

うえなえ

社会医療法人こぶしブログ 開設から5年

Vol.425 2023.10

社会医療法人こぶしのブログが2023年8月で5年目となりました。今号ではブログでの取り組みについて、広報委員会より報告します。



上：Xのプロフィール
下：広報誌と連動している『身近な鉄道について考える』更新を知らせるポスト

社会医療法人こぶしについて、より多くの人に知ってもらおうという目的でスタートしたブログ。2018年8月地域移行支援チームのブログを引き継ぐ形で始まり、早いもので丸5年が過ぎました。ブログでは日々、植苗病院の中で行われている活動の報告や研修報告、サテライトの活動や訪問看護の様子など法人内での事をなどをお伝えしています。読者定着のため、まるで修行のように毎日一投稿を目指していた時期もありましたが、新型コロナウイルスの影響で活動も研修も激減してしまいました。5類となった今でも毎日一投稿はハードルが高い状態です。ブログでは生き生きとしたデイケア活動を報告する投稿で特に閲覧数が多く、コメントが付くこともあります。他にも参加した研修会の報告として職員から記事を提供してもらいながら、この5年間様々な事を取り上げてきました。また、ブログ開始と共に始めたX（旧Twitter）でも法人の様子やブログ更新状況をつぶやき、日々情報を発信しています。最近ではコロナ禍の影響でお知らせが中心となっておりましたが、新病院移転を機に以前の様な内容も発信していかなければと考えています。

最近新たに取り組んでいるものとして、広報誌うえなえで連載中のコラム『身近な鉄道について考える』と、ブログとの連動企画があります。紙面の関係上広報誌には載せきれない、コラムの内容に関連した写真をブログでご覧いただけるものです。ブログの写真をみながらコラムを読んでいただくと、より一層お楽しみいただけるはず。これらの取り組みは読者の幅を広げ、社会医療法人こぶしについて関係者だけではなく私たちと同じように精神医療に携わっている人達へも発信する機会になっているのではと思っています。今後は毎日とまではいなくても、今よりも投稿の頻度を上げ、私たちと当事者の方を含めたチームとを繋ぐ情報発信を目指し、ブログが持つ強みとは何なのか、その目的と意義を考えながら取り組んでいきたいと思っています。



社会医療法人こぶしブログ
<https://blog.goo.ne.jp/samurai-project>



ウトナイ病院通信

第11回 引越しの厄介者

10月末には建物が出来上がり、先日ホームページでウトナイ病院巡回バス時刻表が発表されました。先だと思っていた新病院移転がだいぶ近づいてきています。大変ではあっても自分のペースで引越し準備をしているので実感がなく、本当にこれから忙しくなるのだろうかとのんびり過ごしています。こんな事を言っているともう既に慌ただしくなっている引越し担当者に怒られますね。気を付けます。

引越しで一番の厄介者は何だと思えますか？私は3歳の時に一度引越したきりなので、この質問をされても見当が付きませんが、引越し経験者に言わせると本らしいです。と言っても私がいる医局（医師ではないので所属は管理課ですが）は、本を沢山持っている人ばかりなので、一般的な答えではないかもしれませんが、本のために家の基礎を頑丈にしたとかおっしゃっていた人もいた様な気がするので。話を戻します。厄介者の本は大きい段ボールに沢山詰めると腰を痛めるので小さい段ボールのみとか独自のルールがあります。運ぶ人が大変なのは重々承知しているのですが、臨床精神医学講座の様なシリーズ物はそれだけで何箱にもなってしまうので、大きい段ボールに入れなくなってしまいます。でもやはり、新しい病院で腰が痛くてとか、疲れて何もしたくないとかになってしまうのは寂しいので、結局小さい箱に詰めてしまうのです。こんな風にどうでもいい事と格闘できるのも今月までです。多分。



娘から蛙化現象という言葉聞いた。それまで憧れだった人がちょっとしたことで、例えば店員さんに対する横柄な態度で、あるいは晴れて両思いになることで、急速に気持ちが冷めてしまい、それまでの王子様から蛙になってしまうことを指すのだという。それを聞いてかつて出会った境界性パーソナリティ症の人を思い出し、理想化と価値下げという言葉を連想した。蛙化の度に相手を替えてしまったら、ドキドキ、ワクワクし続けることはあっても安心感は得られないだろう。危険な目にも遭うかもしれない。どうしたら新鮮な気持ちを持続させ蛙化を防ぐことができるのだろうか。そしてどうやったら長い時間を共に過ごしお互いに安心できる関係にまで辿り着くことができるのだろうか。娘の友達が蛙化現象で悩んでいると聞いた時（悩んでいたのは娘なのかもしれない）、すぐに答えを出すことはできなかった。思い出す度に考えて、どうやったら長い関係を築くことができるのかを考えてみた。まずは日々相手に新たな一面を見出し続けること、相手をもっと知ろう、良いところを見い出そうという気持ちを持ち続けること。そして同時に少々蛙化してもなお共に居続けられるためには、欠点を凌駕する魅力や可能性をその人の中に見続けることではないだろうか。もちろん関係は片方の思いだけで作るものではない。自らも相手に蛙化現象を起こさせないように、起こしても幻滅されないように、それに勝るなにかをこちらから発し続けなければならないだろう。

いよいよこの12月から新たな病院がスタートする。新鮮な気持ちがほど良く落ち着くといいなと思う。それには病院と胆振、日高への健全な好奇心を失わないこと、そしてその可能性や魅力を見つめ続けることなのだろう。きっとその先にお互いの安心感があるのだろうと思う。

(H.N)



精神科医 田中 尚朗

第7回 廃線探し、その事情

みなさんこんにちは。今回からはいよいよ「廃線」を扱っていきたいと思います。といっても、米国には廃線マニアというものはほとんどいません。古地図とか昔の航空写真を引っ張り出してきて、現状と重ね合わせてかつてのルートを推測、遺構探しに精を出す、というような営みはほとんど見たことがありません。日本でも近年は減少気味かなと思いますが、これは路線廃止の時期が関係しているものと私は推測しています。

北海道では国鉄のほかに夕鉄、定鉄、美鉄や多数の簡易軌道などがあり歴史も複雑ですが、国鉄に関していえば、もっとも多くの路線が廃止されたのが分割民営化の前後、1980年代後半とされます。それを受ける形で1990-2000年代にかけて、堀淳一氏などによる、廃線跡をたどる書籍が多数出版されました。このころは鉄道跡が完全に藪に覆われたり、整地されることもまだなかったわけです。2020年代になった今、SLを野ざらして静態保存しているような「記念公園」や、町村がわざわざ整備して残している旧駅舎、バス発着場として継続利用している場所などを除くと、鉄道跡をたどっていくのはかなり難しいでしょう。ヒグマの支配地になっている場所も多いはず。

さて、米国はどうでしょうか。他州の事情はわかりませんが、私の住むニューイングランド地域では廃線ラッシュは1950年代です。北海道より30年早いのです。さらに言えば、旅客取り扱いは1920-30年代で終了し、あとは細々と貨物列車を運行していたという路線もかなり多いです。おまけに人々の出入りも激しく、懐古趣味というのもあまり流行りませんし、なにより鉄道に対する愛着というものも特にないものですから、鉄道跡など残りようがないのです。うかつに人気のない場所を探索するというのも、安全面を考えると少々気が引けます。そういう事情ではありますが、次回から実際の廃線を見ていきましょう。



活動報告

心のアート展2023

精神的な疾患や障害をもつ人たちが手掛けた絵や写真などの作品を展示する『心のアート展2023』が9月9、10日の2日間イオンモール苫小牧で開かれ、当法人からも作品が出展されました。会場には多くのお客さんが訪れており、足を止めて作品に見入っていました。

ひきしまる
塩のかおりの
港にて
★たつゆき朝食の
たまかけご飯
贅沢に
★克彦

お知らせ

◆ 外来休診のお知らせ ◆

社会医療法人こぶし（ウトナイ病院・柳町診療所）では2023年12月28日（木）～2024年1月3日（水）の間、外来診療が休診となります。ご利用されています皆様にはご不便をおかけいたしますが、よろしくお願いいたします。

	12/27 水曜日	12/28 木曜日	12/29 金曜日	12/30 土曜日	12/31 日曜日	1/1 月曜日	1/2 火曜日	1/3 水曜日	1/4 木曜日
外 来	通常 診療	休 診						通常 診療	



スルーは突然に まりも



病む人と出会い
病む人を支え
病む人に学ぶ

発行
社会医療法人こぶし広報委員会
苫小牧市字植苗52-2
TEL:0144-58-2314
<http://www.uenae-hp.or.jp/>



シャインマスカット

< 後記 >

先日シャインマスカットをいただきました。大きくて甘くて、とても幸せな気持ちになりました。美味しく食べれることに感謝です。

(Y.C)