

こころせい

第24号

平成21年11月

発行 高知厚生病院
広報委員会

◆ 高知厚生病院の理念・基本方針 ◆

理 念

私たちは、安全かつ質の高い医療を提供し、皆さまに信頼される病院を目指します。

基本方針

1. 患者さまとご家族、更に地域の皆さまの幸せのための医療を実践します。
2. 患者さまの権利を尊重し、真摯かつ温かい態度で接し、心と心が通い合う医療を実践します。
3. 自己研鑽に努め、更に発展向上を目指します。
4. 地域の医療機関や施設と連携し、効率的な医療を目指します。
5. 地球環境に留意し、災害への備えを怠りません。

「いい人生だったなあ」という言葉

副院長 山口 龍彦



自分の人生の最後に、どのような言葉を残すかということについて、考えたことのある人もいないのでしょうか。

昔の人は、辞世の句や歌を残していますが、江戸時代の有名なお坊さんの良寛は「散る桜 残る桜も 散る桜」という句を残されたと言われています。看取る立場にあるものが、やがて看取られる立場になることは、仕方がないことではあります。この時の良寛さんの思いとしては、お前たちも必ずあの世へと往くことになるのだから「心しておきなさい」という後世の者に対する戒めというよりは、自分も今までは残る桜だったのだけれども、とうとう散る桜の番になってしまったのだなあという感慨だったのではないかと思います。良寛さんもお坊さんとしてたくさんの方をお見送りしていたのに違いないと思うのです。

良寛さんが死の床にあって詠んだ、別の有名な句に「うらをみせ おもてをみせて ちるもみじ」というのがあります。良寛さんは、年老い、病に倒れたときには、お弟子さんの貞信尼さんに介護してもらったのです。この大好きだった尼さんに、おしもの世話もしてもらって、自分の宗教家とか、文筆家とか、書家とかの表の顔だけでなく、隠しておきたいところまで全部託してしまわれた。いやでも仕方ありません。誰でも、病気の時は、自分のことが自分でできなくなります。これは当たり前のことかも知れませんが、いざ自分の番になってみると、慌てます。裏を見せなければならない。しかし、この句からは良寛さんの貞信尼に対する信頼感が伝わってくるように思います。また、少しの恥じらいと、たくさんの感謝も伝わってくるように思います。あなたは、誰に裏を見せることができますでしょうか。

良寛さんと正反対の激しい生き方をした人の辞世に「身はたとひ 武蔵野野辺に 朽ちぬとも 留め置かまし 大和魂」というのがあります。そう、吉田松陰という人です。吉田松陰先生は29歳で処刑され

この世を去りました。処刑されて、体は朽ち果ててしまっても自分の大和魂は残って世を救いたいという
気迫に圧倒されます。

東京の品川駅にほど近い泉岳寺には赤穂浪士四十七士が祀られていますが、松陰先生が黒船に乗り込もうとして捕まり、護送される途中、泉岳寺の前を通ったとき、自分の境遇と赤穂浪士を引き比べて読んだ和歌が、「かくすれば かくなるものと知りながら 己（や）むに己まれぬ 大和魂」です。表向きはアメリカ渡航を目指していたと言われているが、ペリーを刺すつもりでいたという説もあるようです。松陰先生の行動は、この世的に見れば不手際に見えますが、松陰先生の弟子たちは松陰先生の生き様に学ぶわけですね。黒船に脅されて、右往左往する日本ではいけない。毅然とした、誇りある日本を築かないといけないというメッセージです。そのためには自分の命など惜しくはないわけです。彼の精神を受け継いだ弟子たちは、自らのことよりも日本の国のことを多く考え、明治維新とその後の日本の発展に命を懸けました。

私は職業柄、たくさんの患者さんに出会わせていただいておりますが、時にはその方々をあの世へとお見送りしなければならぬこともあります。そのようなとき、よく思いますのは、人は皆、それぞれの使命を持って生きているということです。その使命を果たし終わった時に「いい人生だったなあ」と最期の言葉を残して、いい顔で亡くなる方がおられますと、ほっとします。ご家族も悲しくはあるけれども大変喜ばれます。このような方、いらっしゃるのですよ。少なからず。そして、私もいつかこの世にさようならをいう時は、万感を込めて「いい人生だったなあ」と言いたいと思うのです。

自分の辞世は、歌を詠んだり、俳句をひねったりの習慣がありませんのでかっこよくそのような形で残すことができるとは思いませんが、遠くを見つめるようにして「いい人生だったなあ」とつぶやいたときに「嘘でしょう？」とか、「自分勝手の？」と返されることがないように頑張っておこうと思っています。

診療実績

外来患者数実績（平成 20 年 11 月～平成 21 年 10 月）

	外来患者総数	1 日平均
H20.11～H 21.10	29,384 人	100 人

※当院では、（社）日本内科学会認定 総合内科専門医による禁煙外来（予約制）を行っております。
「遅すぎる禁煙」はありません。タイミングを大切に・・・お気軽にお問い合わせください。

内視鏡・CT 検査実績（平成 20 年 11 月～平成 21 年 10 月）

	胃・大腸カメラ総件数	月平均件数
H20.11～H 21.10	271 件	22.6 件

※経鼻内視鏡（鼻から診る胃カメラ）で、98%以上の方が検査をされています。
口からに比べてかなり楽だと好評を得ています。
～ 年に 1 度は、是非、胃の健康状態をチェックしてみましょう。～

	CT 総件数	月平均件数
H20.11～H 21.10	365 件	30.4 件

※当院では、平成 20 年 12 月より最新型の 8 列マルチスライス CT による検査を行っております。
今までと比べて検査時間がとても短く、患者様に優しい CT 装置です。



第1話 原因と予防について

毎年、高齢者の100人に1人の方が転倒により骨折していると言われ、50～60%の人が擦り傷以上の怪我を、10%前後の方が骨折すると言われています。また、一度転倒を経験すると転倒に対する恐怖心がさらに強まり、歩行を控え活動性が低下し、気持ちも萎えてしまう「転倒後症候群」という悪循環に陥ってしまう危険があります。そこで、転倒しないためにはどうすればいいのかを説明していきたいと思います。

1 転倒の原因

内的要因（身体的・精神的なもの）	外的要因（生活環境によるもの）
加齢による体幹や下肢の筋力低下	敷居などの段差
バランス能力低下	滑りやすい床素材
足底などの感覚低下	はきもの（スリッパ・サンダルなど）
視力低下	
薬の副作用など	

2 転倒の危険性が高い場所（在宅高齢者を対象）

- ① 住居場所（居室・階段・廊下・庭・台所・浴室 の順に危険）
- ② 道路上
- ③ 公衆場所 など

* 7割近くが前方へ転倒しやすいという傾向もあります。

3 転倒予防のポイント

- ① 正しい歩き方をみにつける。
- ② ストレッチ、バランス運動、筋力トレーニングを行う。
- ③ 段差解消や手すりをつける等の住宅環境や生活環境を見直す。
- ④ 杖をつく等、適切な歩行補助具を使用していくなどがあります。

ポイント：① 歩行について

正しい歩き方



悪い歩き方



今回は、歩き方を紹介しました。次回は、ストレッチや筋力トレーニングです。

* 症状・状態により対応が変わってきますので、心配な方は一度主治医にご相談下さい。

院内行事

職員旅行

去る10月11日、12日に鳥取へ一泊二日の職員旅行がありました。

この写真は、鳥取と言ったら鳥取砂丘で一枚です。一度は見てみたかった風紋（有名な砂の波模様）は残念ながら見られませんでした。その分、たくさんの観光客の足あととはしっかり見てきましたし、我々もその一歩を印してきました。中には、裸足で…ラクダで…一歩を印した方も…。

サラッサラの砂の丘は、想像よりも大きく感動しました。今回の旅行は、太平洋から日本海への旅でしたが、砂丘の入り口から日本海が一番遠かったような気がします。

日頃、あまり接することがないスタッフとも、一緒に過ごすことにより、日常業務の顔とは違う一面も知れて、とっても楽しい旅行になりました。



通所リハビリこうせい院外レクリエーション



平成21年11月2日～7日
春野のピアステージに菊見学に行きました

合同レクリエーション



平成21年11月19日に秋祭りを行いました
おしどり会の皆様による演奏を楽しみました



当院は
平成15年9月22日より
日本医療機能評価機構
認定病院となっております。



◆ 特定非営利法人
日本緩和医療学
会より認定研修
施設として認定
されました



◆ 厚生労働省より
医師の卒後臨
床研修施設の
認定を受けまし
た

編集後記

早いもので年末が近づいてきました。
忘年会など、外出の機会も増える時期ですが、無理
せず元気に過ごしたいと思います。そして次号は新年
号で皆様にお会いしたいと思います。



高知厚生病院

〒781-8121 高知市葛島1丁目9-50 Tel.088-882-6205 Fax.088-883-1655
ホームページ <http://www.kochi-koseihp.jp>