

第98号

ゆふいんだより

発行/平成21年 4月
湯布院厚生年金病院
「ゆふいんだより」事務局
郵便番号 879-5193
大分県由布市湯布院町川南252
TEL.0977(84)3171
FAX.0977(84)3969
<http://www.yufuin-hp.com>
E-mail:hs_yufuin@kjp.or.jp



南由布、由布岳、桜の湯布院

湯布院の春は蒼々とした由布岳をバックに、菜の花の黄色、桜のピンクと華やかに幕開けしました。病院の窓から眺める湯布院の景色は四季折々に変化し、どの季節も素敵ですが、春はまた格別で心が躍るような気がします。そして、希望に燃えた30名の新採用者を迎え、当院の新年度もスタートしました。

年の初めはプライベートな目標を考えるのに良い機会ですが、年度初めは仕事の目標を掲げるのに良い機会です。毎年、病院は年度の業務目標を掲げそれに従って各所属も目標を掲げます。何といても今年度の目標は、電子カルテの導入です。記録にかける時間を短縮し、少しでも患者様の傍に行けるように。また、書類をあちらこちらに届けなくてもいいように。書き写すことでの間違いがないよ

うに、等々。電子カルテ導入のメリットは多く、期待も大きく膨らみます。しかし、準備を始めてみると決定しないといけないことや、選ばないとけなとことが沢山あります。先行導入している病院を見学したり、いろいろ説明を受けながら皆で相談し、少しずつ作業をすすめています。

振り返ってみればこれまでも病院の新築、病棟の機能転換による引っ越し等、大きな事業に取り組む度に、職員の団結力、組織力の強さを感じてきました。この度も当院の基本方針の一つである、チーム力が発揮できると信じています。なにより患者様にご迷惑をかけないように、電子カルテが稼働する予定の秋には「便利になってよかった」と喜びあえるようになりたいものです。

(看護部長 城戸麻三子)

おたよりコーナー



大分県 高野 久仁弥

早いもので脳卒中発症から2年になります。

左片麻痺の改善は、入院中に較べると薄紙を剥ぐみたい、極めてゆっくりです。ただ、ある日、今までに出来なかった事で出来る様になったことがあります。

今朝、不思議なことがありました。

「夢」

今朝、不思議な夢を見た。

麻痺側の手でテーブル塩の容器をつかんだ。

腕はまだ動かない。これは夢だ。

いや、夢でない。

目が覚めたらやっぱり夢だった。

片麻痺が解消した夢は

今までほとんど見たことはなかった。

不思議な夢を見たものだと思いつつ食卓についた。

するといつも握っている左手の指が

…3本伸びているのに気がついた。

今朝の夢が正夢になるようリハビリを頑張りたい。



大分県 土井 典子

「ゆふいんだより」送っていただきありがとうございます。

何度も繰り返し読んでいます。本当にうれしく感謝しています。また次の号をお待ちしています。



大分県 深津 定

「ゆふいんだより」97号ありがとうございます。

由布院駅の線路の分岐している様相と、暗い霧の風景が時代を強く感じさせます。

巻頭の挨拶とちょっと違いますが、写真の迫力は良く表現されています。

「紅かなめ」の成長した姿を拝見させていただきたいと思います。



大分県 衛藤 巖

「ゆふいんだより」お送りくださってありがとうございます。会社を辞めたら時間が余り、現在は町道や集落の草刈や側溝浚え等一人で気儘にやっております。さて、宮崎で「シニアの主張全国大会」があると案内がありました。

昨年の締め切りでしたが、私は原稿用紙5枚に書いて提出しました。応募者の中から選ばれた7名が演壇に上れるそうです。言語に障害のある私が応募するのはいささか場違いなような気もするが、「引込み思案」から大勢の前に出て話をする機会を与えてもらえたらと、あえて応募することにしました。選考を勝ち抜いて…、良い報告が出来るといいのですが…。

全国レベルじゃ無理かもしれぬ
でもやってみる価値はある
寝ても覚めても「シニアの主張」
傘寿の頭埋めつくす



大分県
荻田 浩一 ▶



福岡県 太田 ヒロ子

「ゆふいんだより」ありがとうございました。

いつも懐かしく、また、記事など参考に拝見いたしております。今回は、特にセラピストさん方の写真の背景に見える由布岳にいろいろ思いを馳せました。

病院の屋上から眺める景色は大好きでした。

セラピストさん方の写真と名前もいい記事だと思います。いつか私がお世話になった方々のお顔が拝見できるときもあるだろうと思いつつ、リハビリですごした日々を思い起こしました。

病院ではリハビリ生活が、またセラピストさん方のかかわりが大きなウェイトをしめていましたので、そちらのことは忘れられません。



大分県 大石 喬

先般は「ゆふいんだより」97号を送っていただき、誠にありがとうございました。

私は昨年3月13日に脳梗塞になり、大分岡病院と湯布院厚生年金病院で入院生活を送りました。

今では後遺症もなく、元気に生活しています。

皆様のおかげと感謝しています。

「ゆふいんだより」の最後のページを見ていますと、お世話になった方々の名前を呼んで、懐かしく感じています。内容も皆様が心をこめて書かれたのが良くわかります。

私は春の湯布院生活でしたが、秋には「あさぎりフェスティバル」があるとのこと、今年フェスティバルには行ってみようと思いました。入院中に私の孫が数度見舞いに来ました。看護の仕事、療法士の仕事を見て、自分の進路をその方面を目指すことにきめたそうです。

皆様の仕事ぶりに感銘を受けたものと思います。次の「ゆふいんだより」を楽しみにしています。



大分県 屋形 静子

目が覚めた

周りが見える 手も動く

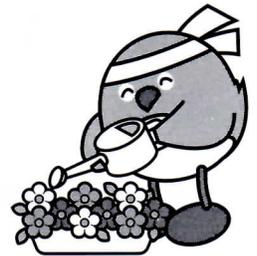
たって歩ける この有難さ



大分県 疋田 利量(とよこ)

いち早く春を感じて「めじろ」が忙しく働き始めました。「ゆふいんだより」が私の心にも春の風を運んでくれました。

後藤先生の「中腰」に胸キュンです。



お医者様も私たちと同じ「悩み多い人間」なんですネ。親近感が湧いてきました。

昨年の「あさぎりフェスティバル」に参加しました。

3年ぶりでしたが、病棟の看護師さんが覚えてくれていて、お声をかけてくれました。嬉しい！ 脳卒中のこと、参考にして実行、いろいろとありがとうございます。

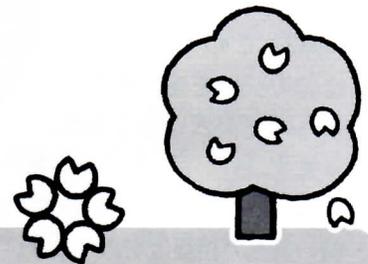


宮崎県 藤崎 守(えい子)

「ゆふいんだより」をいつもありがとうございます。

夫、守の入院の際には誠にお世話になりました。有意義な入院生活であったと思っています。

貴病院の存続のこと、私も残して欲しい病院の1つであり、いつも気にかけております。



ゆふいんだより

アンケート調査 ご協力をお願い

声をお聞かせ
ください。



「ゆふいんだより」は当院で脳卒中のリハビリテーションを受けられた方、そのご家族を対象にお送りしている季刊冊子です。

昨年に当院で何らかの脳血管障害でリハビリテーションを受けられた方は、650名を超えております。

今年も回復期の方、維持期入院の方、手術等に伴うリハビリ入院の方、その中から419名の方が新しくこの「ゆふいんだより」の会員になりました。

「ゆふいんだより」では、退院後の皆様のご様子をお聞きするために、5年に一度、皆様にアンケートをお願いしています。

今回、アンケートの葉書が入っておりますので、皆様のご協力をお願い申し上げます。

返信の折には、是非一言メッセージで、皆様の近況、こういう企画を「ゆふいんだより」に取り入れて欲しい、こういう記事はやめたほうがいい等、ご意見をお寄せください。

お待ちしております。尚、お葉書は6月末日までにご投函ください。

新院長就任ごあいさつ

院長 森 照明

4月1日から有田院長の後任として院長に就任いたしました。よろしくお願いたします。簡単に自己紹介させていただきます。出身は愛媛県今治市です。学生時代を仙台市で過ごし専門は脳外科です。昭和57年に大分に来て大学に勤務し、平成13年から20年迄国立病院機構西別府病院院長を務めました。国立病院も激動の時期でしたが、職員の努力で30年間の赤字続きを黒字に転換出来、電子カルテも入れて、さらに臨床研究や医療安全など医療の質の向上にも成果が得られ、日本初の総合スポーツ外来も立ち上げました。

昨年9月30日に定年退職し、縁があって当院に來させて頂きました。

この湯布院厚生年金病院は昭和37年に初代壇院長が基礎を築かれ、桑原名誉院長、有田院長がさらに発展させた日本を代表する名門リハビリテーション病院です。私の役目はこの伝統を受け継ぎ、さらに充実させることにあります。

また、脳外科医ですので、脳や脊髄の病気の相談にもあります。「頭痛外来」、「セカンドオピニオン外来」、「スポーツ医学外来」も開設しました。「メンタルトレーニング」は得意とするところですのでいつでもご相談ください。

いま、全国7つの厚生年金病院は政府の方針で整理機構に預けられ、運営を引き継いでくれる自治体、医療法人を募集しているところです。当院はベッド数291床で職員数が約500名近くの大所帯ですが、患者さんからは「良心的な医療をしている」「職員のあいさつと笑顔がいい」と褒めて頂き、全国から受診して頂いております。お陰様で長年、健全な黒字経営が続いております。

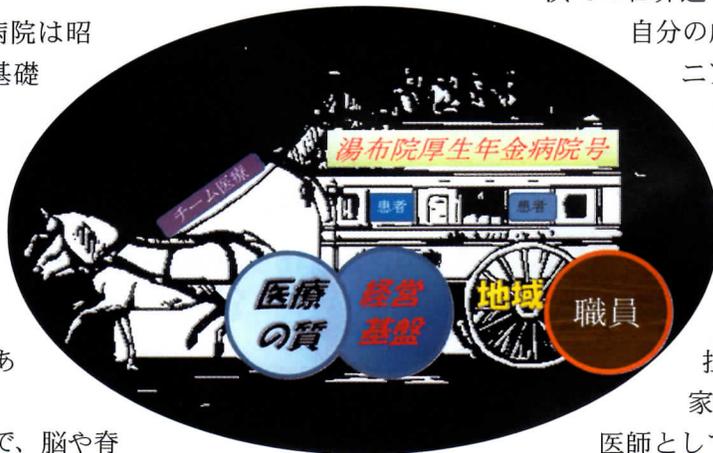
湯布院は春になると辻馬車に乗っての市内観光が好評です。病院をこの辻馬車にたとえますとイラスト図のように動力源の4つの車輪には「医療の質」「経

営基盤」「地域」「職員」が相当するかなと思っています。これらがあつちり調和し、支えあつてこそ安全に患者さんをゴール地点までお運びすることができます。チーム医療という手綱を握つて安心・安全運転するのは院長の役目だろうと考えています。ゆっくり、のんびり、暖かく、しかも確実に皆さんと歩んで行きたいと思っています。よろしくご支援ご協力をお願いいたします。

私の趣味はスポーツ医学、卓球と日本酒です。卓球は日本卓球協会のスポーツ医科学副委員長、ナショナルチームドクターであり、福原愛ちゃんらと共に世界選手権にも数回帯同しました。今年5月の横浜での世界選手権にも帯同予定です。

自分の成績は50歳時の大分県シニア国体選手、60歳時の年齢別日本医師卓球大会優勝などです。大分国体では空手、ボウリング、シンクロ、卓球など多くの競技選手のメンタルトレーニングを担当しました。

家族は4名で長男、次男は医師として独立しており、別府湾が見える別府の自宅には家内とコーギー犬「楽気：ラッキー」がいます。これからはヘボゴルフをしたり、湯布院の夜も飲み歩きたいと思っています。よろしくお願いたします。



リハビリコーナー

自宅で役立つ！ 「よくする介護」とは？

(その人らしく生活するための介護)

日常生活で、介護を必要としている方の中には、脳卒中の発症や、加齢に伴うなんらかの障害や疾病などによる生活の不自由さを抱えていることが多いと思います。今年度は、自宅で役立つよくする介護(その人らしく生活するための介護)のポイントを4回シリーズで紹介します。

まず、その人らしい活発な生活を送るためには、生活不活発病にならないことが重要になります。そこで、生活不活発病について簡単に説明します。(詳細はゆふいんだより第87号～89号をご参照ください)

生活不活発病

<p>“生活不活発病”って何？</p> <p>生活不活発病とは、病気やケガそのもので起こるわけではなく、“使わないこと”つまり、不活発な生活や安静で起きる全身のあらゆる器官・機能が低下することです。高齢者においては、その範囲も衰え方も想像以上に大きいのです。</p>	<p>見つけ方</p> <p>生活行為に不自由がはっきり出てこないうちに見つけることが大切です。そのためには、次のことに心がけましょう。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①「生活が不活発になっていないか」と振り返る。 ②「少しでも難しくなった生活行為がないか」と探す。
<p>改善方法</p> <p>もし、生活不活発病が起こっていても改善することができます。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①生活が不活発になった原因を見つけて、活発な生活に改める。 ②難しくなった生活行為は向上させる練習をする。 	<p>予防方法</p> <p>生きがいのある活発な生活で防ぐのが基本です。例えば、仕事や家事で役割を担ったり、趣味や交友、スポーツなどを通じて親しい友人や仲間を持ち、生活を活発化させることが重要です。</p>

※生活行為：歩くこと、家の仕事、身のまわりのことなど

よくする介護とは？

“よくする”というと「病気そのものを治す」というイメージを持つかもしれませんが。しかし、ここでいう“よくする介護”とは、薬を使うことや、手足をよくする(筋肉トレーニング、運動をするなど)といった直接的に障害を治そうという意味ではありません。生きていく上でその人ができるごく普通のことを、その人自身で行えるようになるように支援することです。

「リハビリテーションはリハビリの専門家が行うもの」と思っている方が多くいらっしゃると思います。しかし、リハビリの専門家だけでなく、身近で介護を行っている人の関わり方ひとつひとつが活発な生活を送るための大切な支援になっているのです。

- その方が本当に望む生活はなんでしょう？
- 介護されることに慣れきっていませんか？
- 本当はできるのに手伝いすぎてはいませんか？

例えば、生活の中で、活動のやり方を少し変えること、手伝い過ぎずその人の力を使える環境を整えること、などほんの些細なきっかけでその人らしい活発な生活を送ることができます。

今回は、起居・移乗・歩行について具体的な例をあげて、自宅で役立つよくする介護を紹介します。

(担当/作業療法士 丸淵 さゆり)



生活習慣病の予防

～ 脳卒中の前兆と対処法 ～

さわやかな風の吹く季節となりました。皆さんお元気ですか？

さて、今回は、脳卒中の前兆症状についてご紹介していきます。

全ての脳卒中が、ある日、なんの前触れもなく突然起こるわけではありません。中には大きな発作が起こる数日から数週間前に一時的な軽い発作が先行することがあります。症状が一時的で軽いため、大したことはないと思いがちですが、そのままにしておくことは非常に危険だと思われま

脳卒中の前兆にご注意!!

～前兆の症状について～

* 頭痛・吐き気

普段経験したことのない強い痛みや吐き気が生じる

* めまい

グルグル回る、船に乗ったようにゆらゆらする

* 耳鳴り

脈拍に一致してザクザク、ザーザーという大きな耳鳴りがする

* 意識を失う

急に目の前が真っ暗になり、気を失う

* しびれ・脱力感

急に片側の手足の感覚がなくなる、あるいは片側の手足の力が抜けてしまう症状が出現する

* しゃべれない

呂律が回らなくなる、思ったことを言葉に出して言えない

* 物が二つに見える

片目ではちゃんと見えるが、両目で見ると物がだぶって二つに見える

* 物が見えにくい

例えば右半分の視野が急に見えにくくなる、急に片側の目が真っ暗になり見えにくくなる

* 物忘れがひどい

同じ事を何度も繰り返し聞くなどの物忘れが急に生じる

上記のような症状に気づいたら早めに専門の医療機関(脳神経科)を受診することをおすすめします。
また、一度脳卒中にかかった方でも、上記のような症状が重くなったり、続く場合は、かかりつけ医に相談してみましょう。

(担当/保健師 畑中 美奈)

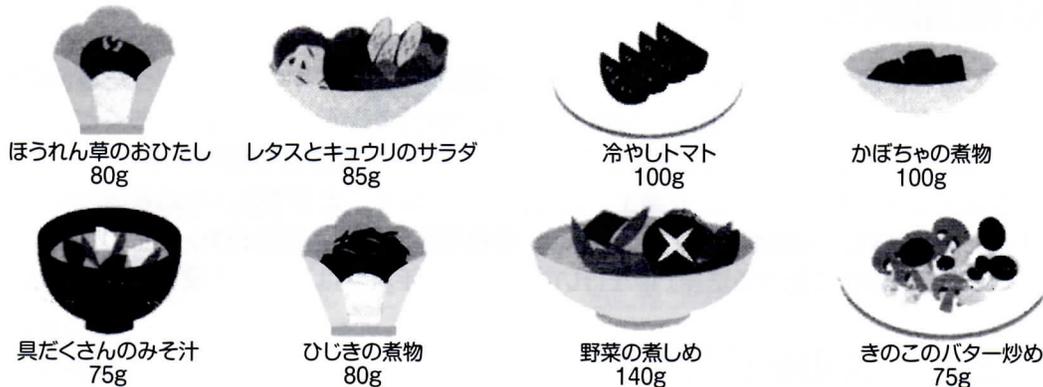
生活習慣病の予防

～ 野菜の効果と食べ方の工夫 ～

一日の野菜の望ましい摂取量は350g以上、そのうち、緑黄色野菜から120g以上、淡色野菜から230g以上のバランスで摂るように勧められています。皆さんは一日にこれだけの量の野菜を食べていますか？

今回は野菜の効果と、食べ方の工夫について紹介します。

普段私たちが食べている料理にどのくらいの野菜が含まれているのか、見てみましょう。(※量は目安です)



「食事バランスガイド」を活用した栄養教育・食育実践マニュアルより

野菜に含まれる成分・効果

- 食物繊維**：食後血糖上昇を抑え、血清コレステロールの増加を防ぎ、便通を改善する作用があります。
- ビタミン類**：糖質や脂質の代謝に関わるB群や、カルシウムの吸収を助けるビタミンD等があります。
- カリウム**：ナトリウムの排泄を促す作用があり、高血圧予防に効果的です。

食べ方の工夫

- 食事の始めに十分摂取しておくこと、血糖の急激な上昇を抑え、また食べすぎを防止できます。
- 摂取量を増やすには、「毎食副菜を摂る、主菜の付け合わせを増やす、具沢山の汁物を摂る」等がコツです。
- 加熱することでかさが減り、生で食べるより多くの量を食することが出来ます。
- 電子レンジを使用することで、茹でる場合よりも水に溶けやすいビタミン類の減少を抑えることが出来ます。

◆旬の野菜は、栄養価が高く、また量が出回るので値段も安く手に入れることが出来ます。旬の野菜で季節を感じ、楽しみましょう。

春野菜

- 新タマネギ
- 春キャベツ
- アスパラガス
- 筍
- グリーンピース
- えんどうまめ
- そらまめ
- せり
- 菜の花
- わらび
- セロリ
- ふき

春野菜のスープ (2人分)

ゆで筍……………20g	ごま油……………1g
春キャベツ……………40g	味噌……………20g
人参……………20g	水……………300ml
グリーンピース……………10g	黒胡椒……………少々
ねぎ……………10g	

- ①筍・キャベツ・人参・ねぎを食べやすい大きさに切る。
- ②ごま油でねぎを炒め、香りがたったら味噌を加えさらに炒める。
- ③筍・人参・水を加え煮立ったら、キャベツを加え強火にする。
- ④仕上げにグリーンピースを加え、黒胡椒で味を整える。

(担当/管理栄養士 斎藤 美絵)



成年後見制度について

今回は、成年後見制度の概要をご説明いたしました。今回は、その中の「任意後見制度」についてご説明します。

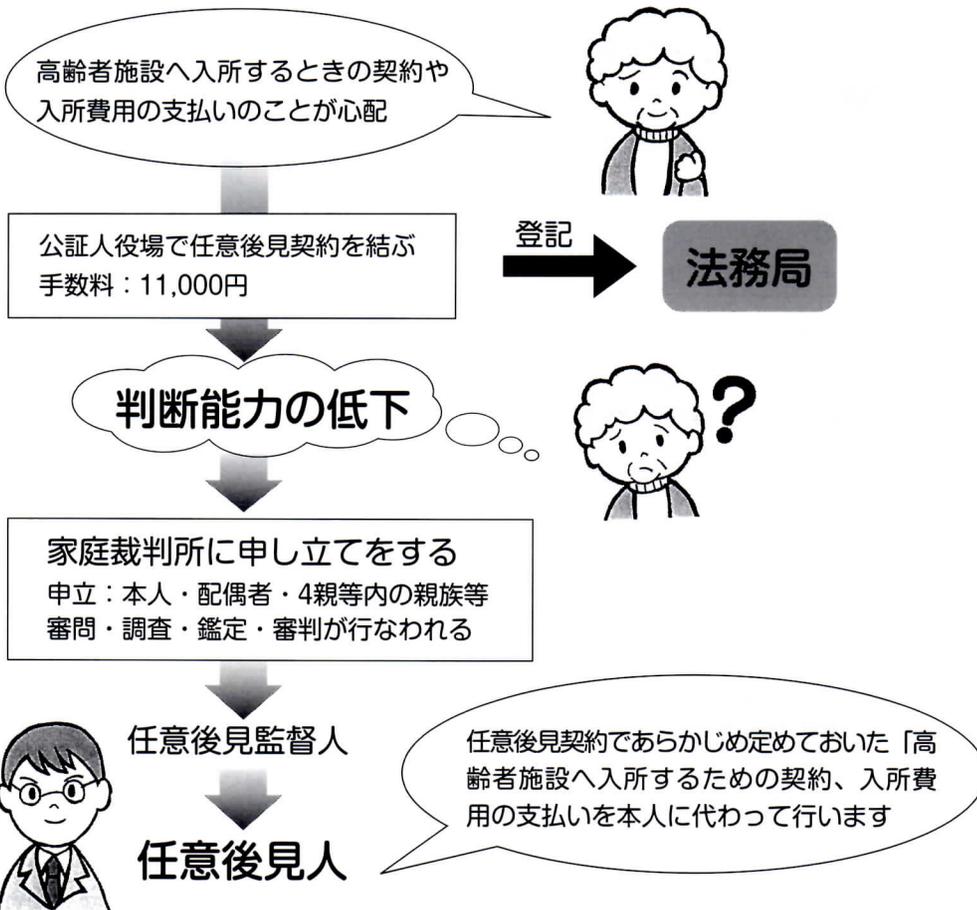
任意後見制度とは…

現時点では判断能力に問題のない方が、将来、判断能力が不十分な状態になった場合に備えて、代理人(任意後見人)と代理権の契約(任意後見契約)をあらかじめ結んでおくというものです。例えば、不動産などの売買契約、施設入所契約などに関する事務等があります。

任意後見人には、家族、友人、弁護士、司法書士等がなることができ、高齢者施設などに入所するための契約、入所費用の支払い(生活・療養看護に関する法律行為)貯金の管理や遺産の分割(財産の管理に関する法律)等を行います。契約手続きは、公証人役場にて行います。

どのように利用するのでしょうか？

例 高齢者施設などに入所するための契約、入所費用の支払いをしてもらいたい



みなさんこんにちは。春を迎え新しい年度が始まりました。温んだ空気につつまれた盆地では菜の花が風にゆれています。春は新しいスタートの季節ですが、一方で別れの季節でもあります。当院でも有田院長が3月末で病院を去られ新しい体制になりました。さらに、長らくこの『ゆふいんだより』の編集長であった衛藤先生がこの病院を去ることになりました。さみしい事ですがこれも人間社会では仕方のないことです。というわけで衛藤先生に勧められて始めたこのエッセイも今回で一応の区切りをつけたいと考えています。衛藤先生や編集部の方々、そして何より読者の皆さんに支えられて楽しく書かせていただきました。ありがとうございました。

今回のテーマは以前から最終回にはこのテーマと考えていたものです。『メメントモリ』とはラテン語で『死を想え』という意味です。古今東西、このメメントモリをはじめとして『死を忘れるな』というメッセージが発せられてきました。なぜ、わざわざそんな警句を人間は伝えてきたのでしょうか。忙しい現代社会では生きることに懸命であり、また日常生活からは『死』は遠ざけられています。その結果、日常生活ではお金や名声や欲望といったものに我々は縛られています。人間は『死ぬことはよく知っているけれども、その死は当分先のことだ』と楽観的に考えなければ日常生活を送れません。ですから、普段はお金が少ないとか、体が不自由で病気ばかりしているとか、名声が得られないとか、器量が悪いとか、異性にもてないなどといった不満を抱えています。生きていることのありがたさを忘れてしまっているのです。

自分が死ぬことを知っているのは人間だけだといわれています。つまり人間は死ぬことを発見したのですが、それは同時に『生』の発見でもあるのです。死という概念を持つからこそ、生きていることの貴重さやありがたさを感じ取れるのです。数多くの闘病記が出版されていますが、多くの方が不治の病に

冒され自分の命があと数ヶ月と知ったとき、落胆したあとに生きていることのありがたさを感じ取っています。今までは何とも感じなかった草花のきれいに感動したり空の青さに感動したりしている人も多くいます。今年も桜の花が咲きましたが、来年も桜の花が見られるだろうと普通の人は考えます。しかし、自分の限られた寿命を知らされた人は桜の花の見え方が知らされる前とは全然違って見えたと書いています。生きること、生命のかけがえのなさを痛切に感じたのでしよう。

命が軽んじられる最近の風潮に対して、青少年への命の教育の大切さが叫ばれていますが、生きることの教育で最も大事なものは『死』の教育ではないだろうかと思っています。『生老病死』は仏教の教える四苦ですが、現代の日本人は合理性を重んじるあまり宗教的感覚から遠ざかりすぎたのかもしれない。若い頃には宗教の非合理性ばかりに目がいて、宗教の持つ素晴らしさを理解できませんでした。人間社会にずっと残ってきた宗教はとりもなおさず人間に必要なことから残ってきたことに今更ながら気がつきました。現代の医療の進歩は素晴らしいものがありますが、それでも治すことのできる病気は限られています。どんなに医学が進歩しようとも『死』は避けることができません。そして『死』は医療によって敗北ととらえられがちになっています。新しい治療法や予防の進歩だけの医療には早晚限界がやって来ます。これからの医学は治療もさることながら、人間学や哲学も重要視されるようになるのではないかと考えています。

さて、皆さんにとって今年の桜はどうでしたか。そして来年の桜、再来年の桜、10年後の桜はどのように見えるのでしょうか。

散る桜 残る桜も 散る桜 (良寛)

入院の相談窓口

地域医療・福祉連携室

こんにちは、連携室です。昨年度も多くの回復期リハビリテーション対象の患者さんが病院等関係機関からご紹介を頂き、当院でのリハビリテーションを経て元気に退院されました。平成20年度の実績を報告いたします。

平成20年度 実績報告(回リハ病棟) 平成20年4月～平成21年3月

●リハビリテーション目的で入院された方

入院総数 713名

大分県湯布院町	16名
大分県玖珠郡	124名
大分県大分市	122名
その他大分県内	236名
大分県外	98名



退院総数 730名

約70% (69.4%)の患者様が、退院後にご自宅生活を再開されています。

疾患別

脳血管疾患	407名
整形疾患	189名
その他	117名

脳出血	138名
脳梗塞	247名
クモ膜下出血	22名

入院期間

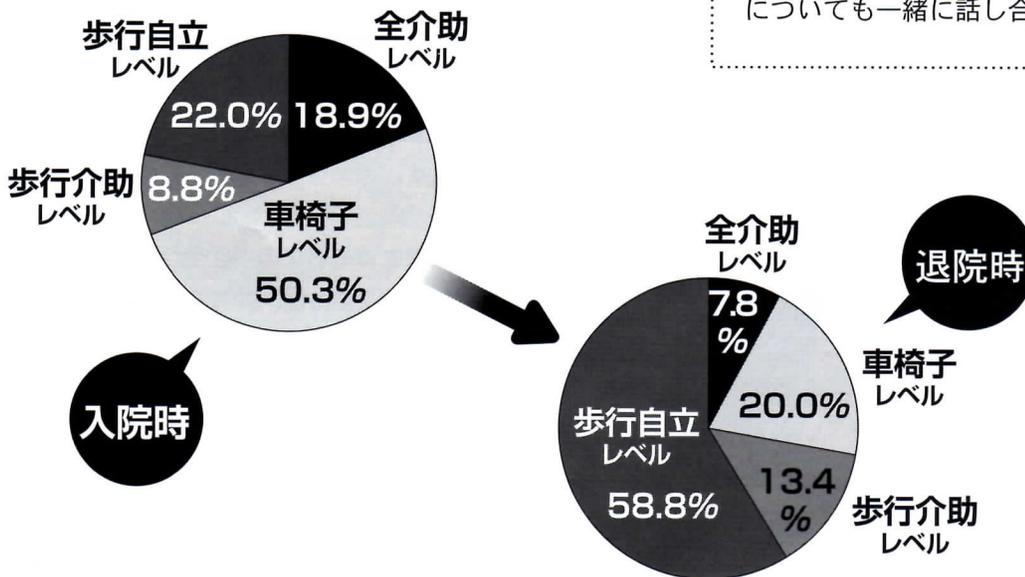
脳血管疾患	129±56.3(日)
整形疾患	85.2±37.0(日)

退院前訪問指導数

139回

大分県下の患者さんには可能な限り、当院リハチームの担当者をご自宅を訪問しています(退院前訪問指導)。ご自宅の住環境整備について検討する他、在宅生活を支援するケアマネージャーを交え、退院後の生活についても一緒に話し合います。

入院時及び退院時の身体レベル



外来担当医師一覧表

平成21年4月1日現在



整形外科担当医	月	火	水	木	金
診察室①	赤木 博安	馬場美奈子	加来 信弘	交代診療	赤木 博安
診察室②	針 秀太	針 秀太	—		馬場美奈子

内科担当医	月	火	水	木	金
診察室①	福永 充	中島 美智	森 照明	村上 仁	福永 充
診察室②	大隈 まり	大隈 まり	井上 龍誠	大隈 和喜	野澤 伸禎
診察室③	後藤 洋一	安部 隆子	宮崎 吉孝	安部 芳武	井上 龍誠
診察室④	村上 仁	衛藤 宏	大隈 和喜	井上 清子	桑野慎一郎
診察室⑤	宮崎 吉孝	—	井上 清子	大隈 まり	井上 清子
				(健診担当)	(健診担当)

専門外来

診療病名	担当医師	診療日・時間
脳神経外科(頭痛など) スポーツ医学	森 照明	水曜日の午前中
リウマチ・膠原病外来	宮崎 吉孝	水曜日の午前中
心身症外来	大隈 和喜	水曜日の午後

検査

検査名	月	火	水	木	金
内視鏡	—	大隈 和喜 宮崎 吉孝	—	井上 龍誠 宮崎 吉孝	—
腹部エコー	—	—	桑野慎一郎	桑野慎一郎	—
心エコー	安部 隆子	村上 仁	福永 充	井上 清子	井上 年夫

受付時間

整形外科 毎週月、火、木、金曜日……………午前8時30分～午前11時まで
毎週水曜日……………午前8時30分～午前10時まで

内科 毎週月～金曜日……………午前8時30分～午前11時まで



〒879-5193 大分県由布市湯布院町川南252番地
湯布院厚生年金病院
代表 TEL 0977-84-3171
<http://www.yufuin-hp.com>

紹介

西4病棟担当セラピスト

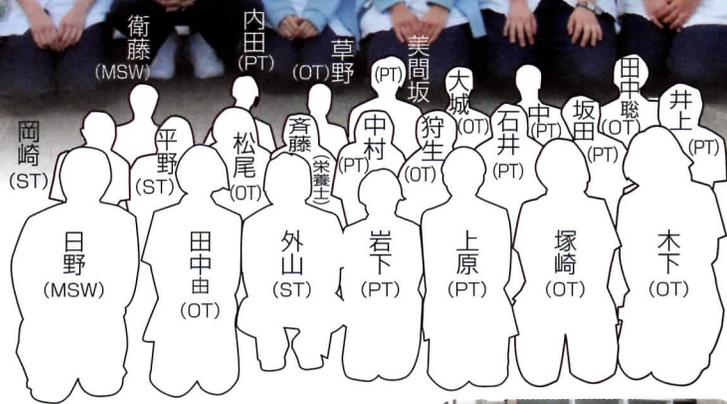
西4病棟はこのメンバーでがんばっています。



江島 (PT) ・ 黒瀬 (PT)



後列 … 志賀 (薬剤師) ・ 花谷 (OT) ・ 村田 (OT) ・ 西田 (PT)
前列 … 高原 (ST) ・ 江口 (OT) ・ 佐藤尚 (PT)



しっちゃんがい!

旬の人 味な顔

日本剣道の真髄を求めて

— 剣道四段 居合道三段 — 内科部長 宮崎 吉孝



私が剣道を始めたのは40歳の時でした。それからは苦勞の連続です。なぜこんなに難しいのだろうかと思います。上 (高段者) に叩かれ、下 (若者) にも叩かれ、不甲斐なさで夜も眠れない日があります。自分は剣道には向いてない。もう止めようと思ったことが何度もあります。

剣道の修行は厳しいです。止めずに続けている理由は何だろうかと考えました。第一には立派な先生方に恵まれているからだと思います。生涯剣道を続けている先生方には独特の威風を感じます。第二の理由は、剣道を通して人間の不思議を探究できるからです。医学教育を受けた私にとって、剣道は異次元の世界です。物質の科学だけでは解明できない世界があるのだと知りました。

「氣」の存在です。剣道にとって一番大事なのは「心」です。身体修行によって心を磨き、氣を高めるのが剣道の目的であると思います。

日本剣道の真髄をご紹介します。「張れや張れ ただゆるみなきあすさ弓 放つ矢先は知らぬなりけり」という徳川光友公の教えです。弓は張れるだけ張って、ただ放てばよい。矢先が的に当たるかどうかを考えてはいけないという意味です。現代人はとかく矢先の行方を第一に考えます。結果を先に考えます。しかし、張れるだけ張ることの方が大事です。その苦勞が人間形成につながるのだと思います。「宮崎さん、汗が教えてくれるよ」と言われました。私は剣道を通していくつもの大事な教えを受けたと感謝しています。

湯布院厚生年金病院 大分県リハビリテーション支援センター

日本医療評価機構認定病院 (リハビリテーション付加機能) 保健文化賞受賞 (平成17年度)

◆表紙撮影: 麻生 孝義

別府・大野印刷