

POCO a POCO

ポコ・ア・ポコ

基本理念

安心できる、心暖まる医療

1. 私たちは誠実で親切な心をもって医療に従事します
2. 私たちは人権を尊重した良質な医療を提供します
3. 私たちは地域精神医療と地域ケアを実践していきます

POCO a POCO(ポコ・ア・ポコ)とは……

ポコ・ア・ポコとは少しずつという意味があり、何事も少しずつ、徐々に良くなっていけばなどの思いを込めてみました。

発行人：塚崎 稔

発行所：長崎県長崎市布巻町 165-1

TEL 095-898-7511・FAX 095-898-7588

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

子・丑・寅・卯・辰・巳・午・未・申・酉・戌・亥



謹賀新年



SANWA CENTRAL HOSPITAL

～能登地震を振り返り、 支え合う一年へ～



理事長 塚崎 寛

昨年は元旦から石川県能登半島を震源とするマグニチュード 7.6 の大地震から始まった。

また、能登地方には、一時、大津波警報が発表され、各地の沿岸に津波が到達、石川県内では昨年6月1日現在で災害関連死を含む260名の死亡が確認され、未だ3名の方が行方不明となっています。その後、記録的な大雨に見舞われ、河川の氾濫や土砂崩れが相次いだ。

今年1月の地震で被災し、生活再建を目指す中で、今回、大雨の被害を受け、“二重災害”と言われる厳しい状況に直面する人々に、どう手厚く支援していけるかが大きな課題となった。

私は、この地で被災した友人の能登地方の基幹病院である（社）董仙会 恵寿総合病院へ被災直後、水、食料、義援金を送った。只、通信網をはじめ、道路等のインフラも殆ど崩壊しているため、時間を要した。

この能登の大地震や、南海トラフ巨大地震も30年以内に8割強の確率で日本を襲ってくるという、正に地震大国日本である。

今年は、日頃からの災害対策を怠らず、今年一年を過ごして行こうと改めて思います。





出島交流会館で『AAオープンスピーカーズミーティング』が開催され、訪問看護ステーション「あんしん」の山下洋一所長が講演を行いました。

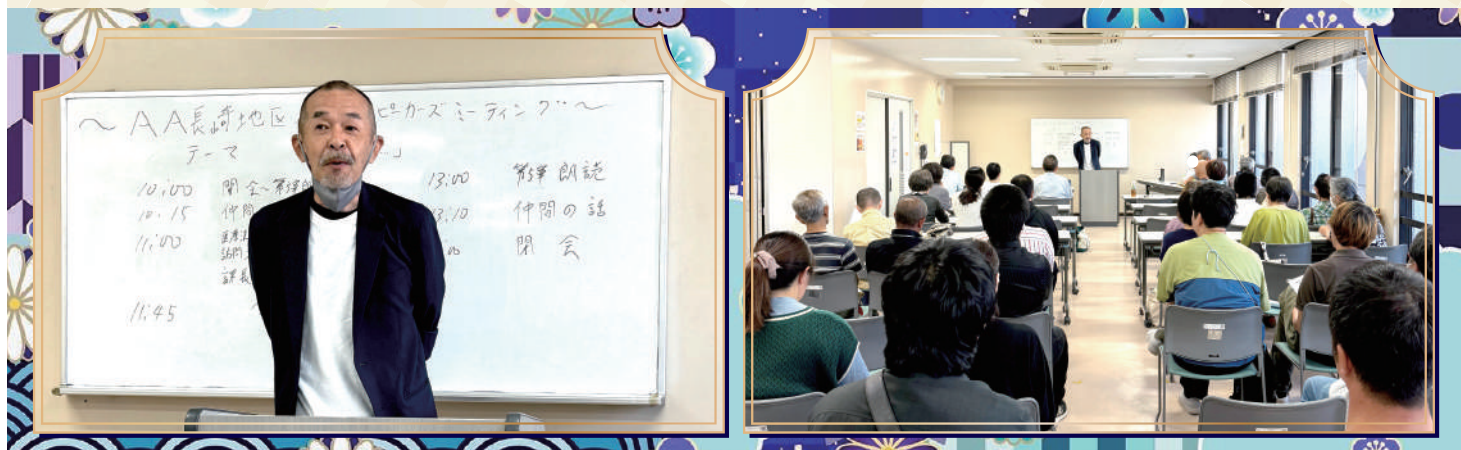
AA(アルコールクス・アノニマス)とは、飲酒の問題からの回復を目指している自助グループであり、依存症治療の生みの親的存在です。約90年前に医療者がさじを投げたアルコール依存症のビルとボブが偶然出会って互いの体験談を語り合ったのが始まりとされています。その後二人は再会するまでの間不思議と飲酒することがなく、これが依存症唯一の治療法だと確信されたそうです。そこから徐々にメンバーを増やし組織化され、いまや全世界に広がることとなり日々飲酒問題の克服に奮闘しています。メンバーは飲まない生活を送ると共に、同じ病気で苦しんでいる仲間の回復を手助けすることを目的として活動されています。内容としては「ミーティング」や「メッセージ」という話し合いの場で体験談を語ることであり、特徴としては「言っぱなし」「聞きっぱなし」のスタイルであるということです。思ったままに体験談や現在の心境などを話し、それを決して否定されることはありません。受け手も特にコメントすることもなくただ黙って頷くのみ、いわば究極のイエスマンの集団と言えるでしょう。また本名を名乗る必要もなく自身で決めた『アノニマスネーム』で呼び合うので変な気をつかう必要もありません。

今回長崎地区44周年を記念してセミナー(体験発表会)が開催されました。今回は演者として当院の訪問看護ステーション「あんしん」の山下洋一所長から、病棟看護師・訪問看護職員として培ってきた経験をもとに、患者様・利用者様と関わってきた体験談を参加者の皆さんに語って頂きました。参加者の全員が真剣な表情で山下所長の話に耳を傾け、いくつもの質問が飛び交うとても充実した講演となりました。

最後にメンバーさんの体験談の一部を下記に紹介します。

- ・「わけも分からずただ酒におぼれ、止めることができない。“自分は狂っている”“もう終わった”と思っていたが、アルコール依存症と言われ嬉しかった。原因と治療法がはっきりしたことで生きる希望がもてた。」
- ・「酒を辞めたい自分と飲みたい自分がいる。飲みたい自分が勝っている時は明確に態度に出る。周りへのあたりが強くなり粗探しをしたりと迷惑な感じの人格が顔を出す。ほどなくして再飲酒に至りました。」
- ・「酒をやめたのは、AAという酒のない世界に入れたからです。単なる“環境”としてだけでなく精神的というか魂的にという感じです。AAに染まっていき、結果いま酒を飲まずにこの世界に生きています。」

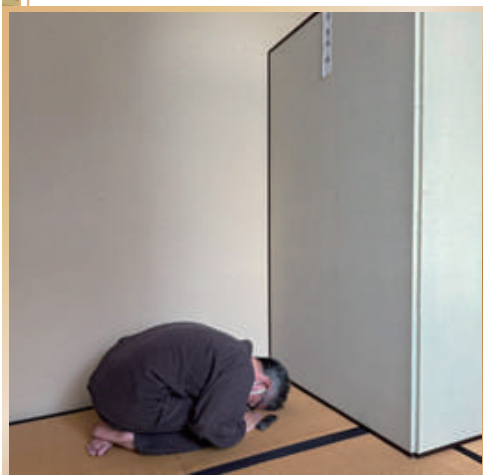
ひまわり病棟 看護師 尾上 了三



内観療法研修報告

三和中央病院では、依存症の治療に内観療法を取り入れてきて30年以上となります。内観療法とは、過去の自分自身を見つめ直し、今までの自分がどのような人間であったかを調べる心理療法です。それによって、自分の生き方を変えていくことができます。2024年11月13日～19日の1週間、栃木県にある瞑想の森内観研修所所長の清水康弘先生をお招きして、内観療法の研修を行いました。

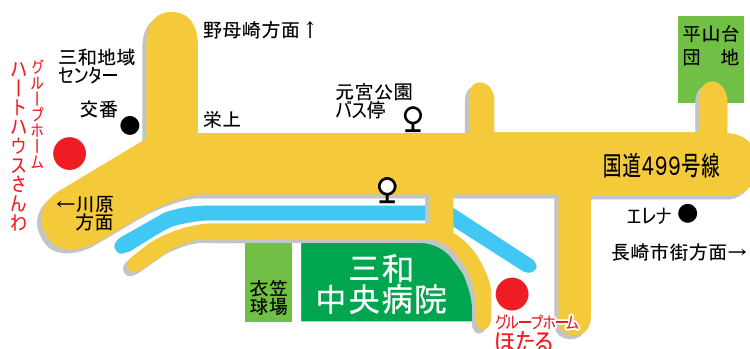
瞑想の森内観研修所は、内観の開発者である吉本伊信の内観原型を行っている内観研修所の一つで、清水先生は今までに6,000人以上の内観面接に携わった内観のエキスパートです。



職員の
趣味・特技に **PINT** 第9回
歯科技工士 塚崎 拓馬

昔取った杵柄のようなものですが、最近は趣味で人工オパールを用いたアクセサリーを作っています。こちらはISSでの実験で得られた研究成果を基に作られたもので、人体におけるアレルギーもなく、安全に使用できる素材を使用しています。このマテリアルでどのようなものを作り、表現するのか、また、自分にできるのか、ワクワクが止まりません。

○三和中央病院ホームページでは、新着情報・学会報告・今後の予定などリアルタイムで更新しています。
詳しくはこちらまで→ <http://sanwa.or.jp>



医療法人 清潮会 三和中央病院
診療科目: 精神科・心療内科・内科・歯科
〒851-0494 長崎県長崎市布巻町 165-1
TEL 095-898-7511・FAX 095-898-7588
E-mail: info@sanwa.or.jp

医療法人 清潮会 あんしん
訪問看護ステーション
〒851-0494 長崎県長崎市布巻町 165-1
TEL 095-893-8633
FAX 095-893-8677

グループホーム ハートハウスさんわ
〒851-0403 長崎県長崎市布巻町 72-1
TEL・FAX 095-892-8780

グループホーム ぼたる
長崎県長崎市布巻町 624-1
TEL・FAX 095-895-5550

医療法人 清潮会 さんクリニック

診療科目: 心療内科・精神科
〒850-0842 長崎県長崎市新地町 8-16 ミナトパークビル 4 階
TEL 095-895-8160・FAX 095-895-8161 <http://www.sanwa.or.jp/sandclinic/index.html>