

大 島

ーせいしょう君だよりー



四国最北端の日の出：庵治先端部（撮影：脇林清さん）

大島 ーせいしょう君だよりー 第 1 号の内容

創刊によせて	2	笑いヨガ喜ばれています	6
「新春カラオケ大会」を開催して	3	大島青松園・部署紹介	7
社会交流会館～完成記念式典について	4	大島青松園案内	8
特別講演「認知症の予防と治療」が開催 されました	5		

国立療養所 大島青松園の理念

私たちは、入所者の尊厳を守り、入所者の心情を理解し、入所者が安心して生活できる環境を提供します。

基本方針

1. 入所者の権利と人格を尊重します。
2. 信頼される医療・看護・介護をめざします。
3. 職員の教育・研修に努めます。
4. ハンセン病の啓発に努めます。

創刊によせて

園長 新盛 英世

この度、大島青松園の広報誌を創刊することになりました。創刊によせて、大島青松園の概要、診療体制を紹介し、委託診療をお願いしている医療施設の皆さま、来園される皆様にハンセン病・大島青松園に関心を持っていただければと考えています。

大島青松園は高松港から約8kmの所に浮かぶ面積が約0.62km²の大島という小さな島にあります。島からは、桃太郎伝説の鬼ヶ島（女木島）、源氏と平家の古戦場「屋島壇ノ浦」、小豆島などが望めます。また、船が着く栈橋がある海岸には松の老木が茂っており、源氏と平家の勇者にまつわる墓標の松と呼ばれています。大島青松園はこのような小島に明治42年に設置された国立ハンセン病療養所の一つです。四国本土とは、高松港とは官用船「まつかぜ」（写真右）で、また庵治港とは民間委託船「シャルマン」（写真左）で結ばれています。

平成8年にらい予防法が廃止された

後は、ハンセン病の治療は一般の医療機関で保険診療のもとで行われるようになり、当園で新しいハンセン病の患者を診察することはほとんどなくなりました。ここで生活している入所者についてもハンセン病の治療は全て終了しており、私たちはハンセン病による様々な後遺症の治療と、高齢者に必要とされる一般的な医療を行っています。現在、大島青松園には皮膚科、眼科、整形外科、形成外科、歯科口腔外科の医師が常勤医師として勤務しています。それぞれの医師が自分の診療科に限らず幅広い医療を提供しています。また、耳鼻咽喉科、婦人科、精神神経科、泌尿器科、消化器外科などは非常勤医師の診療援助を受けています。施設内で対応できない疾患については高松市やその近辺の医療機関に委託しています。その際は、高松市の救命救急艇「せとのあかり」により搬送されています。



新春カラオケ大会を開催して

副総看護師長 土居 明美

例年園内のカラオケ大会は、老人会である百寿会と盲人会で年 2 回ずつ開催されていました。平成 28 年 9 月から百寿会は、役員となる入所者の不在のため休会となりカラオケ大会の開催が難しい状況となりました。

そのため今回は園主催でカラオケ大会をしようということになり、平成 29 年 1 月 6 日に「新春カラオケ大会」を開催しました。入所者さんも 60 名と少なくなり、寂しいと言われる入所者さんもおられます。そのため、職員と一緒に楽しみ喜んで頂けるようなカラオケ大会にしようと福祉室と看護課が意見を出し合い、企画・運営を進めていきました。新年を迎えたばかりでもあり、お正月らしく栄養から白玉ぜんざいの準備をお願いし、お菓子なども食べて頂こうということになりました。甘いぜんざいのおかわりを

する入所者さん、職員もご相伴にあずかり一緒に食べることもできました。また、今回のカラオケでは、これまで参加していなかった福祉室、義肢装具士・歯科技工士・栄養係長と部署を越えたグループの歌、バーをイメージした舞台を準備し歯科衛生士とデュエットした入所者さんなど、初めての雰囲気のカラオケ大会で入所者さん、職員の笑いが止みませんでした。「仮装しているあの人は誰だろう?」「こんなカラオケ大会も初めてやわ」と言って頂き、企画・運営したスタッフも達成感のあるカラオケ大会だったと思います。

いつまでも入所者さんに笑顔で過ごしていただけるよう、入所者さんが職員や仲間とのつながりを実感する機会と日々の喜びを実感する場を提供できるように、園全体で取り組みたいと考えています。



社会交流会館～完成記念式典について～

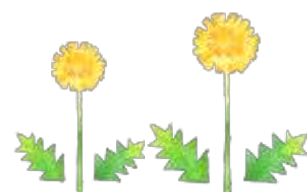
事務長 島田昌浩

平成 28 年 10 月 28 日（金）に社会交流会館の管理部門が完成し、記念式典が開催されました。

社会交流会館は、入所者と地域住民や来園者との交流の場として、また宿泊もできる場所として、旧第2不自由者棟を全面改修して整備しておりますが、今回オープンしたのはそのうちの多目的ホール、休憩室、それに第二面会人宿泊所にあった「カフェ・シヨル」です。式典は、新盛園長による式辞、入所者自治会長の森和男さん、瀬戸内国際芸術祭総合ディレクターの北川フラムさんによる挨拶のあと、テープカットが行われました。その後内覧会に移り、各部屋と看板の説明が行われました。最後は、カフェ・シヨルにてミニコンサーが開催され、おおたか静流さんの清らかな歌声に、絵本作家田島征三さんによるプロジェクター上のリアルタイムの絵画が花を添えました。入所者の皆さんをはじめ来場者にはドリンクとケーキが提供され、寛いだ雰囲気楽しんでおられました。



社会交流会館は、今年度中に宿泊室等が整備され、その後Ⅱ期工事として図書室・展示室等が今年中に完成する予定となっています。大島を訪れる人が入所者と交流し、理解を深めるための施設として充実していくことを願っています。



特別講演 「認知症の予防と治療」が 開催されました

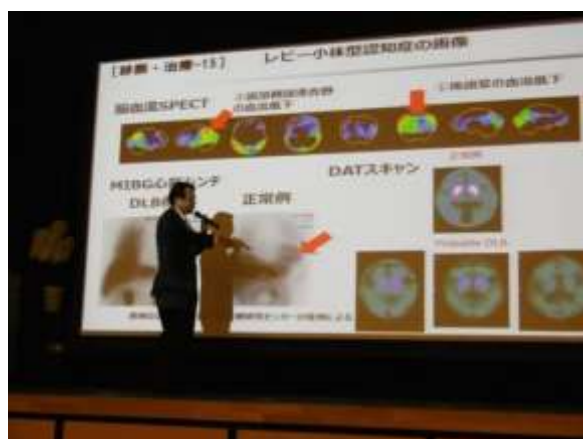
三上教育担当看護師長

平成29年3月13日に国立研究開発法人
国立長寿医療研究センター 長寿医療研修セ
ンター長の遠藤 英俊先生をお招きして、特
別講演を開催しました。「認知症の予防と治療」
というテーマで、一時間半と言う短い時間で
したが、認知症の病態や新しい治療法、取り
組みと多岐に渡るお話をしていただき、とて
も有意義な時間でした。特別講演後の参加者
のアンケートでは、わかりやすく認知症の専
門的な知識を得られたという感想、大島青松
園の入所者のために様々なことを取り組みた
いという前向きな意見が多くあり、特別講演
を開催できて本当に良かったという思いがし
ました。

大島青松園では、その方らしく残された人
生をいきいきと生活できるように支援するこ
とが、当園職員の重要な役割であり、園全体
で取り組む必要があります。しかし、これま
での長い歴史の中で、意識を変えることは難

しい課題でした。遠藤先生の特別講演により
学びを深めたことで、日頃の思いを言語化で
き、意識を変えるきっかけができていたよう
に感じています。

早速、認知症の方に対する各部署のカンフ
ァレンスや入所者さんの対応を検討する診療
会議でも、入所者優先のケアを話し合え、実
践していることが伝わってきています。大島
青松園でのパーソンセンタードケアを考え、
まずは、早期発見・早期対応、認知症予防の
取り組みを行い、入所者の皆さんが笑顔で生
活ができるようにして行きたいと思っていま
す。



「笑いヨガ」喜ばれています

医療社会事業専門員(MSW) 山元 由美

「笑いヨガ」は、無条件の笑いと、ヨガの呼吸法を組み合わせたもので、ユーモア・冗談・コメディに頼ることなく、誰でも笑うことが出来るエクササイズです。はじめはエクササイズとして、つまり、作り笑いとして行いますが、グループの他メンバーとのアイコンタクトや、イメージを膨らまし、腹から声を出し、笑うことで、子どもの遊び心が誘発され、作り笑いが本物の笑いに変化します。脳は、作り笑いか本物の笑いかの区別が付かず、どちらも身体的・精神的に効果があるという科学的根拠に基づいて、1995年にインドの内科医マダン・カタリア氏によって考察されました。現在では、100か国以上の国で、何千もの笑いヨガクラブは定期的に活動しており、広がりを見せています。日本はその中でもインド、ドイツ、スペインに続くヨガ先進国で、特に高齢者への認知症予防・健康生きがいづくりの観点から最近では関心が高まっており、入所施設やデイサービス、病院などでの実施が増えてきています。他にも、障害者、子ども、ストレス・うつ病の緩和等、その人の状況に応じてのエクササイズが展開できるため、需要が高まっています。特に道具を使わず、笑うための環境さえあれば、経費をかけずに実施できることも大きなメリットです。



笑いヨガの効果として、

- 有酸素運動で、より多くの酸素供給・血液循環の増加
- ストレス軽減、解消
- 感情を開放し、感情の落ち着きを維持する
- コミュニケーション能力の向上
- 体が引き締まる、表情筋が鍛えられて若返る
- 免疫システムの強化…NK細胞が増加
- 心肺機能の向上
- 高血圧の改善
- うつ病の改善
- 脳内物質エンドルフィンの分泌による、自然の痛みどめの効果など

さらにこれらに附随する効果も期待されています。

また、企業等でも、職員の心身の健康へのとりくみとして着目しているところが増えてきています。上記のような効果もたらされていることで、個人の心身の健康効果のみならず、職員間のコミュニケーションの向上、創造性・作業効率・チームワークの向上、病欠・欠勤・離職者の低下などが報告されています。

人前で笑うという行為への戸惑いはもちろん、笑う筋肉は日頃使っていないとなかなか使うのが難しいものなので、喉を使って声を出すことや横隔膜をよく動かして腹から笑うことに慣れるまでの、身体的・心理的配慮が大切だと考えています。しかしながら、これまでの2回の実施の中で観察すると、実施前の心配とは裏腹に、積極的に参加してくださる方が多かったように感じています。もちろん好みの問題はありますが、経費をかけずに、脳・身体を使って身体的効果・同時に心理的にも効果が期待できる「笑いヨガ」というエクササイズを大島青松園

の入所者に、そして前記のようなスタッフの相乗効果も期待して、職員とともに展開していきたいと考えています。もちろん、福祉室・MSWの業務に支障がないように注意し、看護課との連携を取ってゆきたいと考えています。まず第一は、入所者のみなさんに少しでも健康になっていただけるように、楽しみ・喜びを感じていただけるように取り組んでいきたいと考えています。



大島青松園 部署紹介

第1回：船舶



大島青松園の各部署を紹介します。第1回目は、何といっても官用船を運航して、日頃からお世話になっている「船舶」です。

常日頃より船舶の安全運航につとめています。船は、車と違い機敏性に欠けブレーキはありません。特に船の出入港時は、潮流・風向・風力・速力・船の惰性・船の性能など数多くの要素を考慮しなければならず、専門的な知識と経験が要求されます。

また、大島港に於いては干満差が大きく利用者の方には、乗下船時にご不便をおかけしていると思います。入所者の方で車椅子、視覚障がい者の方が「まつかぜ」に乗下船される際には、潮位（潮の高さ）により安全に乗下船ができるように心がけており、事前にその旨の情報があれば助かります。

乗務員も民間船等で経験を積んだ者ばかりで、冬場の季節風時（強風）、濃霧、台風接近時は、運航するか？欠航するか？その判断も勇気がいることです。表現がオーバーかも知れませんが、利用者の生命を預かるものとして海難事故で利用者ご本人、その家族を悲しませるわけには行きません。安全第一を最優先しております。



大島青松園官用船「まつかぜ」

大島青松園来園方法

見学をご希望される方は、下記へご連絡、またはホームページをご覧ください。
 連絡先：国立療養所大島青松園福祉室 電話：(087) 851-2826（内線 6150）
 ホームページ：<http://www.hosp.go.jp/~osima/>



大島青松園への来園には、
官用船が利用できます。

船舶運航時刻

	大島港発	高松港着		高松港発	大島港着
1 便	8:40	9:00	1 便	9:10	9:30
2 便	10:30	10:50	2 便	11:15	11:35
3 便	13:25	13:45	3 便	14:00	14:20
4 便	15:00	15:20	4 便	15:30	15:50
5 便	16:30	16:50	5 便	17:00	17:20

平成 29 年 3 月来園の皆さま

徳島市渭北公民館：40 名
 浄土宗南海教区：20 名
 香川県立高松北高校応援団：23 名
 愛媛県久万高原町：20 名
 真宗大谷派四国教区：20 名

－編集後記－

大島にもようやく春が来ました。暖かな陽射しと瀬戸内のキラキラ光る水面を見ると、時間を忘れ心が穏やかになります。

「大島-せいしょう君便り-」創刊号はいかがだったでしょうか。広報誌を通して、大島青松園入所者の方の生活、医療・看護・介護、大島で働く職員のことを紹介する予定です。広く地域の皆さま、医療に携わる方々にハンセン病、大島青松園について理解を深めていただければと考えています。



大島青松園「風の舞」から瀬戸内海の風景

【発行元】国立療養所大島青松園 住所：〒761-0198 高松市庵治町 6034-1 ☎ (087) 871-3131

【発行責任者】岡野美子（副園長） 【企画・編集】広報委員会