



東京足立病院報



医療法人財団厚生協会 東京足立病院
東京都足立区保木間 5 - 23 - 20
電話 03 - 3883 - 6331 ~ 3

第11号

2012年11月

編集 東京足立病院

巻頭言

あんなに暑かった夏が懐かしく思える程、朝晩が冷え込む様になりました。

さて、ご存知のように国の医療計画に精神疾患が加わり5疾病5事業となりました。このことで、精神科医療の分野でも、地域医療・地域連携の構築が必須になりました。

当院は、平成22年度から2年間に亘り、東京都の委託事業「地域精神科ネットワークモデル事業」を実施してきました。そして今年度も「精神科医療地域連携モデル事業」と名称を変えて継続しています。

この事業の目的は、精神障害者が身近な地域で、適切な医療を受けられるように、各医療機関の連携を、構築することにあります。対象地域としては区東北部二次保健医療圏（足立区・荒川区・葛飾区）ですが、今までは主として各保健所のニーズに、精神科病院（計5病院）が対応するシステムでしたが、今年度から一般科病院からのニーズにも対応する仕組みを検討しています。まさに、東京における精神科地域連携の、最先端の取り組みと言っても過言ではないと思います。

さて、当院の創立は昭和33年ですから、今年で54年になります。創立50周年の際に、『地域の基幹病院に向けて』とお話ししましたが、この事業を少しでも役立つシステムとして構築することが、基幹病院として地域に貢献することになるものと考えております。

全職員のご理解とご協力、よろしくお願い致します。（東京足立病院 院長 田代芳郎）



経営理念

- 一、地域のニーズに応える医療と福祉の提供
- 一、安心と満足の医療と福祉の提供
- 一、職員の生活の保障

夏まつり



7月28日に恒例の『夏まつり』が開催されました。

昨年は震災の影響により、自粛気味の夏まつりとなってしまいましたが、今年は昨年の嫌な事を吹き飛ばす様な、とても活気のある夏まつりを開催する事ができました。

この場をお借りして関係機関、地域の方達に深く感謝の意を述べるとともに、来年も今年と同じく皆様の元気が出るような行事が開催できる事を願っています。

(中央7階 生活連絡協議会 木村 忠)

足立老人ケアセンターの敬老会

9月9日に足立老人ケアセンターの敬老会が行われました。

大勢の方にお集まりいただき、祝い年の皆様をお祝いする式典を行いました。



演芸会は職員による出し物やボランティアさんによる「かっほれ」が行われました。

最後は足立病院造形教室の安彦先生とメンバーさんによる、きれいで神秘的な「影絵」が行われ、限られた時間でしたが盛りだくさんで楽しんでいただけたようです。

(足立老人ケアセンター2階 林 麻里子)

創立記念式典&永年勤続表彰



9月26日、厚生協会東京足立グループの創立記念式典ならびに永年勤続表彰が行われ、理事長の祝辞に引き続き本年度の永年勤続表彰者(30年勤続1名、20年勤続1名、10年勤続17名 計19名)に感謝状と記念品が贈呈されました。



医局からこんにちは



東京足立病院には、昨年の4月に入职しました。早いもので、もう1年半経ちますね。

現在は、中4の病棟医として急性期医療を担当させて頂いています。

私生活では2歳の男の子の母親です。仕事の疲れを子供の笑顔で癒し、育児の悩みを仕事で忘れる…二つの顔を持つことが、わたしの心のバランス維持に役立っているように思います。

目下の関心事は、筋力をつけること！

最近体力低下をつよく感じるので、日々運動を取り入れていきたいと思っています。手始めに、通勤を自転車にしてみました。

いつまで続くかしら…。

医局 松友 三枝



非常勤で以前から勤務していましたが、H24年4月より常勤になりました。

親切に指導して下さる医局の先生方、母のような優しさで見守って下さる秘書さん方、時には叱りもしますが患者さんへ愛情深く真摯に接する看護師の方々、患者さんの幸せな生活作りに真剣に取り組む相談員やデイケアスタッフの方々等、挙げたらきりがありませんが、非常勤で勤務していた頃から、こんな素敵方々と一緒に精神科医療を作り上げてゆければと思います、夢がかなった感があります。



まだまだ未熟な私ですが、東京足立病院の常勤医師として自覚を新たに、精一杯がんばってゆきたいと思いますので、成長を見守って頂けたらと思います。

医局 白井 聖子

**天才！木戸さんの
元気になるレシピ！**



ポトフとはフランスの家庭料理のひとつで材料も基本的に冷蔵庫にあるもので作れて、簡単です。体がぽかぽかして温まってきますよ！

粗挽きソーセージ入りポトフ (材料2人分)

1. 鍋にオリーブオイルを入れ、にんにく(1片)を香りが出るまで炒め、玉ねぎ(1個)にんじん(1本)粗挽きソーセージ(4本)を順に入れ炒める。
2. ある程度炒めたら鍋に水をひたひたに入れ煮立て、コンソメ(5g)パセリの茎(1本)セロリの葉(1本分)ローリエ(1枚)塩こしょう(適量)を加えて煮込み、最後に人参を入れ更に煮込む。(パセリ・セロリはお好みで)
3. にんじんが柔らかくなってきたらじゃがいもを入れ更に10分程度煮込み、キャベツとブロッコリーを入れさっと煮込んで完成。最後に味を見て調える。
4. 器に彩り良く盛りつけお召し上がり下さい。



(エームサービス 木戸晋一)

僕の休日・私の休日

【子供たちの笑顔に癒されて…】

僕の休日はバイクで走りに行くことですが、もうひとつ欠かせないことがあります。それは、今から4年前、子供たちの思い出作りという理由ではじめたキャンプです。年々子供たちも上達し、今では火おこしや、飯盒炊飯、BBQはもちろん、テントを張っての寝床作りもお手の物。

恒例のサプライズ企画は、毎年大好評。

一昨年は竹を割りやすりで削った手作り器具での「流しそうめん」、昨年は「肝だめし」、今年は30名参加しての「マスのつかみ取り」でした。

子供たちの成長と笑顔を見ながら仲間と過ごす時間が至福の時。来年はどんなサプライズを企画しようか…
(中央6階 松本 悟)



各病棟スタッフの家族と一緒に

【ナースはつらいよ～九州湯けむり旅情編～】



愛車にまたがりピース！

私はいつも患者さんに気持ちよい丁寧な対応ができるよう、自己のストレス発散が大切だと感じています。今はまっているストレス発散法はツーリングです。

以前からバイクの免許を持っていた訳ではなく、6月頃から教習所に通いアラフォー世代の女性が誰もいない中、大型バイクの免許を取得。750CCのバイクを購入し、天気がよい休日にはツーリングに出かけています。大自然を体感じて本当にスッキリ爽快です。

峠などでツーリングの人とすれ違う時に、知らない人からピースサインで挨拶されたりすると不思議ですが自分の知らない世界が広がったように感じます。また、地元B級グルメと温泉を堪能できるのもツーリングの楽しみです。

9月にバイクで九州に行ってきました。途中大阪から志布志までフェリーを利用し、桜島を通り鹿児島に上陸。白熊アイスの本店で白熊かき氷をペロリ。熊本では馬刺しをいただき、熊本城をぐるり一周。阿蘇山のすばらしい絶景に感動ながらミルクロードをひたすら走行。別府で初めての砂風呂体験。烏てんをいただき、フェリーで大阪港まで渡り、東京へ。

今度は地元北海道をバイクで1周したいですね。皆さんも良い休日やストレス発散できるよう、何か新しいものにチャレンジしたりするのはおすすめです。興味のある方、一緒にツーリングに行きましょう！
(中央7階 根津 和永)

職員旅行 伊香保温泉の旅

9月29日は晴天。バス車内はお菓子やビールを片手に楽しい声が飛び交っています。

組合が企画した職員旅行1日目のプランは【水沢うどんで昼食⇒水沢観音⇒おもちゃと人形自動車博物館⇒旅館】というもの。

おもちゃと人形自動車博物館ではそれぞれ思い思いのキューピーを作りカラフルな集合写真をパシャリ。旅館ではゆっくり温泉につかり日頃の疲れを癒しました。

2日目は【グリーン牧場⇒軽井沢アウトレット】。

グリーン牧場ではアーチェリーを体験、アウトレットでは思わず財布のひもも緩み、帰りの車内ではノルウェイの森を鑑賞しながら旅の思い出にふけたのでした(汗)。

(医療福祉相談室 小辻有美)



防災訓練を行いました



10月31日、総勢100名の職員が参加し、防災訓練を行いました。東京足立病院は災害時、地域の災害拠点病院となる為、年間を通して防災訓練を行っております。今回は放水や炊き出し、災害時に使用する仮設トイレの設置などを体験し、有事の際、冷静に対応できるように訓練を行いました。

(災害マニュアル班)



特別読切 マルタ様と二村三都

医局 藤代 博

マルタ様ことマルタ・アルグリッチは南米のブエノスアイレス出身の昨年古希を迎えたピアニストです。約30年来のファンである私は最近海外まで追いかけています。ヨーロッパでは単発のコンサート以外に彼女がほぼ毎年出演する音楽祭がいくつかあります。冬はスキーリゾートとして賑わうスイスアルプスの麓の村ヴェルビエで夏に開催される音楽祭もそのひとつです。この魅力は真夏の日中でも気温が20℃前後という過ごしやすい気候とアルプス連峰の見事な眺望です。しかし私にとって何よりも重要なポイントはリゾート地のため普段着で聴くことができることです（ジーンズとTシャツで三年前に訪れたザルツブルク音楽祭ではかなり浮いてしまいました）。そんなヴェルビエに今年も夏休みを頂いて四回目の訪問でした。

マルタ様を聴く前後の旅も大きな楽しみです。念のため一日早くジュネーブについた私は以前から気になっていたミネラルウォーターで有名なエヴィアン村を訪れました。スイスのレマン湖畔のローザンヌから船で対岸のフランスのエヴィアン村に向かった私の頭の中は原泉の冷たい湧き水を手ですくって飲むことだけでした。しかし…願いは叶いませんでした。村の中心部にある原泉は定休日のように鉄扉で囲まれていて近づくことができませんでした。やむなくとほとほと町外れのエヴィアン駅の待合室に入り自動販売機でエヴィアンのペットボトルを購入して喉を潤しました（泣）。



翌日のヴェルビエ村でコンサート会場へ向かう前にネットで共演者をチェックしていた私の目に信じられない文字が飛び込みました。都合により本日マルタ・アルグリッチは出演できず代演は期待の新星の若手…。ショックで文末まで読めず半信半疑で会場へ向かいましたが敷地の一角にある掲示板の前の人だかりを見た私はようやく事態を受けとめることができました。キャンセル魔としてつとに有名なマルタ様に振られることは日本では日常茶飯でしたが初めて海外でも振られました（泣）。



気をとりなおして翌日は古都プラハを訪れました。都市部だけだと思っていた赤い屋根の家々は近郊の家も一軒の例外もなく全て赤いことを空から確認することができました。町では喫煙者がとても多くレストランもカフェも禁煙エリアなど全くないことに驚きました。神聖ローマ帝国の首都は全員カトリックかと思いきや地球の歩き方によると無信仰の人が半数以上とのこと。町の規模に比べて教会が少ないことに納得ができました。信仰心と喫煙率に何か関係があるのでしょうか。ご存知の方がいらっしゃいましたら教えてください。

夏休み前から禁煙していた私は心穏やかではなくなりました。ニコチンガムの使用量が急に増えたことは記すまでもありません（泣）。

次に訪れたのはヘルシンキです。帝政ロシア時代を彷彿とさせる街の重厚な建造物に圧倒されましたが、事前に医局秘書さんから教えてもらっていたおしゃれなバッグや食器などの生活雑貨を扱う店が多い粋な港街でもありました。緯度が高いためなかなか日が暮れず暗い夜を体験するために眠い目をこすって待ちましたが22時頃に不覚にも入眠してしまいました（泣）。



翌日はフィンランド湾の対岸のエストニアに船で渡りました。首都タリンの旧市街はきれいに保存された観光地でした。城といくつかの教会を楽しみました。ところが旧市街から一歩外に出ると荒涼とした町並が広がっていて昔の中国の地方都市を思い出しました。つい最近まで共産圏であったことを肌で実感しました。



再び船でヘルシンキへ戻り残りわずかとなったニコチンガムをヘルシンキ駅前商店街の薬局で発見した時は飛び上がるほど喜びました。日本の三分の一の価格のためまとめ買いしたいと思いましたが向精神薬として税関で没収されるかもしれないと思ってお徳用の大箱一箱にとどめました（泣）。

毎日が泣くほど楽しい一週間でした。

外来のお知らせ



診療時間

午前 9:00~11:30 (午前初診受付は11:00までです)
午後 1:30~3:00 夜間 5:00~7:30

診療科目と曜日

		月	火	水	木	金	土
精神科	AM	○	○	○	○	○	○
	PM	○	○	○	○	○	○
	夜間	—	○	—	○	—	—
アルコール専門外来	AM	○	○	○	○	○	—
	PM	—	—	—	—	—	—
内科	AM	○	○	○	○	○	○
	PM	—	—	—	—	—	—
老人外来	AM	○	○	○	○	○	○
	PM	—	—	—	—	—	—
リハビリテーション科	AM	○	○	○	○	—	○
	PM	○	○	—	—	—	—
皮膚科	AM	○	—	—	—	○	—
	PM	—	—	○	—	—	—
歯科	AM	—	—	—	—	—	—
	PM	○	—	○	○	—	—

◎老人外来の月・火・水・金・土は特に物忘れの方の診察を行っております。

◎内視鏡（胃カメラ）は火曜・水曜に行っております（予約制）。

◎グループ活動としてはデイケアをはじめ、デイナイトケアやご家族の会、当事者の会などありますので、詳しくは職員にお尋ねください。

◎老人保健施設や訪問看護・介護ステーション、在宅介護支援センターも併設しております。ご利用のご希望の場合はお声かけください。

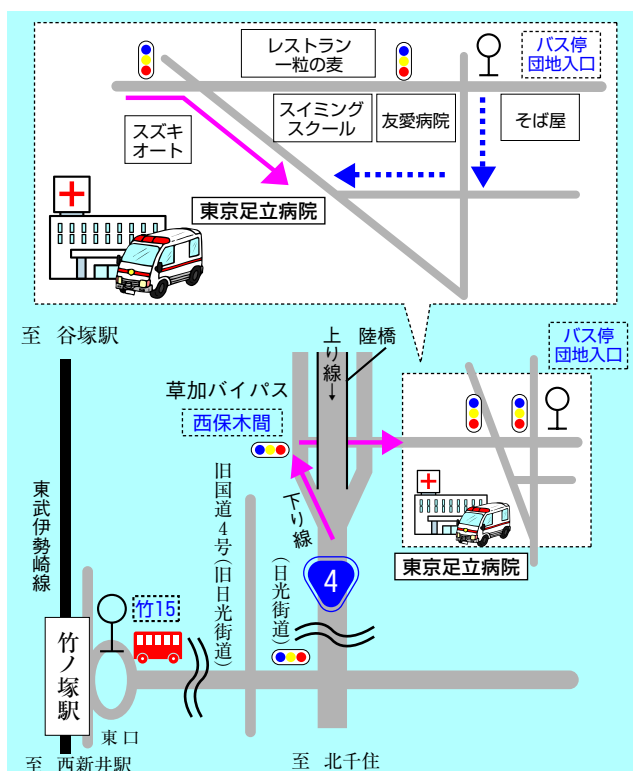
交通のご案内

[電車・バスでご来院の方]

- ◆東武伊勢崎線竹ノ塚駅東口より東武バス花畑団地行き（竹15）にて「団地入り口」下車徒歩2分。（タクシーの場合、谷塚駅からの方が短距離です。）

[お車でご来院の方]

- ◆国道4号線（日光街道）の西保木間の信号を花畑団地方面に曲がり、1つ目の信号を右折して下さい。



医療法人財団厚生協会 東京足立病院

〒121-0064 足立区保木間5-23-20
TEL. 03-3883-6331
FAX. 03-3884-7036
ホームページ <http://tokyoadachi-med.jp/>