

human

No223

2010/11

医療を通じて人と人とのふれあいを広める
ためにヒューマン(人)と名付けました。



「絆」

救急指定・労災指定病院	さくら総合病院	愛知県丹羽郡大口町新宮1-129 (0587)95-6711(代)
老人保健施設	さくら荘	愛知県丹羽郡大口町新宮1-96 (0587)95-6722
訪問看護ステーション	あすかビレッジ	愛知県丹羽郡大口町新宮1-129(さくら総合病院2F) (0587)95-8623
ヘルパーステーション	あすかビレッジ	愛知県丹羽郡大口町新宮1-129(さくら総合病院2F) (0587)95-8026
居宅介護支援事業所	あすかビレッジ	愛知県丹羽郡大口町新宮1-129(さくら総合病院2F) (0587)95-8027
デイケアセンター	御 嶽	愛知県丹羽郡大口町新宮1-129(さくら総合病院2F) (080)5294-5728
有料老人ホーム	太郎と花子	愛知県丹羽郡大口町新宮1-10 (0587)95-0111



<http://www.ijinkai.or.jp>

E-mail: info@ijinkai.or.jp

日本の食文化

―その②―

院長 小林勝正

食文化を語るには、その前に生活様式を考えるべきであろう。日本人は昔から島国で原材料が乏しく常にその狭い国土を効率よく利用しようとしてきた。『日本の棚田百選』などは、狭い国土を極端なまで効率化を図った結果である。そうして得た食材をいかに効果的に、いかに節約をして使用するかが日本の文化であった。

稲を作る為の水利権で命を落とす人が現れるほど、日本の水稲は貴重であった。歴史的に考えても飢饉によって稲作に障害が現れれば、即、国民の死に繋がった。奈良・平安・鎌倉時代などには飢饉による飢え死にが顕著であったという。それが時代とともに太閤検地

などで均等に評価されるようになった。仏教布教のための僧による「食物の種」の伝来と農業技術が日本にもたらされることによって相当効率が改善された。

そのように伝来された外来種は、やはり僧によって日本全国に広げられた。弘法大師によって広められた農業技術は枚挙に暇がない。サツマイモやインゲン豆(隠元禅師による)、ソラマメなどが最も有名である。寒冷地や山間部の痩せた土地でも栽培できるソバもそうしたルートで開発された。今や低カロリーで健康食と考えられるようなソバでも、元来は稲作の不可能な地域で、人間の主食不足を補うためになくてはならない必要なものとして広ま

ってきた歴史がある。

魚の日干しも大量に獲れた魚の保存方法として発達したものであったが、全く別の効果で逆に栄養価が高くなるということが近年の分析でわかってきた。最初、獲れすぎた魚を日干しして保存した漁民は、全くそんな事を考えていなかったであろう。豆、しょうゆ、味噌の知識も中国から伝来したものであるが、日本で完成の域に達した。そして、そうした調味料が、シルクロードで交易されたようなスパイスとは異なり、今やフランスのシェフから注目されている。なぜならば、食材の保存能力や健康志向にマッチしているからである。

三河武士が最強と言われたのは、岡崎で作られた最高の味噌によるものである、ということとは周知の事実である。すなわち、食材の効率化は国を富ませることに

なる。これも仏教的な流れであるが、朝晩2回食の禅宗の僧侶が空腹に耐えるため、石を懐で抱いて温めたという。これが懐石料理の始まりである。ところが、この懐石料理と大勢が集まって膳を囲む会席料理とが混同されてしまっている。

私は高校時代に臨済宗ではあるが、禅宗のお寺に2ヶ月ほど預けられた。決して素行が悪かった訳ではないが、しつけと勉強のためである。母親はそう考えたが、私は生来勉強が大嫌いである。反面、「郷に入るとは郷に従え」という気持ちは一歩強い。アメリカ人と生活すれば、簡単にアメリカ人になる。東京へ引越せば「慶応出身ですか?」と言われる程すぐさま東京弁がペラペラになる。気取った態度も東京人である。事程左様に禅寺に入った高校生は、当時頭が丸坊主であったために、僧侶にな

りきつた。本堂の拭き掃除、朝4時半からの座禅と読経までは良かった。他の学生さんは、その後自室で午前の勉強である。私は午前のおねんねである。午後になると富士山麓で採れたスイカを自然の湧き水に浸し、それを食するのが非常に楽しみであった。本堂の階段に座って、自分もあたかも勉強していた如く連中に混じって一人前の顔をしてスイカをほおぼった。他の学生さんは、午後もまた自分の勉強に戻るが私には全くその気がない。都合の良いことに、和尚の母親が高齢で同居してみえた。乃木希典大将の妹である。「おばあちゃん、ピンポンやろうか」とおばあちゃんをダシに使い、本堂の庭先でピンポンに興じた。そのお寺で一番覚えたことは、板の間で正座することである。食卓に向かって、座布

団は無く板の間に正座するのである。初めの頃は足が非常に早くしびれ、しびれる前に食事を終わらせねばならないので食事時間が非常に短かった。おかしなものでも板の間に正座をしても、朝昼晩繰り返しているとなんか慣れてくる。足がしびれなくなると共にゆつくりと食事ができるようになった。ただし、お寺である。生臭いものは何も出で採れた野菜であった。お庫裏様が作る畑の食材は朝採りで新鮮そのものである。ピーマンにしてもナスにしてもキュウリまで甘かった。僧侶になりきった私であつたので、後にお寺を訪れた時、お庫裏様から「小林さんがいた時がお寺が一番綺麗だったわ」と褒められた。そりゃあそうでしょう。勉強はほったらかしにして勉強しないためにお寺

の隅々まで磨き上げたのですから。
本来、こうした質素な食生活が日本人の食生活であつたはずだ。それが人間の欲というのは恐ろしいもので、食欲にしても物欲にしても性欲にしても際限がない。しかし、人間としての尊厳として最終的に残るのは知識欲である。芸術を理解し、絵に感動し、音楽に共感する。そうした本能を残す為に、人は本来最低限の食生活で良いはずであつた。どこでどう間違つてしまつたのであろうか。
日本人が憧れるフランスのブランドでエルメスがある。一時期日本人のツアー客がこの店に押し寄せるために店員はシャッターを下ろしたという。日本の文化を本当に理解するのではなく、ただ外国文化に猛進するのも日本人の悪い所である。そのためにフランスのオ

ーギュスト・ロダンの作品を管理する所が日本人には作品を売らないという。ある日本人がロダンの『カレーの市民』の作品を手に入れたがった。しかし、フランス国家は日本人に売ることを認めない。その作品をフランスから別の国に売却し、その国から日本へ渡つたという。その作品は今、名古屋にある。それほどまでに日本人というのは世界から毛嫌いをされる人種ではある。逆の意味では日本人の謙虚さ、質実剛健な国民性、そして「耐える」という文化に畏敬の念を抱いているのではないだろうか。
懐石料理の原点である。我々はそのような良き文化を持ち、それに根ざした食生活をしてきた訳だから、その良き文化にもう一度回帰することを意識した方が良いのではないだろうか。

『慌てなくても大丈夫だよ』

手術室 若松 恵子

私は当院に就職し、手術室勤務になって4年が経ちました。就職した当初は、定期の手術を行うだけで精一杯の日々が続き、緊急手術が入るとものすごく緊張し、慌てることばかりでした。特に印象深いのは、脳神経外科の脳動脈瘤クリッピング手術での出来事です。新人の私は、器械出しに慣れておらず、準備の段階から緊張していました。いよいよ手術が始まりました。頭蓋内は限られたスペースしかなく、それに加え疾患に侵されていない重要な組織・血管・神経を温存し、病巣が生命の危機に直結する部位の近くに存在する為、クリッピング手術は繊細な手術操作が要求されます。そのため、緊張した時間が長時間に及ぶことが多く、手術の進行を把握し、円滑に器械を渡すことが求められます。しかし、私は慣れていないせいもあり、準備が追いつかず、手術の流れについていけませんでした。そして、クリップをかけようとせまった時、緊張から手が震え、1cm弱位の小さなクリップを把持して執刀医になかなか渡すことが出来ませんでした。どうしよう・・・早く渡さなければ・・・気持ちばかりが先行してしまいました。そんな時です。

「慌てなくても大丈夫だから。ひとつひとつ確実にやってくればいいからね」

執刀医がそう声をかけて下さいました。私は、その一言で深呼吸をし冷静になれました。その後は、落ち着いて精一杯器械出しをすることができ、手術は無事終了しました。

当病院は救急患者さんを多く受け入れています。ドクターカー導入により、高速道路などの現場で激しい衝撃を受けた患者さんをいち早く救出し、病院に搬送しています。そのため、救命のための緊急手術をしなければいけないという症例が増えました。

このような症例では、定期の手術と違い、短時間で損傷部位、程度の確認、搬送されてくる状態の把握、既往、禁忌な薬剤の有無など、色々な情報を集めながら予想される手術器械の準備や、部屋作りをするという臨機応変な対応が求められます。しかし、定期の手術予定との調整や、先生や病棟への連絡など慌しく焦ってしまうのが現実です。

そのときに思い出されるのが、先生が言って下さったあの一言です。

忙しく、回りが見えなくなりそうな時も、慌てず言っていた言葉を思い出します。今、4年が経ち後輩を指導していく立場になった私ですが、こうして原稿を書いていて、手術は一人で行うものではなくチームで行なっていくものだと実感し、あの日の先生のように後輩に指導していけるように、日々勉強し頑張っていかなければいけないと思いました。

健康管理相談室から **11月** のお知らせ

テマ：『糖尿病にならないための生活習慣の見直し』

日時：平成22年11月27日土曜日

13:00～14:00

場所：本館1F 外来待合室(外来入り口右側)

講師：三石看護師長 勝野管理栄養士 磯村理学療法士

参加料：無料

お問合せ：受付窓口もしくは医療連携室

(Tel0587-95-0015)



健康を維持し、病気予防のための楽しい教室です。

ご近所の方、ご家族誘い合わせて、お気軽に参加してみませんか？

患者の立場になって気付いたこと

コンドル館1階 准看護師

私は2009年に、正看護師免許取得のための就職・進学目的で、沖縄から愛知県に来ました。住み慣れた土地や親元を初めて離れるため不安でしたが、正看護師になるという目標に向かって頑張ろうと決め、新しい生活を始めました。

学業と仕事の両立は想像以上に厳しく、精神的・肉体的な疲労もありましたが、同じ目標を持つ仲間と学業に励む毎日や、職場での患者さんとの触れ合いは素晴らしい経験となっています。

しかし、ある日体調不良で倒れて負傷し、1泊だけ入院することになりました。幸い大事に至らなかったものの、思いがけない事故へのショックや、学校や職場に迷惑をかけたという情けない気持ちで苦しくなりました。また、普段と逆の「患者」という立場で病室のベッドで横になると、入院費や仕事、学校、家族の事…色々な事を考えてしまい、頭が痛くなりました。病室での安静はとても簡単で患者さんの為だと思い、私は何回か「お部屋で安静にしておいてください」と声をかけたことがあります。しかし病室から出られない、自由であっても自由でない、何もできない、と患者さんにも同じ考えを持つ方が多くいると思います。患者の立場になって初めてその事に気付きました。

また、病棟の看護師の方々には大変お世話になり感謝しています。けれど、相手の目を見て話をして欲しかったです。目が合わないことでわがままを言うてはいけない、余裕がないだろうなと思ってしまい、心の苦しみや悩みを話しかけ辛く感じました。同じ目線で話すことは、相手に関心を示す意思表示になり、話かけていいのかなと思ってもらえるきっかけになると思います。担当医が退院を焦る私に「休むのも勇気!」と言って下さり、気持ちが少し楽になったのを覚えています。コミュニケーションの基本である「相手の目の高さで話をする」という意味を今回の入院で痛感しました。

振り返ると大変な出来事でしたが、とても良い経験になりました。私が目指すのは「思いやりのある看護師」です。患者の立場になり考え、接し、不安や悩みを少しでも解消させられるような看護師を目指したいです。

24時間看護師がいるホームは、安心か!?

さくら総合福祉センター 事務長 前田

ある介護系雑誌に『24時間看護師常駐のホームは、安心か!?!』というテーマで某有料老人ホーム施設長のコラムが載っていました。

その内容を少しご紹介します。『まずいっておきたいのは、ホームは自宅です。』そんな中で『ホームの医療面が気になるなら、看護師が24時間いる、いないよりも、緊急時のバックアップ体制を確認することです。緊急搬送という事態になったとき、看護師がそばについていても、受入れる病院がなければどうにもならない。病院との連携の具体性を確かめ、どういう協力関係にあり、どういう行動をしてくれるのか、この点をしっかり確認してください。看護師が24時間いるというだけで安心してしまって、肝心な点を聞かない人が多いように思います。』という内容でした。要するに看護師の24時間常駐よりも、緊急時のバックアップ体制が重要だということでした。

私どもも有料老人ホームを運営する上で同じように考えています。実際、太郎と花子には24時間看護師が常駐していません。ただし、日中帯には訪問看護師が多く在籍し、いざというときには個人のサービスよりも緊急性を重視してもらっています。夜間帯には、ホームの看護師が24時間オンコール対応を行い救急時の判断を行っています。一見手薄に感じるこの体制には、さくら総合病院の24時間救急体制のバックアップが確約できているから可能になります。医療依存度の高い方にも安心して暮らしていただけるホームの実現を目指しています。

診療科表

平成22年11月1日現在

日	午 前 9:00~12:00										午 後 5:00~7:30									
	外 科	内 科	整形外科	脳神経外科	小児科	皮膚科	耳鼻科	泌尿器科	婦人科	眼科	外 科	内 科	整形外科	脳神経外科	小児科	皮膚科	耳鼻科	泌尿器科	婦人科	眼科
月	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
火	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
水	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
木	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
金	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
土	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
日	○	○	○※1																	

- ※1 休診日もございます。
- 診療時間に関しては、受診されます診療科目により異なります。
 - ご不明な点がございましたら、職員に確認して下さい。
 - 診療日が変更になる場合があります。ご了承下さい。

機関紙 発行 医療法人 医仁会 電話 0587(95)6711(代)

human ヒューマン さくら総合病院 発行年月日 2010年11月1日

No.2223 丹羽郡大口町新宮1129 発行部数 250部