



やっと春が来たなあ！だいふ
気候も暖かくなってきたし、
新たな気持ちで色んな事にど
んどん挑戦していこう！ほな
けど体調管理は油断せんとし
ていかなあかんでよー！今月
もいっぱい面白い記事がある
けん読んでみてな☆



独立行政法人 国立病院機構東徳島医療センター

〒779-0193 徳島県板野郡板野町大寺字大向北1-1

TEL 088-672-1171 FAX 088-672-3809 URL <http://www.etokushima-mc.jp/> e-mail 515sy01@hosp.go.jp



「愛の反射鏡」のお話し

小児科 白川 悦久

私が長年住み慣れた徳島市内の借家も台風時などの雨漏りがひどくなり、定年退職を迎えるのを良い機会だと思い、本年1月末に阿波市の実家に引っ越しをしました。まだまだ片付かないこともあり、引っ越しはなかなか大変でした（今も大変な状況は継続中）。いろいろな物を整理する中で、実になつかしい本が出てきました。坂東義教著「坂東先生の教育講座（昭和53年、テレビ朝日）」、「続・坂東先生の教育講座（昭和54年、テレビ朝日）」（両書とも絶版）のことについて書きます。

坂東義教（1927年～1978年11月15日）先生は北海道旭川市出身の元教育評論家で、モーニングショーの子育て講座を担当した。講演に際しては北海道独特の訛りに津軽弁も織り交ぜ、話にユーモアを交えた内容が多く、テレビの教育番組への出演が増えていった。テレビ朝日のモーニングショーの毎週月曜日のコーナー「子供に自殺されないためのお母さん教室」に出演した。ここでも坂東先生はユーモアあふれる話しっぷりでスタジオの主婦を笑いの渦に巻き込んだ。こうした講演内容を臨場感にあふれる形で出版されたのが、坂東義教著「坂東先生の教育講座（昭和53年、テレビ朝日）」です。昭和53年10月にこの本を書き終え、それから約1ヶ月後の11月15日、講演先の長野県明科町（現・安曇野市）から帰宅途中のタクシー内で意識を失い、間もなく亡くなった（死因は脳出血）。坂東先生の急死に際し、全国津々浦々から多くの要望があり、坂東義教著「続・坂東先生の教育講座（昭和54年、テレビ朝日）」が出版された。

「続・坂東先生の教育講座」の中の坂東孝子さん（奥様）の寄稿文「夫 坂東義教のこと」には、坂東先生が大病をし、医者に見放され退院して、地獄のような日々をなんとか乗り越え、職場復帰ができた経緯が書かれている。その後テレビにも復帰し、人気者になっても、「僕は一度は死んだ体なのだ、だから、あとの人生はもうけものなのだ。あと残り少ないだろう人生を、世のため人のためささげたい」常日頃話していた、とのこと。また、講演の準備で徹夜をする事はしょつ中で、どんな小さな講演でも小さな原稿でも大切にしなければならぬ、その積み重ねがものを言うのだからと。「僕は決して話の上手い方では無いのだよ、もし良いものがあるとすれば、それは準備の良さなのだ」と、本当に仕事の鬼でした、と書かれています。



備の良さなのだ」と、本当に仕事の鬼でした、と書かれています。

坂東義教先生の人となりをおる程度知ってほしくて、固苦しい文章が続きましたが、ここから坂東義教著「坂東先生の教育講座（昭和53年、テレビ朝日）」の最初の講座「愛情について」の中で話されている「愛の反射鏡」のお話しです。この「愛の反射鏡」を説明するのに、先生は「愛」という字を分解して、「愛は心をノの字で受ける」と言われた。例えば、「おかあさん、先生にほめられたんだよ」って子どもさんが言った時に、なにを受け入れるのかというと、つまり“情”を受け入れるんです。ほめられたんだよって言った時に「あらあ、ほめられたの」って、「の」の字さえつておけばいい。そうすればいいのに、九六パーセントのお母さん方はこうくる。「なにをほめられたか言ってごらん」って……。「こうしてこうしてこうしてほめられたんだよ」「やあー、よく聞けば笑われたんでないの、このほか！」（笑）「おかあちゃん、マルもらったよ」ってね、こう言った時に、たいがいのお母さんは知の方で反応する。お母さん頭あんまりよすぎて、こっちはっかり。（頭を指す）心のほうを忘れてる。で、「やあー、よく見たら零点じゃないの」（笑）これはね、間違いですねえ。マルもらったよと言った時はね、あの、奥さん、いちばーんいい方法はね、子どもさんでもお父さんでも、子どもさんがゆったこと、ご主人がおっしゃったことを、そのまんま繰り返せばいいんです。「おかあちゃん、マルもらったよ」ったら、「あらあ、マルもらったの」そうすれば情に反応することになるんですよ。この情に反応するお母さんはたった四パーセントしかいない。「おかあちゃん、マルもらったよ」たら、「あらあ、マルもらったの」と言うと、「うん、今度ボク、もっとたくさんもらう」って。（中略）反射の鏡といいますのは、お父さんのゆった言葉とおんなじ言葉をゆって、お父さんのつかれたなあっていう、そういう顔つきも同じになって。ね。それでおんなじ気持ちになってやるのが、本当に理解のある奥さん。そうすれば「おまえはやさしいなあ」って。（原文のまま引用）

イギリスの諺（ことわざ）に、「相手の喜びを喜んでやれば、相手の喜びを二倍にしてやることができる。相手の悲しみを悲しんでやれば、相手の悲しみを半分にしてやることができる。」この諺は「愛の反射鏡」あるいは「反射の鏡」に相通するものです。相手が言った言葉と同じ言葉を繰り返す、つまり鏡で反射させてやる。そのようにして相手の心を受け入れることが、まず一番に大事だと、坂東先生はやさしい語り口の中で繰り返し繰り返しておられます。みなさんも「愛の反射鏡」を出来るところから実践されたいかな？と思います。

「おまかせ！！感染予防塾」

『災害感染症対策』

未曾有の被害をもたらした東日本大震災、あれから5年が経ちました。5年という時間は長いようで短いものです。家族、友人、自宅、コミュニティをなくした悲しみや辛さはそう簡単に癒されるものではなく、自然の驚異に破壊し尽くされた街の復興は進んではいるもののまだまだ充分ではありません。しかし、5年という時間は長いようで短いものです。テレビなどで「忘れないことが最大の防災」というフレーズが流れると、早くも風化しかかっているのか、と心に痛みを覚えます。みなさんは、防災対策をしていますか。

被災の現場では二次災害としていろいろな感染が潜んでいます。ライフライン（水・電気など）が止まり、物流が止まり、限られた資材の中でそれらをどうやって予防していくか。防災対策の一環として感染対策も考える必要が出てきています。

災害発生時には建物の倒壊や汚泥の流出で環境が悪化し、怪我をすることもあてでしょう。しかし水道が止まって傷口を洗えないでいると、傷口が化膿し場合によっては破傷風を引き起こすこともあります。怪我をしないように、避難時の靴下や靴、軍手や長袖の上着を準備するとともに、怪我をした時に傷口を洗浄消毒できるように、洗浄



消毒剤を準備しておくといいでしょう。

被災状況によっては排泄行動にも困難をきたします。トイレが使えない、おしりを拭く紙がない、排泄後に手が洗えない。それぞれの状況を想定して、簡易トイレ（ビニール袋とオムツでも可）、ポケットティッシュやおしり拭き、ウェットティッシュ（アルコール含有がベスト）などを準備しましょう。

避難先での嘔吐や下痢などの消化器症状は、原因としてストレスや食あたりなどもありますが、感染性の胃腸炎ということもあります。感染性胃腸炎の予防対策として、食事の手洗いはとても大事な衛生行動ですが、水道が止まっていなくても手を洗えない状況はいくらでも起こります。ウェットティッシュの常備は必須です。

歯磨きが出来ない状態が長くなると、口の中の雑菌が非常に多くなります。特に高齢になると嚥下機能が低下する事もあり、肺炎のリスクが高くなります。携帯用の洗口液があれば、1日1回でも口を漱ぐことができ、リスクを低減することができます。

東日本大震災以降も、地震や火山噴火などの自然災害、地球温暖化を背景とした異常気象、台風、豪雨・豪雪、竜巻などによる被害は後を絶ちません。年1～2回は避難時持ち出し袋を点検し、防災について家族で話し合う機会を持ちたいものです。

（感染管理認定看護師／近藤 恵子）



療育指導室

＊ひなまつりを行いました＊

3月2日に重症心身障害児（者）病棟で、「ひなまつり」の行事を行いました。

患者様は立派なひな人形やひなまつりの飾り付けがされた病棟のデイルームに集まり、嬉しそうな表情で行事の始まりを待っていました。

行事では、最初にひなまつりの歌を歌いました。患者様は、ご家族と一緒に口ずさんだり、音楽に合わせて手拍子をしたりと馴染みのある歌を楽しまれました。

次に、コロコロゲーム大会を開催しました。枠の中でボールを



転がしてもらい点数がつけられた穴を狙うゲームです。高得点の穴に狙いを定めて慎重にボールを転がす方、勢いよくボールを転がす方など、様々な作戦や方法で楽しまれました。

また、昼食時にはひなまつりを堪能していただけるように、ケーキも準備され、みなさん美味しそうに召し上がっていました。今年のひなまつりも皆さんで楽しく過ごすことができました。

（療育指導室 児童指導員／松岡 香住）

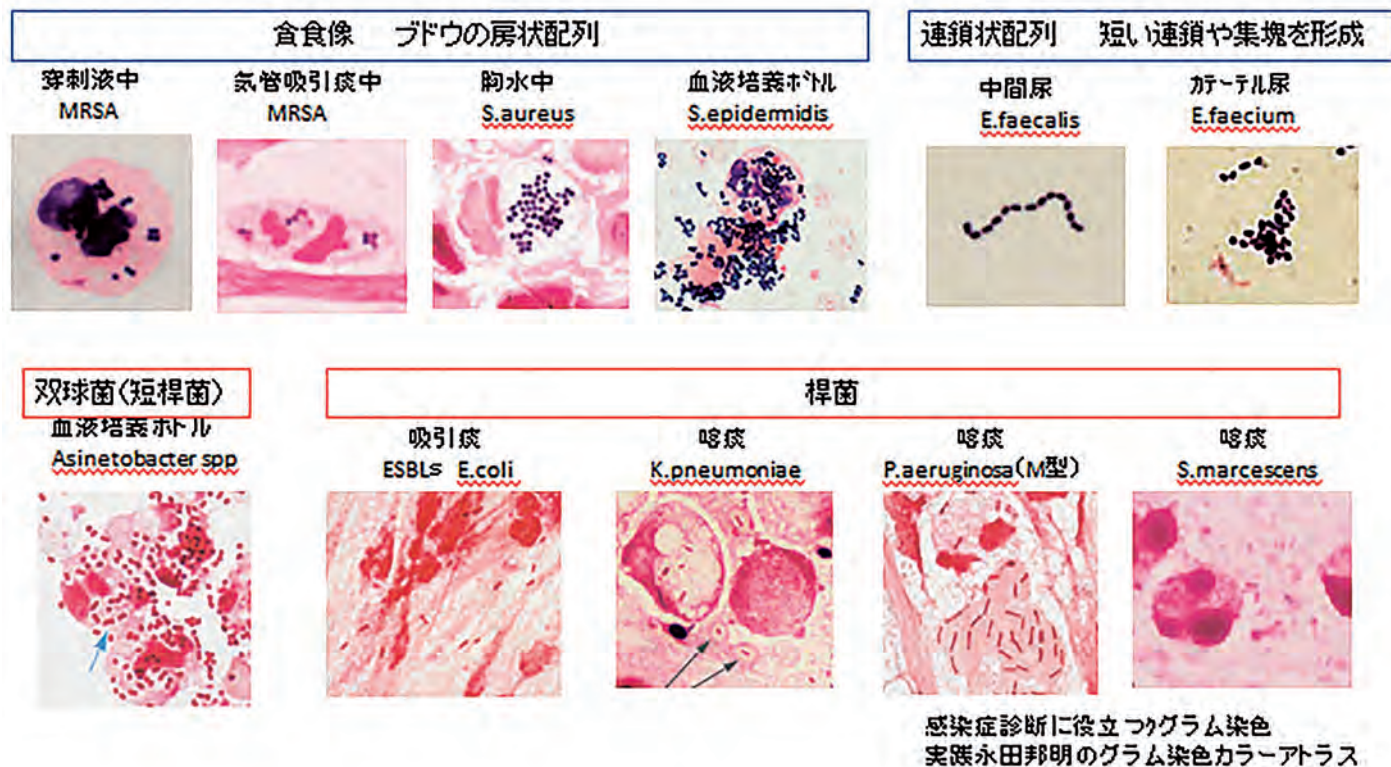




らぼ
だより

グラム染色について

今回は細菌検査のお話です。グラム染色はデンマークの医師 H.グラムさんが創案した細菌染色法で、濃紫色に染まるものグラム陽性菌、淡赤色に染まるものをグラム陰性菌と呼び、細菌の鑑別と同定に広く利用されています。この染色性の違いは、ペプチドグリカン層と脂質の厚さの細胞壁の構造の違いによるもので、みなさんがよくご存じのMRSAはグラム陽性球菌、P.aeruginosaはグラム陰性桿菌の代表的な菌でございます。形態的に丸い菌が球菌、長方形に菌が桿菌と分類されます。



さて、起因菌の検出率アップをはかるための要点を一言でいいますと、良質の検体採取と放置せずに検体を提出することに尽きるでしょう。できる範囲でご協力をお願いします。
(研究検査科/細川 慶司)

⊗「ばいばい👋メタボ!教室」第3弾! ~食べ過ぎちゃダメ! 糖尿病を予防するための教室~ ⊗

先日2月28日日曜日、長瀬院長を隊長とするメタボ撲滅隊による糖尿病の啓発・報発信イベントを、藍住町にて行いました。前シーズンで「メタボ予防」、前シーズンでは「高血圧」を主題とした内容でしたが、今シーズンは「糖尿病」が主題となっています。内容は、長瀬院長による講義と、隊員による寸劇です。寸劇は、みなさんも経験があるような悪い



習慣を、良い習慣と対比させてコント風に表現し、管理栄養士・薬剤師・理学療法士が正しい方法や簡単にできる工夫を紹介するという内容です。

前回予定していた日程が寒波襲来のための積雪で中止となったため少し遅れての開催です。

それにもかかわらずとてもたくさんの方に参加いただき、感謝の気持ちでいっぱいです♪

みなさんから「面白かった〜」「いい演技しよかった」等など温かい言葉をいただきリハーサル以上の出来となりました。

みなさんに笑って楽しんでもらいながら、正しい知識や体によい生活習慣を身に着けていただきたいと思います。今後ともよろしく願いいたします!



(薬剤科/水野 馨子)

● 看護学校便り ●

卒業にあたり

3年前の春、自分が看護師として働く姿をイメージし、多くの期待を胸に入学しました。しかし、実際に授業が始まると、慣れない医療用語、そして難しい専門内容の講義ばかりで、本当に自分はこの道でやっていけるのか不安になりました。また学習以外にも、看護師としてあるべき姿（人間性）についても深く考えるようになりました。

臨地実習が始まると、机上で学んだ学習ばかりでなく、患者様の個性を踏まえた看護が重要であると実感しました。

西4病棟での実習では、慢性心不全の患者様を受け持たせて頂きました。患者様は、薬の服用を忘れてしまうことから病状が悪化し、入退院を繰り返されていました。そこで、服薬を忘れない方法を患者様と一緒に考え、服薬管理ボックスを作成しました。また、退院後不安なく快適に生活できるように、患者様と看護師、他職種の方との退院前自宅訪問に同行させて頂き、在宅での生活上の問題点を明確にし、対策を考えました。この実習で、長期に渡り病氣と共に生活する患者様が、疾病のコントロールをしながら生活することの難しさや、それに伴う心理的負担、そのような患者様にどのような看護が必要であるかを考えることができました。そして、患者様と共に考え問題を解決していくことの重要性、病院だけでなく、在宅での生活を見据えた看護介入が必要であると学びました。また、看護師間だけでなく、他職種と協力し患者様を支えていくことの重要性を再認識しました。

改めて学生生活を振り返ると、失敗の連続でしたが、さまざまな方にご指導を頂き、また、共に日々を過ごした仲間や家族にも支えられ卒業を迎えることができました。そして何より、未熟な学生を受け入れてくださった患者様やご家族の存在があったからこそ、現在の自分があると思います。本当にありがとうございました。

これまで支えてくださった方々への恩返しは、これから出会う患者様一人ひとりに心のこもった看護を提供していくことだと考えています。これからも目標を持ち、より良い看護が提供できるように日々精進していきます。

(卒業生／中川 雅也)

春の光に包まれ木々の芽が膨らみ始めた3月4日（金）、卒業証書授与式が行われ、第33期生36名が学舎を旅立ちました。本校で学んだ3年間に礎に、常に看護に対する責任感と自覚を持ち、いきいきと輝き活躍されることを期待しています。

日頃よりご支援、ご協力頂きました皆様に心より感謝いたしますとともに、今後ともご指導のほどよろしくお願いいたします。（看護学校／田村 智子）



糖尿病教室のごあんない



日時 2016年4月12日(火) 午前11時～午後2時

場所 第二会議室(二階)

内容 『糖尿病の運動療法について』
『一人暮らしでも大丈夫！』

理学療法士

バランスのよい食事～コンビニ食品編～

管理栄養士

※試食会(400円／材料費込) 筆記用具をお持ちください