



ご挨拶

さくらクリニック練馬 院長 佐藤志津子

皆さまがこのさくら通信を手にしてくださる頃は、たぶん「第7波」の真っただ中。タチが悪いとはいえ「夏の風邪」。涼しくなればおさまりますから、やり過すだけです。「時の間にも、おどき・めどきとてあるべし。」これは世阿弥の「風姿花伝」の一節。「おどき（男時）」はいい流れがきて勝負にいけば勝てる幸運な時。「めどき（女時）」は逆に何をやってもうまいかず、じっとしていた方がいい時。これは「力なき因果」でどうしようもない。今の日本は色々な意味で「めどき」なのでしょう。でも「めどき」の過ごし方が大事だと世阿弥は書いています。「めどき」は立ち止まってじっくり考え、力をためて次の「いい波」に備える大事な時間です。暑い夏の間は、コロナと熱中症から身を守りながら、いい時間をすごしましょうね。

先生御本人が描いて下さったイラストです！



退職のご挨拶

田野原 紀代子

4月末でさくらクリニック練馬を退職し、家庭の事情で山口県に引っ越してきました。

さくらクリニックとの奇跡的な出会いは、平成20年までさかのぼります。途中、約10年間のインドネシアでの経験を挟み、令和元年に帰国後は、さくらクリニック練馬で在宅医療に取り組んでまいりました。

大切な出会いが詰まったさくらクリニック時代でした。

人の生きる力の強さを実感する日々でした。人のたくましさ感動する日々でした。生活の場では、その力強さは更に強さを増してきます。「家」って何なのでしょう。「家」の持つ威力のすごさを痛感しました。

多くの仲間の皆さんに支えられた日々でした。初めて担当者会議に出席したとき、一人の方の人生を支援する仲間の多さに驚きました。そして、その仲間が結束したときの力強さはすごいですね。

在宅医療って竹のようだなあって私は感じています。地面をしっかりと掘んで張り巡らされ、仲間としっかりとつながっている竹の根、そこから上に伸びる、しなやかで柔軟性があり、かつ簡単には折れない竹。この、しなやかさと柔軟性を最大限に活かせるように、そして、患者さんが納得のいく人生を過ごすためのお役に立てるように、日々研鑽を積み、日々悩みながら行動してまいりました。

ここ山口でも引き続き、在宅医療に取り組んでまいります。東京から少し離れてはいますが、この地からも引き続き、皆さまのご多幸をお祈りしています。在任中は大変お世話になりました。



私は独居のALS患者だが、「かわいそう～」とか、「難病中の難病だ」とか、「不幸だね」とか、ネガティブな言葉をよく聞く。たしかにそうなのかもしれない。でも工夫次第で生活は豊かになると思う。

自分に合わせた自助具を作っているOTさんやヘルパーさんを見ていると、わくわくするし感心してしまう。そして完成品を使って不自由がなくなった時、「まだまだいけるぜ！」と、これからの生活が自信に満ち溢れるのだ。そのぐらい自助具は大切だ。

☞全文はさくらクリニック練馬のブログ(2022年3月2日)で是非お読みください

不便だけど不幸じゃない～ALS患者さんの生活の工夫

ALS患者である山村ヒガシ様が寄稿してくださった文章です。生活する上で工夫されていることについて書いていただきました。

* * * * *

「ああ、ラーメンが食べたい。」
ユーチューブでSUSURU TVを見まくっている私は、四六時中ってわけではないけどそう思うことが多い。元々ラーメン好きの私は、よく店に食べに行ったり、ラーメン屋でバイトしてた時には週5で賄いラーメンを食べていた。
ユーチューブを見るためにはパソコンに向かわねばならない。
机の正面に画面があるのだが、私のパソコン机は生活の工夫がある。

机の右側には緊急ブザーを押すための板が立て掛かっている。
手がほとんど動かないので、体を右に傾け、頭で板を押し、板の裏に付いてるポッチで緊急ブザーのボタンを押す仕組みだ。
独りである時にこれが押せない不安で仕方ない。

更に机の手前には、ドリンクホルダーが空中に浮くように設置してある。
ここに280mlのお茶のペットボトルを置いて、ストローキャップを付けて飲むのだ。
机の上に置くと低すぎて飲めず、苦肉の策だったわりには意外にも良案だった。
そして私はこの机に向かうのだが、昇降椅子を上げて高さを合わせたあと、頭が支えられる段ボール製の背もたれを、背中後ろに差し込む。
首に力がない私は、顔を上げたままの状態を保てないのだ。



OTさんを中心としたリハビリスタッフやヘルパーさんが、私の残存機能に合わせた自助具を作ってくれている。私が「こういう感じのものが欲しいんだけど……」と言うと、あれこれ考えて作ってくれる。これは感謝以外のなにものでもない。
皆さんに生活を支えてもらっているおかげで、私はラーメン視聴タイムを楽しめるのである。



【 クリニックからお知らせ！！ 】

さくらクリニック練馬は4月で開院3周年となりました！
さて練馬といいますと都内の最高気温を叩き出す有名地。今年は6月から暑いです。先日、院長の診察へ同席しようと自転車で日陰を求めて路地裏住宅街を抜けていく中で、道端で動けなくなっている高齢者を見かけ救急搬送しました。しかし6月史上最高気温記録日。ビックリする程その日は「119」が繋がらず、ようやく繋がったものの地域の救急車は出払っており隣接区域からでした。本当に大変な時でも救急車がすぐに呼べない現実です。熱中症予防方法についてはTVでも連日報道しますので割愛。まずは皆様 他人事と思わずご自愛頂けますようよろしくお願いいたします。
(院長の診察には間に合いませんでした)

看護師 安藤

