



三友会だより

第 102 号 令和 5 年 4 月 17 日発行 宮崎市神宮西 1-49-1 TEL (0985)32-2234

<http://www.sanyu-kai.or.jp/> 発行者 石川 智信

リーダーシップとフォロワーシップ

石川智信

4千人以上の応募者からたった 2 名が選ばれる試験。3月 30 日の NHK の番組で宇宙飛行士選抜試験の最終選考過程が放映された。最終選考者はわずか 10 名。3つのグループに分かれて模擬宇宙ステーションで暮らす様子を、24 時間試験官たちにモニタリングされる。月面探査車の模型を組み立てるという課題に協力して向き合う中で、リーダー格が自然に現れる。一方で他者を上手にフォローすることで作業を円滑に進める役割を演じる者もいる。出来上がった車を使って模擬の月面で 3 つのグループがレースを行う。当然順位がつけられるし、中には失格するチームも出る。しかし試験官たちは結果を見ているのではなく、失敗した後の行動を見たり、チームとしてどのようにミッションの達成のために協力し合っているのかなど、過程を重視して評価を行っていた。

最後に初めて日本人として月面に降り立った際の模擬記者会見が英語で行われた。それぞれのスピーチに個性があふれ出ており、いずれも魅力ある楽しいプレゼンテーションであった。私が見る限り 10 名全員が甲乙つけがたい素晴らしい能力の持ち主に見えた。最後に選ばれた 2 人は最年少者 28 歳の女性外科医と、最年長者 48 歳の世界銀行で融資を担当する男性であった。前者はそのリーダーシップが、後者はフォロワーシップが最大の評価点であった。宇宙空間で想定外の事態が起きた際に、自分が何をなすことがチームの能力を最大限に高めることができるのか適正に判断し、行動できる人材だと評価されたようである。宇宙空間という極限の場で求められる能力とは、卓越した個人の能力ではなく、チームの力を最大化できるかどうかであるという試験官の言葉を聞いて合点がいった。

医療法人三友会も発足して 29 年になった。この間創設者である私のリーダーシップは何とも心もとないものであった。特に妻がくも膜下出血に罹患後は、日々の診療だけで精一杯であった。ここまで何とかやってこられたのは、事務長をはじめフォロワーシップに優れたスタッフに恵まれたからだと思う。同時に妻も医師は勤められなくなったが、日々笑顔を絶やさず前を向いて生き続ける姿が、私を勇気付けてくれた。感謝しかない。

しかし私も年を重ね、世代交代の時期を迎えようとしている。この 4 月から息子が三友会の一員に加わった。坂元先生と合わせて常勤医師 3 名の体制となる。外来診療時だけではなく、在宅での療養を余儀なくされた時も寄り添い、希望すれば在宅での看取りも行うことが三友会のポリシーであった。これからもその理念は変わらず、そのミッションを達成するために協力し合える仲間であり続けたいと思う。誰がリーダーシップやフォロワーシップを発揮してくれるのか、これから楽しみに見守っていきたいと思う。



入職のご挨拶

医師 石川 裕太郎

こんにちは。4月からいしかわ内科で勤務することになりました、長男の石川裕太郎です。私はこれまで東京や神奈川県で消化器内科医として急性期医療に携わってきました。3年前に宮崎に帰郷してからは、宮崎大学医学部附属病院、県立宮崎病院で内視鏡治療を中心とした医療活動を行ってきました。

宮崎で診療をしていると、以前よりも人の温かさに触れる機会が増えたように感じます。診療を通じて患者さんやご家族から感謝の言葉を頂けるのは医者冥利に尽きるものです。また、知人・その家族の診察をする機会や、患者さんと同じ出身校の話題で盛り上がることも多くあり、地元に戻ってきたことを実感する日々でした。そういった経験を通じて、地域との関わり合いをもって働くことに楽しさを感じるようになりました。

両親が平成6年（西暦1994年）11月にいしかわ内科を開院し、現在29年目になります。開院当初、私は小学1年生でした。両親は仕事で忙しく訪問診療をしていたこともあり、夜間や休日に呼び出しがあることも多々ありました。その姿を見て、なんて忙しい仕事なのだと子供心に感じていました。しかし、自身が成長するにつれ、人から必要とされているのだと、誇らしい気持ちも持つようになりました。そのような両親の背中を見ていたせいか、自然と私も医師の道を志すようになり、今では両親のように人と人のつながりのある医療ができる医師を目標としています。

今後いしかわ内科で働くにあたり、地域に密着し、患者さんとその家族に寄り添った、温かい診療を心がけていきたいと思っております。そして、これまでいしかわ内科が大切にしてきた、身体的な側面の病気をみるだけでなく、患者さんの心理的・社会的側面にも目を向け、それぞれの価値観や信念を大切にした「ひと」を診る医療を目指していきたいと思っております。

これからどうぞよろしくお願い申し上げます。

〈経歴〉

学歴：大分大学医学部卒業

資格：日本内科学会認定医・消化器病専門医
消化器内視鏡専門医

専門分野：内科一般・消化器内科

所属学会：日本内科学会・日本消化器病学会・
日本消化器内視鏡学会

趣味：テニス



自宅で出来る、ストレッチ

健康くらぶ万智 池ノ上 真奈美

今回は健幸くらぶ万智でも行っている運動の中から、ご自宅でも出来る、『ふくらはぎのストレッチ』をご紹介します。加齢や運動不足により、足首が硬くなると、バランスがとりにくくなったり、腰が痛くなったりする原因になることがあります。この運動をすることにより、怪我の予防や浮腫みの軽減が期待できます。

- ①椅子やテーブル等につかまり足を前後に開きます。
- ②後ろの足は踵を着けた状態で前の膝を曲げます。



美しい「さくら」とともに

通所リハビリテーション 野崎隆司

先日、デイケアのご利用者様が1名お亡くなりになりました。私たちはそのご利用者様と出会いから別れまでの本当に長い時間を共に過ごしました。ご利用者様が苦しいとき、悩んでいるとき、楽しいとき、常に隣で寄り添いながらご家族とともに一緒に乗り越えていきました。私たちは友達以上家族未満ときには家族以上のお付き合いをさせていただきます。お客様に対してのケアをする気持ちから、いつしか家族をケアする気持ちへ自然と変わっていきます。私たちが家族と思いケアしている方が亡くなると私たちも心が沈んでいきます。行き場のない悲しい気持ちを抱えたまま時間が過ぎるのを待ちます。その様なときに私たちはよく写真を見なおします。デイケアではご利用中に沢山の写真を撮ります。笑顔の写真ばかりです。その写真を手にご家族にご挨拶に行く場合もございます。私たちの想像以上にご家族の方は写真を見て涙を流しながら喜ばれ、とても幸せで溢れる時間になります。ぜひ皆さんもご家族と一緒に写真として想いをカタチに残し、話に花を咲かせてください。たまには孫や子供の写真だけではなくご両親やご夫婦の写真も撮ってみてはどうでしょうか、この美しい「さくら」とともに。。



デイサービスにおける看護師の役割

祇園デイサービスセンター 介護福祉士 中河真稔

看護師の働く場所と聞いてパツと思いつくのは、病院やクリニックを想像する人が多いのではないのでしょうか。近年、高齢化率上昇の一途を辿る中で高齢者看護へのニーズはますます高まっていると言えるのではないのでしょうか？そんな中で今回はデイサービスに勤めている看護師について少しお話ししたいと思います。

デイサービスの看護師の役割としては、①健康管理(血圧、脈、体温等のバイタルチェックや、顔色や様子に変わりがないかといった全身状態の観察。入浴可否の判断)、②服薬管理や軽度の処置(薬塗布や創傷処置)があります。高齢者はバイタルサインが安定しても、急に意識レベルが低下し、加齢による身体機能の変化が現れるため健康管理はととても重要です。

またデイサービスは医療現場とは違い医師が常駐していませんので、看護師は小さな変化に気づく観察力も大切であり、必要に応じて病院受診の判断、ご家族やケアマネージャーへの報告等を行っていきます。

デイサービスをご利用される皆様やご家族様とのコミュニケーションを通じて、気になる事や普段と違った様子等があれば気軽にご相談いただければと思います。



新人紹介

山下浩蔵 デイケア 介護福祉士

こんにちは。3月20日からデイケアで介護士として働くことになりました。新卒ということもあり、初めての職場になります。分からないことが多々ありますが、職場の先輩の方々から沢山のアドバイスを頂きながら頑張っていきたいと思います。よろしくお願い致します。

編集後記

4月は新たな出会いと別れの季節でもありますね。新しい環境に心躍らせたり、慣れ親しんだ境遇と離れる寂しさを感じたり、色々な気持ちを胸に抱きながらこの季節を迎えているのではないのでしょうか。出会いによっては新たな自分も発見できます。皆様もこの一年いい出会いが訪れるといいですね。

三友会広報部 N.M