

共に支え、共に生きる。

# はあとぴあ

FOR OUR COMMUNITY & LIFE

絆を強めてくれた  
夫婦の“コートチェンジ”

この人に聞く  
高齢社会の心模様

ペギー葉山

地域情報誌 ● すまいる 企画・編集NOVA出版

VOL

22

2005

画/童話シリーズ「ブレーメンの音楽隊」グリム童話



# 絆を強めてくれた 夫婦の “ゴートチェンジ”



夫（俳優の根上淳さ  
ん）が糖尿病による  
脳梗塞で倒れたのは、  
一九九八年の夏のことでした。

あとからきいたのですが、  
も仕事をつづけていたらいいんです。彼はわたしにそれを告げませんでしたし、当時の主治医の方も、厳しくは注意してくださらなかったようです。「血糖値が二四〇あるんだよ」といわれたのは、十年前のこと。当時のわたしは糖尿病についての知識をほとんど持ち合わせていませんでしたから、その数値が何を意味しているのかを、深刻には考えませんでした。せめてあのととき、もっとよく勉強しておけばよかった、主治医の方から糖尿病のおそろしさをきちんと説明していただきたかった、早く適切な治療を受けておけば

ひとりの人間を介護しつづけていくということは、覚悟していた以上に大変なことでした。甘い考えでできるものではないことを身にしみて感じています。彼は大正時代の男なので、「君がいてよかった」「感謝しているよ」なんて甘い言葉は、決して口にしません。そんな彼が、夜寝る前に薬をのませたり、血糖値を下げるためのインスリンを注射したりしたあとで、「ありがと」「っていつてくれる。わたしが仕事から帰ったときに、夢うつつの状態でも「おかえり」っていつてくれる……。こういう状況になりたいまだからこそ感じる幸せがあるんですね。  
昨年、要介護度が「2」から「4」に上がりました。「2」だったころも、わたしはずっと大きな負担を感じていたんですが、認定の方がいらつしやると、彼は急にシャキッとしてみんなです。人前でみつもめない格好はみせられないという、昔の日本人気質なんでしょうね。「あなたの生年月日は？」という質問にも、きっちり答えることができるんです。普段は「まだらばけ」もあって、生年月日がわからなくなることもあるのに……。」「しば



この人に聞く  
高齢社会の心模様  
ペギー葉山  
Peggy Hayama



☆半 ばやま  
1933年、東京都生まれ。52年（上）、「火の接吻」でテレビ  
1933年、NHKテレビ「歌の広場」で歌った。南国土佐を後  
71.58年、NHKテレビ「歌の広場」で歌った。南国土佐を後  
にして「が反響を呼び、翌年、100万枚を突破。後年、高知県  
の吾妻原入に、学生時代「ラ、ラ、ラ、瓜、みずから作詞  
した。FMの歌。ほか数多くのFM曲を歌った。65年に俳優・  
根上淳と結婚。1児の母。2004年に「歌う看護婦」夫を  
在宅介護。愛と水（水）千日（KAPPA BOOKS）を  
出版。95年度春の紫綬褒章受賞。04年度春の旭日小綬章受賞。  
（社）日本歌手協会副会長。

……などと、いまでも時々悔やみます。  
その年の暮れに退院したあとは、家で介護しています。後遺症の「まだら  
ぼけ」で時々の外れなことをいいますけれど、それにいちいち腹を立てず  
に、軽く受け止めることができるようにもなりました。腎不全で人工透析を  
はじめてからも、もう五年目です。彼は、糖尿病からくる病気を、ほとんど  
経験していると思います。

「どうして在宅介護を選択したのですか？」と、よくきかれます。退院する  
ときには、老人ホームとかケアハウスとか、たくさん施設を紹介してい  
だきました。でもわたしは、住み慣れた自分の家で、大好きな猫たちに囲ま  
れて過ごしてもらうほうが彼のためにはいいんじゃないかって、思ったんで  
す。同居している息子や、わが家で長年お世話になっている運転手の方、わ  
たしの仕事の調整をしてくれる事務所の方々など、サポートしてくれる人が  
周りにいたからこそできた決断だったと思います。彼も、わたしたちの思い  
に伝えるように、がんばってリハビリテーションに取り組んでくれました。  
寝たきりになるかもしれないともいわれたのですが、いまでも杖をついたり  
車椅子に乗ったりして動くことができます。

らく一緒に暮らしてもらって、そういう状態もすべてみてほしい」なんて、  
ずつとそばにいてくれるわたしは思っています。それは現実的には難しいかも  
しませんが、正しい認定のためには、できるだけ細かく、注意深く高齢者  
の様子をみて、介護する側の方々の話もよくきいていただけると、認定さ  
れる方々にはお願いしたいと思っています。

彼が元気だったころを振りかえってみると、まるで夢のようです。二人で  
外国に行ったり、家族三人で笑いあったり。思い出のアルバムをひもとい  
てみて、「こんなこともあったかしら」って、なんだかよその夫婦の写真を  
眺めているみたいです。

でも夫婦の絆は、この七年でいつそう強くなったと思うんです。夫婦生活  
も四十年になりますけれど、そのなかでもっとも濃密な時間を、彼が病気に  
なり、口数も少なくなつたいま、過ごしている……。ちょっと不思議ですが、  
そんなふうに感じています。

毎年五月に開かれる大学のクラス会に出席することが、彼のひとつの目標  
になっていました。食べすぎたり飲みすぎたりしないように見張る役目  
もあって、わたしも付き添います。四十人いたクラスメイトが、ご病  
気だったり、お亡くなりになられたりと、だんだん少なくなつていき  
ます。今年の出席者は、わたしも入れて七人でした。八十歳を超え  
て、みなさん寡黙になられました。夫も三、四年前までは、ひとり  
喋りつづけているくらい元気だったのですが……。二十年くらい前、  
それぞれが夫婦同伴で参加されて、恩師もいらしてと、にぎやかだつ  
たころのクラス会を知っているわたしにとってはさみしい現実です  
が、受け止めなくてはいけないですね。彼も、今後できる限り出席  
していきたいと思っています。クラス会が大好きな人なんです。

四十年前、病気で静養していたわたしのお見舞いに駆けつ  
けてくれたのが、彼でした。それが結婚のきっかけになりました。  
「病氣」が、二人を結びつけてくれたともいえるんです。以来ずつ  
と、わたしは彼にお世話になりつづければなし。芸能界の先輩として、夫と  
して、わたしをリードし、支えつづけてくれた人でした。それがいま  
は、病気の彼をわたしが支えている……。夫婦が「ゴートチェンジ」し  
たのになつて、思っています。



# 口腔衛生の啓蒙活動

## 虫歯予防デイ・イベント 歯ぴぴーすまいる・どう



虫歯はミュータンス菌やラクトバチラス菌などの感染、歯周病も細菌感染による炎症性疾患であることが分かっています。これらの細菌は歯間や歯ぐきにたまった歯垢の中で増殖します。こうした危険因子を減らす為、口の中を清潔に保つ必要性が今日重要視されてきています。

「いつも患者様のそばで」をモットーに、ハートランドしぎさんの訪問歯科診療を担った「さくらデンタルクリニック」。院内に併設され、通院・入院患者様の口腔衛生及び咀嚼機能回復を目指し、日々努力を重ねています。

虫歯予防週間中でもある6月9日、当院デイケアセンターにおいて、口腔衛生意識の更なる向上を目的とした啓蒙イベント「歯ぴぴー すまいる・どう」が催されました。デイケアセンター1階にて行われた講習の様子を紹介します。

口腔衛生に関する話のあと、歯科衛生士による歯磨き指導が行われました。



一見、健康そうな歯ぐきでも、磨いてみたら、血が出てきました。これが歯ぐきの病気のファーストシグナルです。歯ブラシに時々血がついていませんか？ 歯ぐきを手鏡でよく見てみましょう。

### チェックポイント 2

歯の周りの歯ぐきが赤くなっているんか？ 歯ぐきが赤くなると歯と歯の間の歯ぐきが腫れていませんか？

腫れていても、ていねいに傷つけないよう、気をつけて歯磨きをしてください。

この段階までは歯肉炎。歯ぐきの表面だけの病気です。

### チェックポイント 3

腫れた歯ぐきを指で押すと、血膿が出ませんか？

疲れたり、風邪をひいたとき、時々歯ぐきが腫れませんか？ 歯が浮いたり、口臭があると身近な人と言われるようなら注意が必要です。また歯ぐき下がっていませんか？

この段階では歯肉炎。歯ぐきの表面に白いノリのようなものが付着していませんか？ それが歯肉炎の原因となる「プラーク」です。

このプラーク（歯垢）が炎症を引き起こすのです。

明るく、そばにいる誰もが元気をもらえる。気さくで、いつも笑いが絶えません。そんな都築正史先生に、ハートランドしぎさんでの、今の思いをそこはかとなく書き綴っていただきました。



いつまでも自分の歯で食べたい。その願いを実現させるためにも、毎日の口腔衛生は欠かせません。

### 歯ぐきの病気になるお話

6月4日が虫歯予防デイということで、今日は皆様と一緒に口の中の健康に関するお話をさせていただきます。

歯ぐきを自分でチェックして歯周病、いわゆる歯槽膿漏を予防しましょう。歯の病気で一番多いのが虫歯・歯槽膿漏です。歯を失う可能性が一番大きいのがこの歯槽膿漏なんです。

### チェックポイント 1

歯磨きで、歯ぐきから血が出ませんか？

はい！ 不安があれば、勇気を出して、歯科医院で相談しましょう。

では、歯肉炎・歯周病にならない為にはどうしたらよいのでしょうか？ まずは歯磨きです。そして、歯肉炎

私にとってハートランドしぎさんへの赴任は、歯科医としての人生において、ある意味、非常に大きな影響と意識変化をもたらすことになりました。今回、寄稿のご依頼を戴くにあたり、さて何を書けばよいのだろう？と思索した結果、私の赴任した頃について、回想を交えながら感謝を込めて少し書かせていただくと思います。

私が県立奈良医大口腔外科よりハートランドしぎさんに赴任して参りましたのは2004年4月のことでした。当時はまだ院内歯科室から訪問歯科診療への移行期でした。

この地への赴任が決まった時、正直、期待よりも不安が多くありました。これまでの任地の病院は歯科口腔外科を主とし、私の専門分野でもありません。顎関節症専門外来や、咬み合わせを根本的に治す咬合治療、今流行りの審美歯科を中心に診療を行って来たことから、引き継ぎのため前任者から現状を聴くこと、あまりの医療環境の変化に対応出来るのだろうか？と不安に思う日々を過ごした記憶があります。

確かに、それまでも認知症や、寝たきりのお年寄りの患者様の治療の経験もあったのですが、精神疾患の患者様についてはわずかな人で、それも応急処置として治療を行った程度でほとんど未知の世界。その時の心理状態は、かなりいっぱいでした。

しかしながら、いざ診療が始まってみますと、そんな不安を抱えている時間的な余裕もなく、「正面から心を開いて臨めば恐るに足らず」ということが解ってきました。むしろ、表現に遠慮がない分、要求される診療レベルは一般の方よりもかえってシビアな場合も多いのです。その分、治療結果として高い満足が得られ、満面の笑顔で応えて頂ける、度重なる術式の苦勞も報われ、何よりの励みになるのです。

実は昨年夏頃、丁度勤めだして数カ月のことだったのですが、前任地より継続して受診されている方（つまり追っかけて頂いている方です）から何の前触れもなくこんなことを言われました。「先生、前の病院よりいきいきしてるね！」と。

この言葉を聞いて、初めて自分が変わったことに気がつきました。勿論、患者様の立場になって対応することを常に忘れず、日夜頑張ってくれている衛生士をはじめとするスタッフに恵まれたことは言うまでもありません。

今、赴任当時を振り返ってみると、単に食わず嫌いのような先入観で腰が引けていた自分が恥ずかしく思えますと共に、このことが良い教訓となったと感謝しています。

今後ますますより良い訪問診療が出来ればと、スタッフ一同努力して参る所存でございますので、今後ともどうぞよろしくお願い致します。

デイケアセンター3階では、高齢者に向けた歯科衛生士による口腔ケアが行われました。



### 「さくらデンタルクリニック」ドクター紹介

さくらデンタルクリニック  
奈良診療事業部 部長  
都築正史

つづき まさし  
1990年3月岡山大学歯学部卒業。奈良県立医科大学口腔外科医員、麻酔科医員、医療法人新仁会奈良春日病院歯科・口腔外科医長を経て、2004年4月よりさくらデンタルクリニック奈良診療事業部部長。



# Heart flower Column

どうしてわかってくれないの、  
ほんとのわたしを見てくれないの

焦る気持ちを抱えるひとへ ところが枯れて苦しむひとへ  
はあとのコラムを贈ります

診療部長  
織部 裕明



## ビッグスマイル

夏の花の代表は誰がなんと言ってもヒマワリです。そうです。今回のテーマはヒマワリ。中でもビッグスマイルという品種です。ヒマワリを見れば、夏休みに遊びまわった子供の頃が自然と思い出されてきます。夏の熱い太陽に負けずに太陽に向かって咲くヒマワリに元気な明るさを感じるのは、そんな記憶が呼び起こされるためかもしれません。「背の高い、大きなヒマワリを育てたい」この春、そんな思いにとらわれました。ヒマワリのおおらかな明るさは花の色や形もあるけれど、2メートルを超えるあの背の高さにもある。そう思ったからです。今もそう思っています。まずは園芸店に行き、ヒマワリの種を買い求めました。最近ではヒマワリといっても、いろんな種類の種が売っています。その中で一番大きく育ちそうな名前のヒマワリを選びました。それがビッグスマイルだったのです。さっそく植えました。双葉が出て、本葉が出てきます。小学生のときに育てて以来です。その頃のことも懐かしく思い出されたりして、満悦していました。もっと大きくなれ。屋根のひさしに届くくらい大きくなれと。まるで猿蟹合戦のカニです。

ところが、茎の高さが30センチにもならないうちにつぼみがついたのです。そしてそのままの背丈で咲いてしまったのです。アレレ？ どういうことかな？種袋の説明を読みました。そこには「矮性<sup>わいせい</sup>ヒマワリ」と書かれていたのです。つまり背の低い、新種のヒマワリだったのです。背の低さに最初はがっかりしました。しかし見慣れると、妙に可愛らしく存在感があるではありませんか。背が低いと、かえって花が強調され目立ちます。なるほどビッグスマイルという名前がぴったりです。それに背が低いと、玄関や日当たりがよければ室内でもヒマワリを育てることができるのです。障害のために出られない人でも楽しめるのです。人は誰もが何らかの弱点を持っています。コンプレックスを持っています。背が低い、顔が丸い、性格がどうのこうの等々。ビッグスマイルはその背の低さを独自の魅力にしたのです。私たちも弱点やコンプレックスを、逆に自分だけの魅力にすることができるのではないのでしょうか。我が家の狭い玄関で、微笑むようにヒマワリが咲いています。足元のビッグスマイルを見て、私も少しスマイルです。最後に、ヒマワリの花言葉は「あなたはすばらしい」。

精神科というところもあり、電話の内容も様々ですが、常に患者様、ご家族様が何を求めているのかを瞬時に見極め、電話をつないでいくように心掛けております。また、総合受付としての窓口接客では、入職当時、研修をディケアセンターでさせて頂いたお陰か、患者様からよくお声を掛けて頂いております。少しでも気軽に、話しかけ易い雰囲気を作れるよう目を配っております。とは言ってもまだまだ未熟で、お客様をお待たせしてしまうこともありますが……。

受付は、患者様、ご家族様が病院へ足を踏み入れて初めてハートランドの職員と接するところです。第一印象はここで決まる！と言っても過言ではないはず。そんな責任重大な場所を任されているのだと改めて考え直すと、一層気を引き締めて頑張らなれないと痛感いたします。

まだまだ先輩職員の方々の足元にも及びませんが、患者様第一の考えを常に忘れず、安心感を持って頂ける対応に励んで参りたいと思っております。



精神科で働くスタッフ  
VOL.9

小出 裕子

平成15年入職。  
heartland運営管理部  
ゲストセンター勤務。

ハートランドへ入職して早2年が経ちました。現在私は、事務（主に受付、医療事務）をさせて頂いております。入職当時、事務所が余りにも忙しそうにてんやわんややして、医療事務の印象がガラリと変わってしまったことを思い出します。医療事務の資格のない私は全くの素人で、白紙の状態から教えて頂きました。基本的なところは電話対応から。初め、相手方のお名前が聞き取れず何回も聞き返してしまい、気分を害された方もいらつしやいましたが、とにかく恐がらず、掛かってくる電話は全て私が取る、そんな気持ちで対応していると、いつの間にか聞き取れるようになり、スムーズな応対が出来るようになりました。

精神科ではさまざまな専門職が連携し、利用者の生活をサポートしています。このコーナーではスタッフたちの生の声をお伝えいたします。

## SHIGISAN TOPICS

# 病気を癒す環境～Healing Environment

医師やコメディカルスタッフによる治療と同様、病気を癒す環境“ Healing Environment ”が患者様やご家族様の気持ちを穏やかに、そして安らかにするとともに大切な要因であると考えております。毎年、信貴山病院グループでは接遇マナー・環境改善に対して最も積極的に取り組んだ部署を表彰し、より美しく、落ち着いた環境を提供できるよう、全スタッフが丸となって努めております。2005年のThe Best of Healing Environment(ザ ベスト オブ ヒーリング エンヴァイロメント)に輝いたのは、ハートランドしぎさん看護部西2病棟、そして上野病院運営管理部運営整備サービスの皆様です。(前号「マネージメントラナー2005」に引き続き受賞者を紹介いたします。)



表彰  
The Best of  
Healing Environment  
上野病院  
運営整備サービス

縁の下の力持ち! 彼らの清き心と真摯な態度が、この上野病院を守っています。

受賞の言葉  
新病院完成、移転開院という輝かしい門出と時を同じく、このような晴れがましい賞を頂きましたこと、スタッフ一同、驚きと感激の極みでございます。今回の受賞をバネに、更なる研鑽を重ねまして、建物・設備の維持管理、環境整備に努め、微力ながら入院患者様他、皆様が快適に上野病院をご利用いただけるよう、又病院と共に地域の発展に寄与いたしたく、決意を新たに職務に邁進する所存でございます。



表彰  
The Best of  
Healing Environment

ハートランドしぎさん西2病棟  
(精神科一般病棟)

精神疾患に加え身体疾患を持っておられる患者様が多く入院されている西2病棟。知識・技術が求められる中、看護のプロとしての自覚と共に、人を思いやる優しさが溢れる病棟。全てのスタッフがいつも笑顔で迎えてくれる。当院自慢の看護部ナースです。



受賞の言葉

改めて荣誉ある賞を頂き、お礼申し上げます。今回頂いた賞に値した要因について、はっきりした評価点は分かりません。ただ、療養環境に対するスタッフの思いを評価して頂いたのではないかと思います。

心身共に痛み、療養されている患者様に対し、何が必要なのかを改めて考え、一人ひとりに合った環境作りへとスタッフ一同努力していきたいと思っております。

西2病棟は、入院病棟の1つでもあり、入院されて間もない患者様、長期にわたり入院されている患者様、と種々です。本来、療養環境は個々の患者様に適したものが望ましいのですが、集団で療養されている為、困難な部分もあつます。

病棟目標として“ 専門職業人として療養環境を整え個別性をもった看護、介護計画と実践 ”を掲げ、スタッフ各々が行動しています。

その1つとして面会の為来院される方を迎える受付カウンターには、毎日スタッフによって生けられた花が鮮やかにお迎えし、患者様だけでなく、ご家族様への配慮も心掛けています。

今後の課題としては、目に見える環境だけでなく、目に見えない環境を、専門職として心の環境整備を今以上に整えられる様、スタッフ一人ひとりが患者様の気持ちを常に考えられる看護を行って参りたいと思っております。

## ハートランドしぎさん

デイ、デイナイト・ケアセンター（通所リハビリ）

〒636-0815奈良県生駒郡三郷町勢野北4-13-1

診療科目●心療内科・精神科・内科・神経内科・皮膚科・放射線科・歯科

TEL: 0745-72-5006（入院相談専用フリーダイヤル0120-806300）

在宅介護支援センター（三郷町委託）

TEL: 0745-72-6697

老人性痴呆疾患センター（奈良県指定）

TEL: 0745-31-3345

ハローケア訪問看護ステーションしぎさん

TEL: 0745-73-2360

ハローケア訪問看護ステーション香芝

〒639-0225奈良県香芝市瓦口2180グランメール香芝202号

TEL: 0745-71-2300

## ハートランドケア学園前

〒631-0036奈良県奈良市学園北1-13-10

TEL: 0742-51-4111

しぎさんメンタルクリニック学園前

診療科目●心療内科・精神科

TEL: 0742-51-4111

デイケアセンター

TEL: 0742-51-5700

ハローケア訪問看護ステーション学園前

TEL: 0742-51-4112

## しぎさんメンタルクリニック王寺

〒636-0002奈良県北葛城郡王寺町王寺2-6-1

診療科目●心療内科・精神科・内科・神経科

TEL: 0745-31-1000

在宅介護支援センター（王寺町委託）

TEL: 0745-33-5050

精神障害者支援センター「クローバー」

TEL: 0745-33-5550

## 分院 上野病院

デイ、デイナイト、ナイト・ケアセンター（通所リハビリ）

〒518-0823 三重県伊賀市四十九町2888

診療科目●精神科・神経科・心療内科

TEL: 0595-21-5010

ハローケア訪問看護ステーション緑ヶ丘

TEL: 0595-21-5235

ハローケア訪問看護ステーション桔梗

〒518-0625三重県名張市桔梗ヶ丘5-2-1永尾ビル2F

TEL: 0595-67-2080

## メンタルクリニック名張

〒518-0613三重県名張市上小波田1808-1 名張プラザホテル3F

診療科目●心療内科・精神科

TEL: 0595-67-1380

デイケアセンター（痴呆老人対応）

TEL: 0595-65-1311

## しぎさんナースカレッジ（信貴山看護専門学校）

TEL: 0745-73-6600

<http://www.shigisan.ac.jp>



信貴山病院グループ経営理念

常に患者さまと向き合い  
患者さまの立場に立ち、  
その場、その時に応じた  
最良の医療サービスを提供する。

[発行所]

## 財団法人 信貴山病院

〒636-0815

奈良県生駒郡三郷町勢野北4-13-1

Tel.0745-72-5006

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