うたびあの人を思い出す
こんな時そばにいて肩を抱いてほしいと
なぐさめも涙もいらぬさ ぬくもりがほしいだけ
ひとはみな一人では生きてゆけないものだから
(中略)
何気ない心のふれあいが幸せを連れてくる
ひとはみな一人では生きてゆけないものだから



右上肢機能訓練



言語訓練



屋外歩行訓練



万佐子先生奮闘記

万佐子先生が病に倒れ、もう1年以上が経ちます。
現在は、毎日、積極的にリハビリを行い、屋外も一人で歩けるようになりました。また、絵画やピアノ等 いままでやっていなかった趣味活動にも取り組んでいます。今後も皆様方の温かいご支援をお願い致します。

いしかわ内科職員一同



ピアノにも挑戦しています。



万佐子先生
最新作です!!



新年明けまして おめでとうございます。



本年もよろしくお願い致します。

医療法人 社団 三友会 一同



新年明けましておめでとうございます。
今年も相変わらずの顔ぶれの受付ですが、
地域の皆様の為に心の通った対応を心が
けてまいりたいと思います。
本年もよろしくお願い致します。(受付)

在宅介護でお困りのことありま
したらいつでも連絡ください。
今年もよろしくおねがいしま
す。(居宅)



雨(花粉)にも負けず、風(風邪)にも負けず、
インフルエンザにも負けず、今年も笑顔と元気
とピンクのマスクでがんばります。(外来)



新年明けましておめでとうございます。
昨年は、皆様に色々とお世話になり本当
に感謝しております。今年はリハ部だけ
でなく、他の部署の皆様と密に情報交換
をし、しっかりとした連携をとって行け
たらと思っております。今年1年も一生
懸命頑張っていきたいと思しますのでよ
ろしくお願い致します。
(リハビリ)



本年もチームワークを大切にして、頑張っ
ていきたいと思います。皆様方からのご指
導・ご鞭撻の程宜しくお願い致します。
(デイケア)



去年は世の中チェンジの一年でした。
今年も常に利用者様、御家族の方々に寄り
添う心を大切にしてスタッフ一同新しい
ことにトライして行きたいと思います。
(祇園ダイサービス)

皆様が笑顔になれますように、そ
してリハビリの活力に変わる昼食
が提供できましよう、スタッフ
一同頑張ります。今年もよろしくお
願い致します。(厨房)

いしかわ内科文化祭

平成21年11月3日の文化の日に、いしかわ内科文化祭が開催されました。

午前中は、高鍋町の内田医院 内科医師の栗田正弘先生より「いのちをみつめて」というテーマで講演をしていただきました。

栗田先生は、内科医にして浄土真宗の僧侶で、白衣と法衣の違いこそあれ、医師も僧侶も生命と深く関わっておられます。

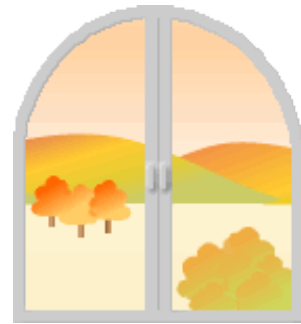
今回、人の生と死に一番近い場所から「いのち」について話をさせていただきました。

【講師紹介】

栗田 正弘 氏

(称専寺副住職 内田医院内科医)

著書：「医者と僧侶 二足のわらじ」 探究社



2階では、デイケア利用者の作品を多数展示しました。どの作品も力作揃いで、文化祭に来られた方も感心して見ておられました。

また、文化祭に合わせて「家族の集い」も行いました。日頃から、介護についての悩みや嬉しかったこと等を話していただき、大変有意義な時間を持つことができました。



いしかわ内科 もちつき大会



年末恒例のいしかわ内科もちつき大会が行われました。年々、つき手が高齢化(?)しているようで、もちつきの後は、腰痛や肩痛の訴えが続出します。本年は、是非若い方の手伝いをお願いしたいものです。



～便利な世の中になったけど～

デイケア 甲斐 俊二

先日、ご利用者のお宅を訪問した際、このような話を聞いた。

自宅前でご主人が転倒してしまい、通りがかりの小学生に助けを求めたところ、急いでその場を立ち去ったとの事であった。

その奥様は、「最近、知らない人に声をかけられたら、知らないふりをするように学校で言われているのだろうね。」と寂しそうに話されていた。

確かに、今 学校では「知らない人から声をかけられても、相手にしないように。」と話をしているようだが、何かすっきりしない気持ちになった。

私の田舎は、小学校に通うのも5kmくらいかかり、行きはずっと下り、帰りはひたすら登るだけという、急峻な道を通学していた。

行きは、走って行けば1時間もかからず着いたが、帰りは道程を考えただけで、歩いて帰るモチベーションがゼロになり、川で遊んだりしながら、2時間以上かけて帰っていた。

そんな時に車が通りがけると、急いで川から上がり、車に乗せてもらえるよう、なにげなく道を歩いていたものだった。車を運転している人を知らなくても、この道の先は私の家のある地区しかないの、なんの躊躇もなく乗せてくれたものだった。

親からも「降りるときはちゃんとお礼を言いなさい。」と言われ、それが普通の事であった。

今、私の田舎でも（というか、田舎の方が敏感かもしれないが）「知らない人の車には、絶対のらないように。」と徹底され、親が送り迎えをしているところがほとんどだと聞く。

今は、田舎の子供の方が歩く事がなく、街の子供の方が歩く事が多いそうだ。この事にも驚くが、子供に「大人を信じるな。」と教えなければいけない今の世の中に驚愕せざるを得ない。確かにいろいろな面で便利になったが、本当にいい世の中なのか改めて考えさせられる出来事だった。

新人紹介

これからも
よろしくおねがいします。

永尾博史（デイケア）

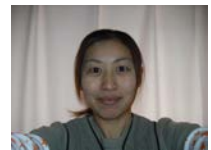
いしかわ内科デイケアでパート務をしている永尾博史です。去の11月末に入職して早くも2カ月が経ちました。わからないことも数多くあり、戸惑いの毎日ですが、利用者の皆様とスタッフの方々の暖かい指導のもと、日々すごしています。ご迷惑をおかけしますが、これからも頑張っていくので、これからもよろしくお願い致します。



松田 章代（厨房）

11月より厨房で働かせていただいています。

調理の仕事は初めてですが皆さんがおいしく食事をしていただける様、頑張りたいと思います。宜しくお願い致します。



黒木美穂（デイケア）

黒木美穂です。子供は男の子と女の子がいます。上の男の子は今中学生になります。デイケアで働くのは初めてなので、なれない事ばかりですが、宜しくお願いします。



リハビリシリーズ

その2:五十肩について

40～60歳くらいの方に多く発症します。症状としては肩を動かす時の痛みが特徴です。特に腕を上げる時や、頭の後ろ・腰に手を回すような動きをするときに痛みが増強します。また就寝中に痛くて目が覚めたり、起床時にも痛みが出たりします。原因は肩の骨を覆っている腱板が上下の骨に挟まれたりすることで長年に渡りストレスを受けるためです。その腱板は炎症を引き起こし、やがては硬くなってしまい、ますます肩の動きが制限されてきます。早期からの治療が重要になってきます。

予防方法

一般に1年くらいで自然に治ることが多いといわれています。ただし、治りかけている肩関節に無理な動きをさせてしまえば、治るのにも時間がかかってしまいます。動かなくなるからといって痛みが出るまで無理やり動かすことが治癒能力を阻害させてしまうのです。しかし、ギプスなどで固定して全く動かさないでいることも肩関節の動きを悪くしてしまいますので、重要なことは『肩に負荷をかけず痛みが出ない範囲で動かすこと』です。日頃から肩に痛みが出ない動かし方を学習していきましょう。また、肩を冷やすことも治りを阻害してしまうのでなるべく冷やさないように注意しましょう。

運動方法

【振り子体操】

痛みのない方の手をテーブルや椅子について、体を少し前に倒します。
反対の手で約1kgの重りを持って肩の力を抜いた状態で床に垂直に降ろします。



このような状態で、下記の運動を往復10回1セットとし1日1回を目安に取り組んでいきましょう。
(※力いっぱい動かすのではなく『振る』イメージで)

前後の運動



左右の運動



円を描く



【回旋筋の強化】

肘を曲げた状態で腕を外に開いたり閉じたりを繰り返します。



いしかわ内科

理学療法士 高橋 祐美

※あくまで痛みが出ない範囲で取り組んでいきましょう。

～お知らせ～



いしかわ内科のホームページが出来ました。

アドレスは、

<http://www.sanyu-kai.jp/>

となっております。

是非一度、アクセスしてください。

【編集後記】

いよいよ新しい年がスタートしました。昨年、政権も変わり何か新しい事が始まるそんな感じを抱かせる年でした。どのような変化にせよ、私達にとって住みよい、また安心して暮らせるような社会になって欲しいと節に願わずにはられません。皆様にとっても本年が大変素晴らしい年になるよう祈念いたします。(甲斐)