



医療法人碧水会
汐ヶ崎病院

さざなみ

令和 6 年
冬季号
第 75 号

〒311-1115 茨城県水戸市大串町 715 番地
TEL (029) 269-2226 FAX (029) 269-4387
<https://shiogasaki.net>



雪椿
いくたびとなく人声す

写真：坂本 伸一郎
俳句：中村 恭子

目次

contents

- 表紙・目次 … 1P
- 年頭挨拶 … 2P
- 院長の本棚 … 3P
- 学会報告
 - 日本児童青年精神医学会 … 4P
 - 日本作業療法学会 … 5P
- レク行事紹介 … 6P
- スタッフルーム・
 - 新任職員紹介 … 7P
- 診療案内・
 - 汐ヶ崎ガーデン・
 - 表紙解説・編集後記 … 8P

基本理念

わたしたちは、こころを病む方や家族の皆様にご安心いただけるよう、よりよい精神科医療を提供し、地域に信頼される病院をめざします。

年頭挨拶

令和6年の年頭に当たり、ご挨拶申し上げます。

令和2年からの4年間は感染症に翻弄され続けました。新型コロナからインフルエンザと、息つく暇もありませんでした。皆さまも、数々の影響をお受けになったことと思います。また、ご本人が感染した、という方も多くおいででしょう。

旧年中は、4月に新型コロナウイルス感染症がインフルエンザと同等の5類となり、感染情報は全数把握から定点観測となりました。その後、茨城県では、夏頃に大きな流行ピークが見られましたが、秋口にはおさまり、むしろインフルエンザがその減少に呼応するかのよう流行し始めました。4年ぶりのインフルエンザは子どもさんを中心に流行したようで、学級閉鎖なども数多く実施されています。でも、従来インフルエンザの流行時期はこれからです。油断はまだ出来ません。また、新型コロナもまたいつ流行の再燃があるか分かりません。感染対策緩和の流れが強くなってはいますが、令和6年度も感染症に常に心配りしつつ生活することが求められそうです。

さて、令和6年を迎えた元旦早々に甚大な被害をもたらした能登半島地震が起こりました。その翌日には羽田の飛行機事故もあり、今年は一休どのようなるのか、と暗澹たる気持ちになってしまいました。でも、それでも本年がより良い年となるよう祈らずにはられません。どうか今年が干支の龍にあやかって、よい年になりますように。



令和6年1月吉日
医療法人碧水会汐ヶ崎病院
院長 高沢 彰

新年明けましておめでとうございます。

昨年、5類に移行された新型コロナウイルス感染症についてですが、院内クラスターを発生することなく1年を終えることができました。常日頃からの感染症対策や研修が実践にいかされたと思います。また地域の皆様には、感染症の流行に伴い、面会の制限や来院に際しマスクの着用など病院のお願いに、ご協力頂き感謝いたします。この場をお借りしお礼申し上げます。

よく報道を目にした虐待・暴力事件について、看護は人対人です。常に相手を思いやり、関心を持ち続け、相手のもっている力を信じるのが大切です。人と人の温かい関係の中で、患者さんは回復し、看護師は成長していきます。関係性を構築する能力は、知識や技術だけではなく、私たちのこれまでの体験や感情、パーソナリティなどが援助場面では活用されます。よりよい援助を行うために、私たち自身が、自己の傾向やコミュニケーションの傾向、思考の傾向など、自己理解することが大切です。引き続き、良心に基づいた質の高いケアを提供できるよう、患者さんを、自分を、家族を、働く仲間を大切にする「病院」そのような職場風土の醸成に取り組んでいきます。

最後に、看護実習生の受け入れや職場見学を随時受け付けています。看護師を目指す学生の教育研修や、一緒に働く仲間の確保、育成にさらに力を入れて取り組んでいきたいと考えています。

本年もどうぞよろしくお願ひします。



令和6年1月吉日
医療法人碧水会汐ヶ崎病院
看護部長：人見 和宏



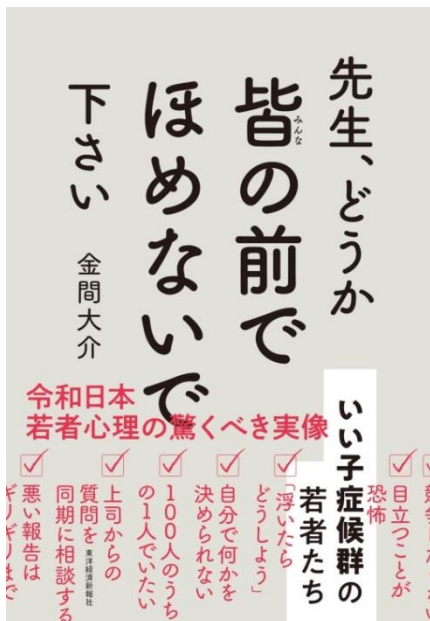
「先生、どうか皆^{みんな}の前で
ほめないで下さい」

～いい子症候群の若者たち～

金間 大介 著

著者は大学で教育に携わっている方で、モチベーションの研究もされているとのこと。大学生の世代、いわゆるZ世代の若者たちの特性をデータを元にまとめています。Z世代とは、1990年代後半から2012年頃に生まれた、現在10台から20台前半の若者を指す「世代」用語です。著者の金間先生は「いい子症候群」と名付けています。

データに裏打ちされた、今の若者たちの心性がよく見えてくる本です。感想を述べるより、目次を並べた方が内容が想像できると思いますので、そのまま掲載します。



- 第1章 先生、どうか皆の前でほめないで下さい
— 目立ちたくない若者たち
- 第2章 成功した人もしない人も平等にして下さい
— 理想はどんな時でも均等分配
- 第3章 自分の提案が採用されるのが怖いです
— 自分で決められない若者たち
- 第4章 浮いたらどうしよういつも考えてます
— 保険に保険をかける人間関係
- 第5章 就職活動でも発揮されるいい子症候群
— ひたすら安定を求めて
- 第6章 頼まれたら全然やるんですけどね
— 社会貢献へのゆがんだ憧れ
- 第7章 自分にはそんな能力はないので
— どこまでも自分に自信のない若者たち
- 第8章 指示を待つだけなんですけど
— 若者たちの間に広がる学歴社会志向とコネ志向
- 第9章 他人の足を引っ張る日本人
— 若者たちが育った社会
- 第10章 いい子症候群の若者たちへ
— 環境を変える、自分を変える



私は新聞で出版広告を見て、興味を感じすぐに購入しました。その後大変話題になり、大增刷となったようです。今時の若者の気持ちはこんなふうになっているのか、と感慨深かったです。今の若者の考えが分からない、あるいは知りたいという方、一読の価値があります。

第64回 日本児童青年精神医学会総会

— 子どものこころの発達と未来への展望 —

所属している一般社団法人日本児童青年精神医学会の総会が2023年11月14日～16日に青森県弘前市で開催され、私も現地参加させていただきました。子どもの心の健康に関する取り組みは、医学・医療のみで完結するものではなく、子どもを取り巻く社会環境など様々な次元での評価と関わりが求められます。この学会にも、医師の他、心理職、また教育、福祉、司法といった子どもに関係するあらゆる分野の専門家が参加されています。

さて、今年の総会は「子どものこころの発達と未来への展望」というテーマでした。当日は、自閉スペクトラム症の心理アセスメント、神経発達症を伴う摂食障害の支援、療育手帳の運用の統一化に関連した内容など、多角的な見立てや子どもの育ちの包括的な支援について、貴重な発表を色々聴くことができました。また、今年はCOVID-19の感染流行で久しぶりの現地参加となりましたが、症例検討に参加することもでき、対面でコミュニケーションを図りながら学ぶ楽しさを味わいながら、とても充実した時間となりました。



当院では、高校生年齢以上の患者さんを対象に診療を行っておりますが、少子化、虐待、子どもの貧困など、子どもを取り巻く社会課題は、どんどん複雑化しています。学会で吸収したことを活かしながら、今後も日々の臨床に励んでいきたいと思っております。

臨床心理科：公認心理師
中澤 幸恵

第57回 日本作業療法学会

ものごとの仕組みに注目する

— 作業療法における問題解決の糸口として —

2023年11月10日～12日の3日間、沖縄コンベンションセンターで行われた日本作業療法学会に参加させていただきました。毎年学会は各都道府県で行われており、今回は初めて沖縄県での開催でした。

11月ではありましたが気温は23℃前後でとても暖かく、半袖で過ごせるくらいの気候でした。お昼は会場の近くにあるビーチを見ながら食事をし、気分転換になりました。



学会では他部門の先生による講演やセミナー、シンポジウムがあり、各領域の作業療法士による症例や研究内容などを口述やポスターで発表します。

今回の学会は「ものごとの仕組みに注目する—作業療法における問題解決の糸口として—」というテーマでした。仕組みに着目することで、作業療法を実践する上での問題解決に少しでも役立つような情報を共有し、人の特徴や人の営みのみならず、生活環境（道具や設備をはじめ、理論や制度など）も、ものごととして視野に入れ、作業療法を進めることが大切であるという内容でした。

仕組みを知ることは、具体的な作業療法支援には欠かせない背景です。作業療法の場面でも、環境づくりや効率的な介入の工夫などをし、作業療法の「核」として対象者の生活に寄り添い、作業療法士だから分かること、作業療法士だから出来ること、専門職としての自覚をさらに深めつつ臨床に励んでいきたいと思えます。



作業療法科：作業療法士
菅原 一幸

レク行事紹介

看護実習生病棟レク



水戸市医師会看護専門学院 准看護学科の学生さんが各病棟でレクを実施した様子です。



ふせんバレーやポッチャゲーム等のレクリエーションを企画・実行され、一緒に楽しい時間を過ごしました。



クリスマス



各病棟のデイルームでクリスマス会を実施しました。

映画を鑑賞し、カラオケも楽しみました。



1病棟・3病棟ではビンゴ大会も開催されました。



クリスマスケーキも用意されました。

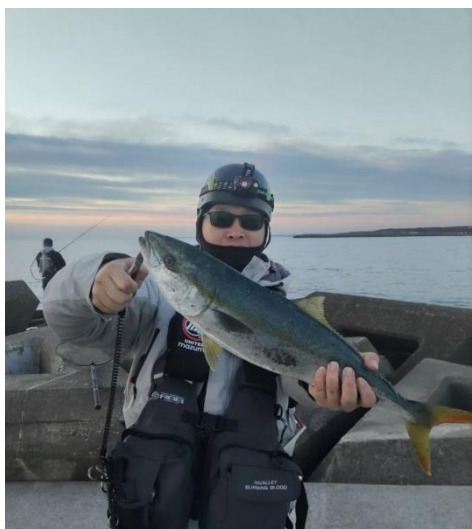


わたしの趣味

私の趣味は海でのルアー釣りです。コロナ渦に入り、3密を避けつつ持て余した暇な時間を有意義に過ごせないかと試しに始めてみた次第です。今では釣行回数も年間200回以上になり、どっぷり釣りの世界に浸かっています。

雨、風、暑さ、寒さなどの自然の過酷な状況下でも竿を振り続け、まったく釣れずに心が折れそうになることがほとんどですが、まだ見ぬ大物を夢見て今後も精進していきたいと思えます。

事務部：黒澤 直樹



玄関飾り

日本古来の行事や時節の節目に、季節のものを飾る風習を室礼と言います。漢字では「室礼」とも「設い」とも書き、現在では広く“空間を整え飾る”という意味で使われる言葉だそうです。季節の節目におもてなしを表し、当院へお越しになる方々に四季を感じていただきたく、病院の正面玄関に室礼を取り入れています。昨年しつらいの春季に雛人形を飾り始めて以降、季節の装飾しつらいを設えています。



1月は正月飾りを手作りしました。ぜひ足を止めてご覧ください。

支援室：海老沢
事務部：清水



新任職員紹介



令和5年12月
に入職した
スタッフです。

令和5年12月



看護部

柏 博文

よろしくお願
致します。



診療案内

	月	火	水	木	金
精神科 心療内科	高沢院長	清水	高沢	三上	高沢院長
内科			佐藤 (診療応需)	佐藤 (診療応需)	
歯科			宮永		

診療時間

9:30～12:00(受付 8:30～11:30)
13:00～16:00(初診・予約診療のみ)

休診日

土曜・日曜・祝祭日・
開院記念日(3/1)
盆休(8/13～8/15)
年末年始休(12/30～1/3)

予約受付

初診の方は事前の予約が必要です。
ご予約のお電話は、平日のみ午前 9:00～11:30、
午後 13:00～16:30 に受け付けております。
他院からの紹介状がある方は必ずお持ち下さい。



汐ヶ崎病院
(代表電話)
029-269-2226

認知症疾患医療センター
(専用電話)
029-269-9017

汐ヶ崎ガーデン



緑と赤、葉と実…この組み合わせを見ると、クリスマスやお正月の飾りを思い出してなんだかワクワクしますね。

表紙・解説



表紙写真：ユキツバキ

ツバキ科の常緑喬木で、暖地に自生。高さ数メートルに達し、葉は光沢あり革質。赤大輪の五弁花を開き多数の雄しべが基部で合着している。

撮影場所：青森県弘前市松原東

撮影条件：CANON EOS 1Ds, EF70-200mm F2.8L IS II USM, f9, 1/5sec. ISO200

編集後記

新年あけましておめでとうございます。皆様どんなお正月をお迎えでしたか？本年も幸多き一年となりますようにお祈り申し上げます。

私から簡単にできるおつまみメニューをご紹介します。枝豆ペロンチーノです。材料は、枝豆(100g)、にんにくみじん切り(小さじ1)、赤唐辛子(1本)、オリーブオイル(大さじ1)、ブラックペッパー(適量)。作り方は、①生の枝豆は塩ゆで、冷凍枝豆はチンをして準備する。②みじん切りしたにんにくと、輪切りの赤唐辛子をオリーブオイルで炒める。③枝豆を入れて、さっと和えたら出来上がりです。仕上がりにお好みでブラックペッパーをふってください。ピリッとして美味しいので、おすすめです。



さざなみ委員：小泉 美奈