

わかば

主な記事

飲み込み機能について／話の道草／或る外科医の一代記「大学病院研修医の頃③」／
地域情報／おしえて！

2023年の記録的な暑い夏がようやく終わり、秋の涼しい夜長の季節がやっと近づいてきました。今回の作品は柳小路駅の踏切です。柳小路駅は藤沢駅から石上の次、3分まで到着する2つめの駅。今から100年以上昔、石上から鵜沼方面へ向かう坂道に柳を植えて柳小路を作り住宅地を整備したそうです。現在駅の周辺は静かな住宅街、藤沢学園鵜沼高校があり、きれいになった「蓮池」があります。「蓮池」の沼は「鵜沼」と関係があるようです。近くに店舗はなく小さなスナックの看板だけが、半世紀近い年月ひっそり灯っています。

(作者 永田麻子／企画 宮原青子)



「ときのわすれもの」く住むまちの風景く

タイトル 『江ノ電柳小路駅踏切』

特定医療法人社団若林会

● 基本理念

地域の人々とともに歩み健康を守り
良質な医療と介護を提供します

● 基本方針

いつでも受けられる医療と介護
包括的な医療と介護

地域に出る医療と介護
納得すく医療と介護

◆ 湘南わかばグループ

湘南中央病院／介護老人保健施設 湘南わかば苑／わかば訪問看護ステーション
若林会居宅介護支援事業所／藤沢市明治いきいきサポートセンター（地域包括支援センター）



飲み込み機能について



リハビリセンター

言語聴覚士

小山

泉



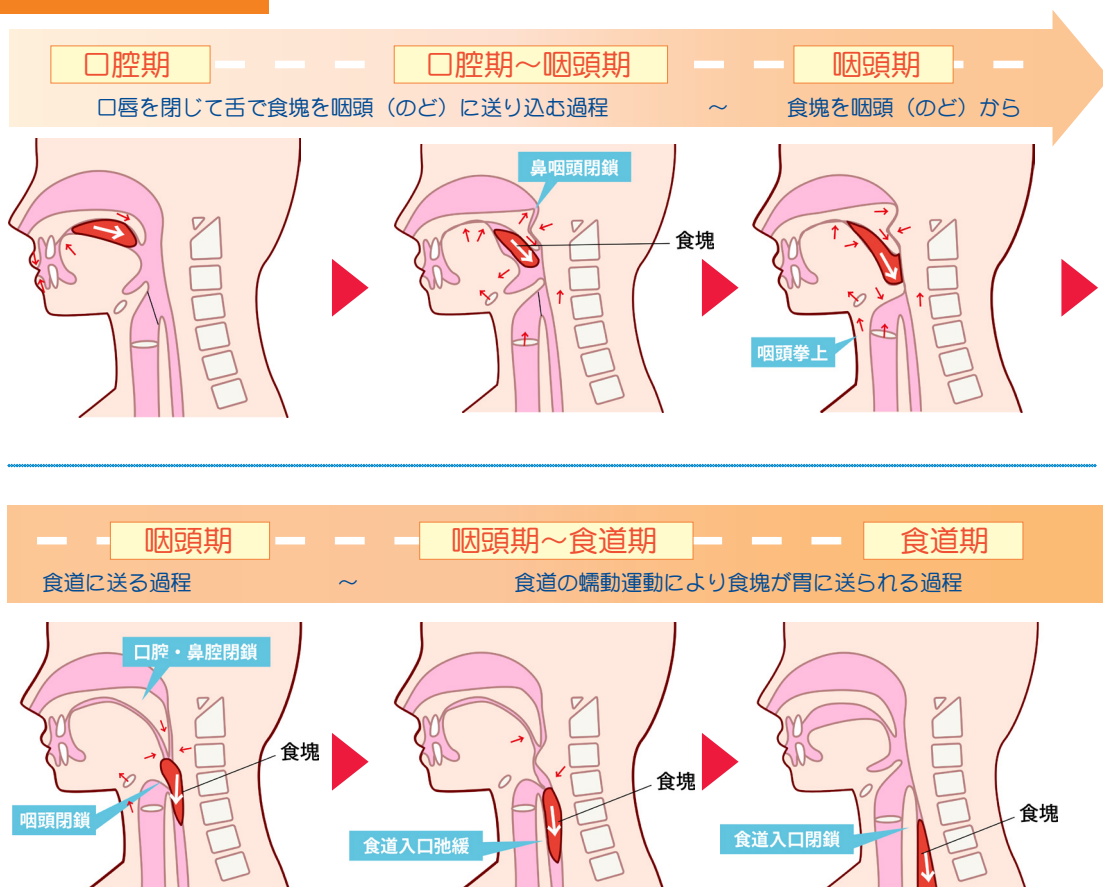
「飲み込み（嚥下）」とはどういうことなのでしょう？

前号の「食べやすい食事の工夫」につづいて、今回は「飲み込み（嚥下）」についてお話しします。

私たちが特に意識せずに行っている「飲み込み（嚥下）」とは、食物を口に入れて噛み、舌と歯を使って飲み込みやすい形（ひと塊＝食塊）にし、舌でのどに送り込みごっくんと飲み込むことです。

それでは、飲み込む時には、どのようなことが起こっているのか、そのメカニズムを詳しくみていきましょう！（図①）

■ 嚥下の各期（図①）

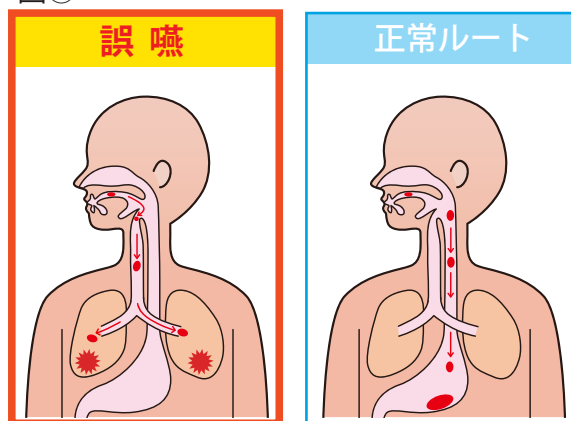


■ 誤嚥とは（図②）

本来このように食物は食道に送られていきますが、このメカニズムがズレると、どのようなことが起きるのでしょうか？

私たちは普段、上記のような「嚥下の各期（図①）」の絶妙な連携を食事の度に無意識に何回も行っています。しかし体力・筋力の衰えで、この動きにわずかでもタイミングのズレが生じてくると、「誤嚥（飲食物が気管や肺に入ってしまう）」が起こります。

図②



■ チェックしてみよう！

普段下記のような症状はありませんか？もしかしたら嚥下の力が弱くなっているサインかもしれません。チェックしてみましょう！

□ 食事時間・食べ方の変化



□ 食事内容・好みの変化



□ むせる



□ せきがでる



□ 咽頭違和感・食物残留感



□ 声の変化



□ 痰の量の増加



□ 食欲の低下



□ やせ・体重の変化



一つでも当てはまったら、誤嚥を疑いましょう。それでは、誤嚥を防ぐにはどうしたら良いでしょうか？

■ 誤嚥を防ぐには次の4つが大切です

1. 食べ方の意識

無意識に飲み込むと誤嚥しやすいため、普段から意識して飲み込む癖をつけましょう。

2. 嚥下しやすい食べ物の選択 ※前号の食べやすい食事の工夫を参照ください

- ①サラサラした液体はムセやすい（液体は喉を通過する速度が速いため誤嚥しやすい）のでムセるときはトロミをつけましょう。
- ②バラつく食べ物は誤嚥しやすいため、口の中でまとまり、飲み込みやすい食べ物を選びましょう。

3. 食事の姿勢

上を向いて飲み込むことや、猫背などは誤嚥しやすいため、軽くおじぎをする姿勢で食べましょう。さらに、食べ物が気管に入りそうになったときには、強い咳払いをして出しましょう。

4. 歯磨き

お口の中のケアを怠ると細菌が繁殖しやすくなります。そういう状態で誤嚥すると、お口の中の細菌が唾液や飲食物と一緒に気管や肺に侵入して、繁殖し誤嚥性肺炎が起りやすくなります。

誤嚥性肺炎は、65歳以上の高齢者に起こる肺炎の多くを占めています。嚥下の力が弱くなる事は、高齢化社会における一つの問題であり、今後自分にも起こりえるものとして考えていく必要があります。参考にしてみてください。

言葉のやりとり

話の道草

宮原 昭夫



あれは昔、確かある出版社のボージョレ・ヌーヴォーの立食試飲会という、どうしてもいいが楽しい催しの際だったと思う。

私たちが美酒をたしなんで談笑している最中、同年輩だがA賞受賞には先輩にあたる某氏から、最近の仕事について尋ねられ、折から沿岸漁業の取材中だった私は、得得として、伝統漁協と養殖漁協との経済的落差についての当面の新知識を披露しかけた。すると、彼は慌ててそれを遮り、口実を作って、そそくさとその場を離れた。私はあっけにとられたが、今思い返すと、彼はその場のお愛想に私の近況を尋ねただけで、漁業への関心ばかりか、私の近況にも無関心、いや、かなりの批判も抱いていたはずだった。

今更ながらこの発見にショックを受け、同じようなケースが身近にあるかどうか、見確かめにかかった。

すると、あった。過日、連れ合いが食事中に、かなり熱心に、彼女の母校の出世頭と言える、ある女性の、夫が起こした詐欺事件について言及した折、私はその事件や人物に全く関心が無かった。私の生返事でそれを悟った連れ合いが、その話題をひっこめたことで話は終

わった。連れ合いもその話題に私に興味を持たせたくて話を始めたわけではなかったのだ。

私事で申し訳ないけれど、この夏は、三ヶ月近く湘南中央病院に入院する羽目に陥った。中側から病院を見せてもらえるチャンスに恵まれたわけだ。だが何よりも、この猛暑の期間、エアコン完備の院内で甘やかされて過ごしたメリットのお陰で、退院後の家庭生活中、暑さに鍛え抜かれた連れ合いに太刀打ち出来ないギャップが生じ、エアコンを巡って連日言い争いが続いた。連れ合いは外気温の低さ(27度以下)を常に主張し、私は室内の湿度の高さ(70パーセント以上)に固執し続けた。この不毛な論争は、双方の頑固さによって増幅された。これもまた、言葉のやりとりの一つのステレオタイプか。

九十日近い入院中、私が、いささかならず感銘を受けたのは、病院スタッフの言葉のやり取りだった。就業者、仲間が仕事に加わってくると「ありがとうございます」と応じ、仕事で患者さんの身体に触れる際には、相手に「ごめんなさい」と声を掛ける。体温や血圧の検査や、オムツの点検さえも、それは徹底していた。

わたしは早速それを、わが家にも適用することにした。ところが、概してそれは好評とは言えなかった。「そらぞらしい」「気味が悪い」というのが、連れ合いの感想で、言葉のやり取りは、相手を考えるのも必要のようだ。

言葉のやりとりと言えば、男言葉と女言葉の問題も話題に登場しそうだ。でも、日本語には古来男女の別はなかったらしい。少なくとも、江戸時代の終わりまでは、当時の支配階級の武家社会は男尊女卑で、武家の女性は、夫に対しても「旦那様は召し上がりますか?」では、わたくしもご相伴させていただきます」などと、男性に対して尊敬語を用い、自分のことは謙譲語で語る習慣が、まるで女言葉のように聞こえたのだ。現に庶民の間では、例えば落語の中に登場する長屋のオトラさんなんかは「おや、八つあん、おまえ、また何をやらかしたんだい?」なんて、男同然の言葉遣いだ。

今通用している「○○だわ」とか「○○なのよ」などという女言葉は、明治時代、私立の女学校で生徒たちが使い始めたのが、たちまち全国に蔓延したらしい。

時計台占拠方針と多数決

インターン制度完全廃止並びに自主的研修継続のための43青医連受け入れ交渉は、処分撤回闘争を含めて、最早医学部教授会の手に残った。東大は全学的な対応に迫られた。だが大河内総長は警察力の援用を仄めかす以外に明確な対応ができなかった。

一方我々の側にも運動の長期化に伴い内部瓦解の兆しが見えた。組織的結集を維持するには象徴的行動が必要である。医学部全学闘争委員会では東大の安田講堂（通称時計台）を占拠して社会にアピールする方針を打ち出した。

しかしこの方針案は各クラスでは多数決を得られず次々と否決されていった。「多数決」の向かう処は「敗北」であった。多数支持の下で運動を維持する事に一旦限界が見えたのである。医学部全学闘争委員会執行部は各大学の執行委員達と共に東京医科歯科大学の地下室に集まり、連続2晩の徹夜を含み3日間討論を重ね、起死回生の展開を企図し権力の象徴である時計台を占拠しようと結論した。

第一次時計台占拠

昭和43年6月15日未明、東京医科歯科大学の地下室から十数名の学生・研修医が走り出した。東大・医科歯科大・東京医大などの学生・研修医である。ヘルメットを着用しタオルで覆面をしていた。それはこの経路だと、東大病院に通じるバス通りのすぐ横にある本富士警察署の窓の下を通ることになるので、その際に顔写真を撮られる事を警戒してのスタイルであった。お茶の水から駆け上がり、一気に時計台のある安田講堂に

一代記

或る外科医の一代記 大学病院研修医の頃③

理事長 長田 博昭

達した。防御していた守衛さん達と揉み合いになったが、守衛さん達に「危ないからどいて下さい。守衛さん達に怪我させる必要はないのです。」と呼びかけた。守衛の一軍は少時の抵抗の後退去した。彼らは扉を押し開け総長室に駆け込み、直ちにロッカー等を用いて内部から封鎖した。その直後、全員総長室の深々した絨毯の上にごろ寝すると深い眠りに陥った、と言う。

殆ど3日間一睡もしていない連中ばかりであった。幾時間か経って、スピーカーの声で目覚めると、安田講堂の前に人だかりが見えた。「暴挙を反省して出てこい」と言う、ある政治一派独特の文言である。当然無視した。それから1日くらい経った3月17日未明、総長の要請により1,200人くらいの機動隊が構内に侵入して来た。

関西から来ていた某大学の青医連執行委員長がこれを察知して、講堂裏の窓から占拠部隊に「おい、機動隊が入る。ここで逮捕されても意味がない。すぐ逃げろ。」と呼びかけた。占拠部隊は裏の窓から脱出した。大部隊の機動隊が駐屯する唯ならぬ気配に、大学キャンパスに職員や学生が集まりだした。相前後して、日大では大学経営陣に対する日大闘争の動きもあり、他の諸大学でも学生の動き等が生じ、都内のみか全国の大学キャンパスが騒然とし始めた。

東大全学ストライキから第二次時計台占拠へ

古典的大学自治の観点

からすれば、総長が機動隊と言う突出した権力機構を介入させた事は前代未聞の一大事であり、強力な学内批判を惹起した。同年6月後半、教育学部を除く東大全学部が次々と無期限ストライキに突入した。

経済大学院、新聞研究所研究生などと、大学院生や助手層も相次いで無期限ストライキに入ると共に、若手助教授層までが批判をぶち上げるに及び、地理的に離れていた駒場の教養学部までが圧倒的多数で無期限ストライキに突入した。

6月末には全学ストライキ実行委員会として共闘会議（全共闘）が組織された。安田講堂は開放され学生・院生・研修医・助手などの集会所となった。これ以降は第二次時計台占拠と呼ばれる。

東大構内には全国の大学から学生が詰めかけ、「教授会による大学自治粉碎」のスローガンまで出すに及んだ。東洋文化研究所の助手10名の声明は、「医学部不当処分の白紙撤回、青医連の全面受け入れ、総長・医学部長・病院長・の辞任」に加え、「全大学人の大学管理への参加」となっていた。その後も集会などに対し東大校内に機動隊が乱入し、催涙弾を乱射する場面があった。一番端の医学部から反対側の農学部まで懸命に走って逃げた記憶もある。

続く…

ご案内

本欄は、既に出版しました同名の「或る外科医の一代記」（長田博昭著 文芸社刊 2022年 定価1,500円）から、やや短縮した形で毎号掲載して居ります。ご興味をお持ちの方は書店にてお求め下さい。

（著者）



明治いきいきサポートセンター通信

<秋の活動案内>

日頃より、地域の皆様には、さまざまな地域事業においてご協力いただき、ありがとうございます。

来る 10 月 28 日（土）29 日（日）に明治市民センター横の土打公園広場にて、第 44 回明治地区ふるさとまつりが開催されます。

明治いきいきサポートセンターでは、今年も健康チェック、健康相談と題しまして、血圧測定や体組成計測、血管年齢の計測を行う予定となっています。血圧や筋肉量などをきちんと測ってみたい方などぜひ、お立ちください。

また、健康相談では、看護師や薬剤師（土曜日）管理栄養士（日曜日）が健康チェックの結果をもとにアドバイスなどを行っております。日常生活で、何に気を付けて行けばよいか、服薬のこと、食生活のことなど、気軽に相談できる機会となっておりますので、こちらも興味のある方はぜひお立ち寄り頂ければと思います。沢山の方のお越しをお待ちしております！



<明治地区 家族の集い>

介護をしている方や介護を終えられた方を対象に、現在の悩みや経験を共有し、笑顔で元気になってもらえるような集いを、8 月 16 日（水）13:30 より、明治いきいきサポートセンターの建物内の会議室にて開催しました。

今回が初めての開催で講師として、慶応大学大学院の金子智紀先生をお招きし、先生の著書『ともに生きることば 高齢者向けホームのケアと場づくりのヒント』（丸善出版）にもある「ともに生きることばカード」を用いたグループワークを行いました。

当日は 8 人のご参加をいただき、それぞれの経験談に共感したり、助言をしたりと話が弾んでいました。

今年度中にもう一回、開催を企画しておりますので、ご希望の方はご連絡ください。



<多様化する消費者被害の手口>

地域の皆様からの話で、度々あげられるのが、『消費者被害』についてです。

藤沢警察署からの 2023 年 8 月 25 日現在の消費者被害報告によると、1 月 1 日～8 月 20 日の被害総額は、38 件で約 7200 万円となっており、うち還付金詐欺が 14 件で約 1600 万円と高額でした。電話での「還付があるため手続きを」という内容には、決して応じないようお願いいたします。

また、「水道管工事」「床下工事」などの理由をつけて、突然訪問し、玄関を開けて対応することで、家の中に侵入するという報告があります。万が一、応じてしまった場合には、家族や親族、知人など、親しい方に相談しないと決められないことを話し、契約書にサインなどは決してしないようにしてください。何かありましたら、最寄りの警察署へご連絡・ご相談をいただき、何か起こらなかったとしても、不審な点などがある場合は消費生活センター、もしくは最寄りのいきいきサポートセンターまでご連絡・ご相談ください。

藤沢市明治いきいきサポートセンター（地域包括支援センター）

藤沢市辻堂神台 2-2-1 アイクロス湘南 2 階 電話 0466 (35) 2811 Fax 0466 (35) 2875





「病院機能評価」ってなあ～に？

事務部 人事・広報課 鈴木 研

「病院機能評価」とは、「公益財団法人 日本医療機能評価機構」が第三者機関として、病院が組織的に医療を提供するための基本的な活動（機能）が、適切に実施されているかどうかを評価され、学術的観点から中立的な立場で医療機関を評価している認定制度です。

受審については、実際に、各専門領域（診療、看護、事務、薬剤、療法士）の知識と経験を有するサーベイヤーのチームが病院を訪問し審査を行います。中立性および公平性を保持して審査が行われるため、病院管理経験などの資格要件を満たしたサーベイヤーが担当します。患者さんが安全で安心な医療が受けられ、医療提供者が高品質な医療を提供できるようにするために、病院組織全体の運営管理および提供される医療について評価されます。

更新は、概ね5年ごとに更新審査が行われます。2023年3月時点で、日本全国8,182病院のうち、2,013病院（約25%）が認定を受けています。

当院でも、2002年より「病院機能評価」の認定を受け、2023年の4月に5回目の認定を受けております。受審することにより、医療の質の維持向上はもちろん、病院の改善すべき点を客観的に理解することができ、職員の意識改革につながります。

今後もより良い医療が提供できるよう、職員一丸となって取り組んでまいります。



投書箱から

入院中の対応についてお褒めのお言葉をいただきました

患者さんより

「入院中は大変お世話になり有難うございます。看護師さんはじめ、他のスタッフの方々、優しく親切で、一人ひとりにあった接し方などなど、どれをとっても素晴らしく患者として安心して過ごすことが出来ました。また、食事も季節の新鮮なフルーツなど工夫がなされ、元気になってからは残さずいただきました。ここまで元氣になれたのはご担当いただいた全てのスタッフの方々のお蔭と感謝感謝です。本当にありがとうございます。」

病院より

投稿者様が元氣になられ退院されましたこと、本当に良かったです。

このたびは過分なお褒めのお言葉をいただきありがとうございます。励みになるお言葉を頂きましたこと、とても嬉しく対象職員に共有させていただくと共に、全職員へ周知して参ります。まだまだ改善すべき点もございますので、今回のお言葉に安堵することなく、引き続きこのようなご評価をいただけますよう、患者様一人ひとりに寄り沿った対応を心がけ、より一層努力して参ります。

今回のお言葉、給食業務を委託している業者にもお伝えさせていただきます。
お褒めのお言葉ありがとうございました。

統括事務部長 伊藤 稔

◆ 10月の外来診療担当表 ◆

発熱外来のご案内 予約制

発熱、咳、倦怠感などの症状がある患者さんは、駐車場に設置しました「発熱外来」で診察を行います。

予約・お問い合わせ→ ☎ 0570-003252

詳細は、院内の掲示とHPでご確認ください→

<https://www.swg.or.jp/>



専門外来

	午前・午後	月	火	水	木	金	土
内分泌 (糖尿病)	午前 午後	酒井 (午前 予約 午後 予約)	酒井 (午前 予約 午後 予約)				酒井 (午前 予約 午後 予約)
呼吸器 内科	午前	福崎 予約					
肛門 外科	午後	松崎					
胸部 化学療法 外来	午前		○ 予約				
皮膚科	午後	山崎				岡庭	
心療 内科	午前				三吉 予約		
神 経 内 科	午前 午後					松川 予約	
リハ ビリ科	午後	田中 予約					
緩和 ケア 内科	午前	福崎 予約				片町 予約	
禁煙 外来	午前 10:00 ～			○ 予約	○ 予約		

外来診療 受付時間 午前 8:30～11:30 ※再診受付 午前 8:00～
午後 2:30～4:30

休 診 水曜午後、土曜午後、日曜日・祝日

一 般 外 来

2023.10.1 現在

	午前・午後	月	火	水	木	金	土
内 科	午前	小川 一般 循環器	小川 一般 循環器	新城 一般	岡 一般 神経内科	村川 一般	岡 第1・3・5 新城 第2・4
		岡 一般 神経内科	岡 一般 神経内科	岡田 一般 循環器	永渕 一般	永渕 一般	永渕 第1・3・5 岡田 第2・4
		望月 一般 循環器	望月 第1・3・5 岡田 第2・4	-	-	望月 一般 循環器	-
		-	-	-	-	-	-
内 科	午後	奥脇(裕) 一般 消化器	永渕 一般	-	小川 一般 循環器	新城 一般	-
		岡田 一般 循環器	-	-	-	-	-
外 科	午前	呉	池田(清)	呉	(輪番制)	松崎	松崎
	午後	松崎 一般・肛門	-	-	呉	池田(清)	-
整 形 外 科	午前	宇都	-	横山	宇都	-	-
		池田(全) 一部予約	札川	池田(全) 一部予約	山本	中島(大)	立岩
	午後	今井	今井		今井	岸	宇都
		立岩	札川	-	池田(全) 一部予約	岸	-
泌 尿 器 科	午前	多田	多田	多田	多田	多田	多田 (深澤)
	午後	-	多田	-	-	-	-
夕 方 診 療	午後	-	呉 4:30～7:00	-	-	-	-

※医師の都合等により休診・代診となる場合がありますので、事前にお問い合わせ下さい。

杉 哲夫 水彩画とおさかなイラスト展



楽しい絵を考えながら描くことが好きで、グループ展や個展を開催しています。今回はリアルな水彩画と楽しい俯瞰図、またおさかなのイラストを展示しています。楽しい俯瞰図やイラストを見て楽しんでいただければ幸いです。

連絡先：杉 哲夫 sugi_tetsuo_323@yahoo.co.jp

湘南中央病院 今月の外来ギャラリー

展示期間 (2023年10月～12月)

編集
後記

前回担当した際に書いております、我が家でのクリスマスプレゼント事件は、結局三女へのプレゼントは私が注文していたプレゼントだけで、三女が急遽ほしいと話していたおもちゃは、サンタさんの工場では作っていないということを当日サンタさんからのお手紙という形で伝えました。

さて、今回は編集後記の担当を任命された今の時期に発生している台風になみ、我が家の自助活動についてご紹介です。共働きということもあり、レトルト食品に頻繁にお世話になっています。防災の日になみ 9月の帰宅の遅くなってしまう平日に、「避難所ごっこ」を行っています。電気を消して、懐中電灯やおもちゃのランプだけで食事をします。もちろん食事は、レトルト食品と避難用に用意している非常食だけです。子供たちの気に入った食品だけをまた次に備えて購入しておきます。母である私も楽をして、子どもたちの勉強にもなり一挙両得かなと思っています。

(地域医療連携室 新堀 かおり)

