富士山麓病院介護医療院新聞
富士山麓クリニック
第166号

実習中の看護学生さんと何を話しているのかな？

《症例検討・113》

# 子供への心配

院長　清水　允熙

今回は、七十五歳の女性Hさんの例です。症状は以下の通りです。

## 症状

○憂鬱そうで元気がない。二年ほど前にも同様の状態になったことがある。
○何かをする気にならない。
○約束した時間や場所を間違えたり、本人が言ったことを「そんなことは言っていない」と言い張ったりする。物忘れが目立つようになっている。
○よく眠れない。

診察室では、Hさんは自分が忘れっぽくなっているということを意識していて、とても恥じているといった様子でした。謙虚な人柄の良さが感じられます。「私なんかおばあちゃんですからもう…」と言われるときの雰囲気は、とても穏やかで、まだまだ意欲的な何かを感じさせるものでした。

## 生活歴

Hさんの夫は七十五歳です。かつては地方公務員でした。定年退職後は警備会社へ勤務し、そこを辞めてからはお気に入りの盆栽の手入れなどをして暮らしています。

子供は三人。男の子ばかりでそれぞれ家庭をもっていますが、Hさん夫婦とは別居しています。

Hさんには妹が二人います。妹さんたちは大変心配して、毎日交代で最近は元気を失くしたHさんの面倒をみています。

以下は妹さんの説明です。

「姉の長男は洋品店を営んでいますが、仕事がうまくいっていなかったようです。何か他の仕事にも手を出していたようでした。それで借金ができ、その返済のために、姉のHさんからお金を借り出しました。二～三年前のことでした。貸すことにご主人が反対だったので、姉は内緒で貸してしまいました。夫婦の間で何かあったのでしょう、しばらくして、姉は元気をなくしました。買い物や小旅行などに誘われても出て行かなくなりました。気力がなくなったようなのです」

心配した妹さんたちは、Hさんを病院へ連れて行きました。「老人性うつ状態」という診断を受け、薬をもらったとのことでした。

妹さんは説明を続けました。

「その薬のおかげか、姉は元気を取り戻しました。しかし、長男の話になるとイライラする様子なので、私たちは姉の子のことを話題にするのを避けていました。本当に快くなってはいなかったのでしょうか、今思うとどこかに無理があって、何かあると崩れてしまいそうな姉の明るさでした。

それでも二年近くが一応過ぎてゆきました。一年前頃からは薬も飲まなくなっていました。元気になったようでした。ただなんとなく忘れっぽくなってはいましたが…。

そこへ、再度長男から姉に金銭の援助の申し込みがありました。今回もご主人は反対でした。弟さんたちは兄を非難したため、兄弟げんかが起こりました。そのような子供たちの争いを早くおさめたかったのか、姉はご主人や他の子供たちに内緒で長男にまたお金を貸してしまいました。その後、姉は人が変わったかのように元気をなくし、沈み込むようになりました。そして、ひどく忘れっぽくなりました。どうしたらよいのでしょうか。病気はなんでしょうか？本当に『老人性うつ状態』なのでしょうか？」とお二人の妹さんからの質問でした。

## 経過

Hさんの症状を悪化させる原因のひとつは、長男への心配と子供たちの争いのようです。Hさんの夫、子供たちとその家族、Hさんの妹さんたちに会って、対応方法を早急に検討しなければなりません。

その日までは、とりあえず妹さんのお一人に病気になってもらうことにしました。そして、Hさんがその妹さんを元気づけるという方法をとることにしました。

そのために、Hさんが妹さんにしてあげることを役割分担として決めました。

妹のために役立っているという思いを強め、自分の存在価値を認識し、自信を回復し、積極的な生活をしていくようにすることが目的です。

要約すると、次のような対応や配慮が毎日の生活の中では必要であることを、Hさんには席をはずしてもらって話し合いました。

①子供たちと笑って話し合う時間を増やすこと。

②Hさんには母親の役割をさせてあげること（生活の中心的役割をさせてあげること）。

③決定権をもたせてあげること。またもっていることを認識させること。

④以上の素晴らしい能力をもっていることを自覚させること。つまり存在価値を普段もっていて家族の中心的役割をもっていること。

⑤Hさんのプライドを傷つけないこと。
⑥ミスや物忘れなどを意識させ、自信をなくさせないこと。
⑦社会生活や家庭生活の仕事から引退させないこと。
⑧ご主人を含めて家族全員が、一緒に行動してあげること。
⑨運動量を低下させないこと。
⑩長男の問題を早く解決し、心配することをなくすこと。

長男の問題については、長男さんがいるときに改めてどうすべきかを考えることにしました。そして補助的方法としての薬も処方しました。しかし薬に頼った対応方法では改善はすぐ限界を迎えるでしょう。

その後、Hさんの夫や子供たちに会うこともなく、一カ月ほどが経ちました。Hさんの妹さんから電話がありました。「アドバイスのようにしたところ、とっても快くなりました。それで、もう少し様子を見て、悪いようでしたらご主人や子供たちが病院へ連れて行くといっています。前回と同じ薬を二週間分送っていただけませんか」とのことでした。薬は送りました。

## メモ1

Hさんの顔に無力感がいっぱいであることを考慮すると、患者さんへの対応は早ければ早いほど効果的です。

Hさんの場合は、生活のあり方に認知症状の原因があります。夫と子の間にあって、妻として、母としての立場による苦しみの中にいます。Hさんと夫の老後の経済的な問題もあります。

自分の子供たちの危急の状態を助けてやれない母親は悲しみます。その悲しみが長く続けば続くほど、認知症へ陥る時期は早くなります。そして、認知症は進行します。

ご家族様へ

このまま快方に向かい続ければ、軽いうつ状態であったかもしれません。いずれにしても、今後二年間くらいは、充分注意してあげてください。

# 国際アルツハイマー病学術大会でのご報告

令和三年八月二二日に北京で開催された国際アルツハイマー病及び関連疾病学術大会に、当施設の清水允熙理事長と勝又裕子看護部長が参加しました。

大会は二〇の会場が設けられ、各国におけるアルツハイマー病基礎研究、臨床研究を行っている著名な科学研究者たちがオンライン講演を行いました。中国国内だけでも一〇〇名以上の業界専門家が研究課題についての報告を行いました。

その中で清水理事長は開催の祝辞を述べると共に、老年期認知能力低下の予防と改善方法について論文を発表。高い評価を受け、一等賞を受賞。勝又看護部長は当施設の看護・介護に係る取り組みと特徴について述べ、優秀論文賞を受賞しました。

【コメント】

この賞を頂けたのは理事長のすばらしい功績と松下常務理事の的確なアドバイスのおかげだと思っております。この場をお借りして深く感謝いたします。

この受賞を自分の糧とし、今後も精進してまいります。

看護部長　勝又 裕子

清水理事長と勝又看護部長

# 医療法人社団清陽会のこれまでとこれから

常務理事　松下 英美

医療法人社団清陽会は介護医療院に転換して今年三年目を迎えます。

当法人は二〇二〇年四月に、それまで四〇年間経営してきた病院を介護医療院とクリニックの二本柱に分けました。転換を機に更なる改革を進め、コロナ拡大の真っ只中で職員一同心ひとつに、理事長が提唱された当院の理念に向かって頑張ってきました。その成果として、二〇二一年度経産省企業評価（ローカルベンチマーク）ランキングAを獲得することができました。

こうした成果をあげることができましたのも、私たちを常に励まし応援してくださったご家族の皆様、連携医療機関、地域の包括支援センター及び各施設、当院の認知症治療理念を応援してくださっている国内外の大学と病院、社会団体、友人、知人の皆様のお蔭と心より感謝申し上げます。

清水允熙理事長（中国清華大学医学部客員教授、中国アルツハイマー病予防治療協会特任高級顧問、元東北大学特任教授）のお話を伺うと、当院の歴史は苦難の連続だったようです。

十二年前、私が入職面接で初めて理事長にお目にかかった時、髪の毛が真っ白で、挙動の若さとあまりにも違いがあったのにびっくりしたことを今でも覚えています。病院経営、医療現場、書籍出版など数多くの難題を抱えてストレスが限界を超えていた時期だったと思います。

ついに八年前、病院は経営難に陥り、それからますます厳しくなってきました。そこで七年前に思い切って経営企画部を立ち上げ、私が自薦の部長になり（部下無し）、経営改革を始めて今日に至りました。その結果、昨年は創院以来最高の実績を生むことができました。本年も同様のはずです。

振り返ってみれば、経営改革だけではこのような実績は出せなかったはずです。理事長が明確に定めた当院の医療理念（認知症の改善と進行を遅くする）、人材育成理念（プロ的な人材としての優しい人㊟の実践）があったからこそ経営改善ができたのだと思います。

時勢は絶え間なく変化していきます。それとともに新たな経営戦略を打ち出す必要性があるでしょう。

二〇二二年より当院は左記の事業展望を目指して職員一丸となって頑張っていく所存です。

①当院の宣伝を幅広く展開していくことを重点に考え、二〇二二年一月より経営企画部を宣伝企画部に変更する。

②ＳＤＧｓ（持続可能な開発目標）に積極的に取り組む。

引き続き皆様の激励とご支援、ご指導を賜りますようお願い申し上げます。

## ㊟「優しい人」とは

- 高齢者を『頑張ろう』と思わせるような接し方をしてあげられる人
- 高齢者が願っていたこと、現在も願っていること、あきらめていることなどの実現に協力してあげられる人
- 高齢者を尊敬されるような人、人の役に立てるような人にしてあげられる人
- 生きていくための勇気、目標、理由などを持たせてあげられる人
- 昔の出来事を幸福な出来事にしてあげられる人
- 心の傷を修復してあげられる人
- 不安、淋しさ、恐れなどを取り除いてあげられる人
- 変化のある生活をさせてあげられる人
- 注意、命令、文句、叱責、愚痴、嫌味などを言わない人
- できないことをさせて、恥をかかせない人
- 元気になられた高齢者に感謝し、自分の手柄にしない人
- 高齢者の『未来』『現在』『過去』を一緒に創ってあげられる人

# 年頭にあたって

副院長　清水 隆志

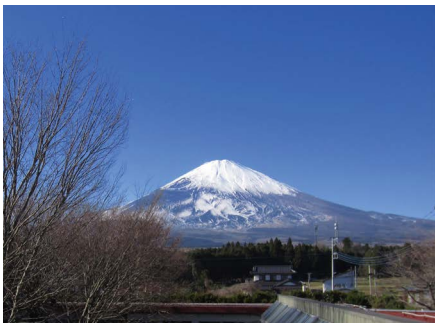
あけましておめでとうございます。

利用者さん、そのご家族のみなさま、外来通院されておられる患者さんにおかれましては、平素より当院の治療理念にご理解いただきありがとうございます。また、富士山麓病院介護医療院の利用者さんや富士山麓クリニックの外来患者さんの検査治療にあたってくださっている内科系・外科系の先生方には、多大なるご協力をいただいており、改めてこの場をお借りして御礼申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の蔓延に鑑み、利用者さんとご家族さまとの直接面会や認知症カフェのオープンを延期せざるを得ませんでした。本年は感染状況をみながら検討していきたいと考えています。

コロナ禍において、ソーシャルディスタンスが求められる社会となりました。私たち人間同士の心の結びつきを今まで以上に築いていくことが今後はさらに重要になっていくと考えます。そのためにも、このような新聞だけでなく、webを通じての情報発信を積極的に行ない読者のみなさまとの距離を縮めていきたいと考えています。

本年も変わらぬご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。みなさま方のご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。




## 職員募集

富士山麓病院介護医療院では業務拡大のため下記職種で職員を募集しております。

- 医師（内科、精神科）
- 看護師（正、准）
- 理学療法士
- ケースワーカー（相談員）
- 経理、事務員
- 認知症症状対応チーム（ケア職員）

就業時間：８：３０～１７：００（休憩 50 分）
休　　日：月１０日（年間１１９日）
勤 務 地：静岡県御殿場市中畑 1932（御殿場駅より送迎バス有り）
問合せ先：0550-89-5671　事務（勝又妙子）

まずはお電話にてお問合せください。

医療法人社団　清陽会
富士山麓病院介護医療院
富士山麓クリニック

## 「ありがとう」の一言

介護職員　小林 清美

介護の仕事は、全くの未経験で富士山麓病院介護医療院に飛び込み、早五ヶ月が過ぎました。あっという間の五ヶ月です。

当初は、仕事や利用者さんの名前を覚えることや日々の業務をこなすことに精一杯でしたが、今では毎日楽しく充実した日々を送っています。

療養棟の職員の方からは医療や介護について教えていただき、とても勉強になっています。そして何より利用者さんと毎日接することで、様々なことを教えられていると感じました。

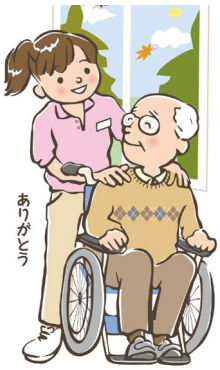
介護の仕事を始め、私の中で変化した感情があります。それは「ありがとう」という一言のありがたさでした。

利用者さんのトイレや食事などのお手伝いをさせていただくと、必ず笑顔で「ありがとう」と言ってくれます。こんなにもこの一言が重みのあるもので、笑顔は人の心を温かくするものだと感じたことは、今までなかったと思います。同時に自分は人に対し、素直に「ありがとう」と言えていただろうかと考えさせられました。

こんなことがありました。食事の介助をしても、なかなか食べてくれない利用者さんがいて、先輩職員の方にアドバイスをいただきながら、日々食事の介助をしたり話しかけたりしていました。

ある日、帰り際に「今日は帰るね～。夕食は全部食べるんだよ～」と言うと、その利用者さんは私の手を握り「ありがとう」と言ってくれたのです。こんなに素敵な「ありがとう」を今まで言われたことがあっただろうかと思い、涙があふれました。その涙も拭ってくれた利用者さんの手を、私も握り返しました。

まだまだ経験は浅いですが、これからも療養棟の職員の方や利用者さんから多くのことを学び、今後も優しさと笑顔を忘れず頑張っていきたいと思います。そして私も素敵な「ありがとう」が言えますように…。




## 相手目線

事務職員　勝又 信博

私が入職して早二年が過ぎました。現在事務所に所属していて、仕事内容は主に職員や利用者さんのご家族の送迎業務と施設設備の管理・業者対応を担当しています。

私の仕事内容では、あまり利用者さんに接する機会がありませんが、療養棟にて研修をさせていただいたお蔭で数人の利用者さんが顔を覚えてくれていて、声をかけてもらうことがあり、大変嬉しく思います。ご家族の送迎時には様子を話したり、最近の出来事などをお話させていただくことがあります。

面接で初めてこの施設に訪れた際に、正面玄関のドアを開けていただいたことがありました。その時、私は間違えてホテルにでも来てしまったのかと思いました。なぜなら、病院や施設ではそのような経験はなかったからです。しかしここで働き出してその理由が分かりました。この施設では特に優しい人が重宝されます。相手目線で物事を考えられなければ、やっていけないのです。

研修での利用者さん対応時、CAC（認知症症状対応チーム）メンバーに同行した時、皆、腰を落とし目線を合わせて対応に当たっているのに気づきまし

た。これは相手に対し不安や威圧感を与えないためと教えていただきました。

その時にデパート等のおもちゃ売り場では子供たちの目線の高さに合わせて商品を陳列している。という話を思い出しました。子供たちが見やすく、飽きさせないための工夫です。

当施設でも相手のことを考え相手目線で利用者さんに接していました。

言葉以外のコミュニケーション手段として、目線・姿勢・表情・動作などによる「非言語的コミュニケーション」があります。非言語的コミュニケーションの研究者、レイ・L・バードウィステル氏によると、対話におけるメッセージのおよそ六十五％は非言語的コミュニケーションによって伝わるのだそうです。つまり、利用者さんに意図的に非言語を使ってメッセージを伝えたり、その思いをくみ取ったり出来るのです。高齢者に接する仕事の人は必須だと思いました。

私もこの施設に入職して二年がたちましたが、まだまだ相手目線で物事を考えることが出来てはいません。介護福祉施設に勤めている以上必要不可欠な能力だと感じるので、その力を身につけ磨き伸ばしていきたいです。

## 「言葉」の力、大切さ

介護職員　辻田　綾美

介護の仕事を始め、早いもので八年が経ちました。

未経験で始めた介護の仕事に最初の一～二年は不安と戸惑いを感じながら必死にやっていたことを思い出します。幸い、私の四人の親は年こそ取りましたが元気に過ごしているので、介護というものを身近に感じておらず、全くの未知の世界という感じでした。

入職してすぐ、先輩の職員の方が「利用者さん、ほんとうにかわいいよ」と話してくれましたが、当時の私には正直戸惑いの方が強く、何と答えてよいのかわかりませんでした。

当初は、私が利用者さんの手助けをするという気持ちでいました。しかし、毎日一緒に過ごしていると、私が利用者さんを見ているだけでなく、利用者さんも私を見てくれているんだと感じることがたくさんあります。ある時、こんなことがありました。仕事にまだ慣れない頃、落ち込んだ気持ちで大きな荷物を運んでいた時です。男性利用者の方が「すごい荷物だね。大変だね」「こんなにたくさん」と声をかけてくれました。あちらも、不安そうに暗い顔をしている職員を心配してくれたのでしょう。「そんなことないですよ」とその時の私は答えたかもしれません。

利用者さんから「ありがとう」など感謝の言葉をもらえると「人の役に立てた」「自分をたよりにしている人がいる」と実感し、仕事の活力になります。利用者さんからのあたたかい言葉かけがあると自分の行ったことが報われた気持ちにもなります。

言葉をかけることはとても大切で、お互いを思いやる方法だと思います。特別でない日常を穏やかに送る手伝いができるよう心掛けて利用者さんと過ごしていきたいです。

# 事故防止対策の取り組み

看護職員　本山 美映

令和三年もあと少しで終わろうとしています。新型コロナウイルスが変異、感染拡大し、医療現場そして全ての人々が大変でした。東京オリンピックが開催され明るい話題もあった一年でしたが、ご家族様におきましては面会制限が続き、利用者様に会うことができず、心配な日々を送られていることと思います。現在、当施設で行っている取り組みをご紹介致します。

今年八月ごろより事故が増え、骨折した事例がありました。緊急の事故防止会議を開き、その後、毎週事故防止対策会議を行っています。院長をはじめ、全職員で事故防止に努めています。

まずは事故が起きやすい時間帯と場所を可視化しました。時間帯は一〇～一二時のオムツ交換・処置を行っている時間。一四～一六時のレクリエーション・おやつの時間。一七～一九時の夕食時のホールや廊下、トイレ付近で事故が起きています。

利用者様は日中ホールで過ごしています。職員が業務を行っていて目が行き届かない時や、おやつ・夕食など介助や移動が多い時、ざわついた雰囲気の時に事故は起こっています。見守り係に緑色のたすきを付け、係がすぐにわかり、見守りに専念できるようにしました。事故のリスクが高い利用者様を専用のノートに書きだし、毎回申し送りの際に伝え、骨折既往がある場合はベッドサイドに表示、利用者様に変化があった場合は、その都度名前を挙げて全員で情報を共有するために声掛けを行っています。事故が起きてしまった時はカンファレンスで原因要因を分析し、防止策を実践しています。

事故防止対策の勉強会では、自分で立てない利用者様が車椅子に乗ろうとして転倒した事例の現場検証を行いました。現場検証には看護部以外に、院長をはじめ、事務、リハビリ、栄養課、ケースワーカーなど総勢三〇名ほどが参加しました。

私はベッド柵や車椅子の位置、スタッフの対応について対策を説明しました。しかし、そのとき院長に「利用者さんはどういう気持ちだったのですか？」と聞かれ、看護部以外の他部署からは、ハード面ばかりでなくソフト面での対策をしていないのでは？という指摘を受けました。転倒を起こさないために、環境（ハード面）を整えることばかりを気にして、利用者様がどうしたいのか、何故そのような行動をとっているのか（ソフト面）を考えての対策ではなかったことを深く反省しました。職員全員で取り組んでいるので、看護部だけでは気付かないところも、違う視点で意見を出してもらい、とても勉強になっています。

事故防止対策では、情報の共有が大事だと思います。一人一人の意識と実践、声掛け、全員で協力することが重要です。事故でつらい思いをするのは、利用者様とそのご家族です。つらい思いをなくすために、これからも事故防止対策に取り組んでいきたいと思います。

（二〇二一年一二月）

# 敬老会

CACチーム　田中 健司

今年の敬老会は、昨年に引き続きコロナ禍の影響のため各階ごとに分かれ九月十五～十七日にかけて開催されました。合同で行っていたときから比べると参加者が三分の一になり、ご家族の参加もご遠慮頂いているため、大きなホールの中、こじんまりしたものではありましたが、その分気心の知れた者同士でまとまりのある会となりました。

恒例の全員合唱「このくらいの歌」を皮切りに長寿者の表彰式に移り、その後、職員による歌やダンス（買い物ブギ、花笠音頭）、寸劇（水戸黄門）を利用者さんに楽しんで頂きました。

今年は百六歳を迎えた女性を筆頭に、七十五名の長寿者がお祝いのレイを受け取りました。

最年長百六歳の女性が生まれた大正三年は、なんと「第一次世界大戦」が勃発した年でした。そして、当院の男性最年長が生まれた大正七年は奇しくも新型コロナの前のパンデミック「スペイン風邪」が流行し始めた年でした。

こんな大事件のさなかに生まれ、現在まで生き抜いてきた長寿者の人生の長さやご苦労に、改めて畏敬の念を覚えます。

最後にお楽しみのおやつタイムとなりました。利用者さんへのインタビューも交えながら、新しい試みとしてケーキバイキング形式でお祝いしました。「ワアー、ホテルに来たみたい」「おかわり、もらってもいい？」と大好評のうちに会を終えました。

来年の敬老会こそ、ご家族にも囲まれた中で利用者さんのご長寿を施設全体でお祝いできるよう切に願います。

【施設紹介】②

# 「桂花（もくせい）」カフェ　三つの部屋

## なぜカフェを開くのか

レクリエーションホールに続く「桂花」カフェには、三つの喫茶室が用意されています。

当院では「認知症は周囲の人の接し方によって、病気の進行を遅らせ、改善することができる」と考えています。

カフェ、喫茶室を設けたのはここを利用者さんに大いに活用してもらって、当院のスタッフやご家族と、また利用者さん同士でも「会話」をしてほしいと考えたからでした。

認知症患者さんはすべての記憶を失っているわけではありません。一時間前や昨日のことは忘れても、子供の頃の記憶などはおぼろげながら覚えていることもあります。そのような記憶を少しでも明確にしようとするための部屋です。

## 「自慢の部屋」

そこで喫茶ルームの第一は「自慢の部屋」です。

「小学校の運動会では花形で競走はいつも一番だったよ」

「絵が上手で、展覧会では何度も金賞をもらったのよ」

「これでも若い頃はうんとモテたんだよ」

など、楽しい思い出を語り、自慢話をするときに、不機嫌な顔をしている人はいません。

お菓子をつまみながら自慢話を聞いてあげてください。高齢者の方々がご自分の存在価値を確認できる場となるでしょう。

幼い子供たちを育てたころの苦労話や食糧難の時代の大変さなどを思い出し、頷き合って話すときの充実した張りのある声に満たされたひととき。そんな役割を持つ部屋です。

## 「笑いの部屋」

真ん中の部屋は「笑い」。心穏やかに過ごしていれば、自然に笑いも出ようというもの。

「心が平らかであれば、寿命がひとりでに延びる」と高僧は説いています。

色紙は栃木県大田原市にある臨済宗雲巌寺の故植木憲道師九十五歳の時の書です。

## 「希望の部屋」

一番奥は「希望の部屋」です。人間は希望がある限り、実現しようとがんばれます。最後までご自分の望みを実現するように協力してあげるための部屋です。そのためには、希望を持たせてあげるように付き合わなくてはなりません。お年寄りが希望を生み、実現を願うようにしてあげる部屋です。

## カフェはいつから？誰が？

コロナ禍のため、オープンの時期は思案中です。また他の施設ではカフェの開催は月一回から毎日というところまでいろいろ。当院でも月一から徐々に増やしていけたらと考えています。お客さんはご家族、友人・知人から地域の人までご自由に。参加費として、お一人二〇〇円を予定しています。

御殿場あれこれ②

# 東海道本線「御殿場駅」

明治時代の歌には長いものが多いのですが、特に一九〇〇（明治三三）年にできた「鉄道唱歌」は六六番まであります（大和田建樹・作詞　多梅稚・作曲）。

これは東海道線だけで、その後日本中の鉄道の歌が作られたので、最終的には三九九番まである長い歌になりました。

東海道編は「汽笛一声新橋を　はや我汽車は離れたり　愛宕の山に入り残る　月を旅路の友として」と始まりますが、注目すべきは一二番以降です。

12　国府津おるれば馬車ありて
　酒匂小田原とおからず
　箱根八里の山道も
　あれ見よ雲の間より

13　いでてはくぐるトンネルの
　前後は山北小山駅
　今もわすれぬ鉄橋の
　下ゆく水のおもしろさ

14　はるかに見えし富士の嶺は
　はや我そばに来りたり
　雪の冠雲の帯
　いつもけだかき姿にて

15　ここぞ御殿場夏ならば
　われも登山をこころみん
　高さは一万数千尺
　十三州もただ一目

一六番は三島、一七番沼津と続いて現在の御殿場線（国府津から松田・御殿場・裾野を経て沼津に至る約六〇キロ）は一八八九（明治二二）年の開業当時、東京と大阪を結ぶ幹線の一部でした（最初は静岡まで開通。東海道線と命名したのは九六年、一九〇九年からは東海道本線）。

箱根外輪山の北側を迂回するルートは急勾配を一気に登れず、折返し式線路スイッチバックを採用するなど（岩波駅のスイッチバックは昭和四三年の電化に伴い廃止）難所続きでした。

補助機関車を連結してもスピードが上がらず、国府津・沼津駅での機関車連結作業でも時間がかかります。

そこで熱海から函南まで真っ直ぐトンネルを掘って沼津に至る新線計画に着手しましたが、丹那盆地の掘削は大量の湧水と落盤事故に苦しみ、六七人もの殉職者を出して一九三四（昭和九）年一二月に開通しました。

予定は七年だった工期が一六年を要し、七七〇万円の工費（予算）が実際には二六〇〇万円かかったことからも、いかに難工事だったかが窺えます。

＊

丹那トンネルの開通で東海道本線の所要時間は三時間短縮され、東京神戸間が八時間三七分になりましたが（特急「富士」「櫻」）、御殿場線は静かなローカル線になりました。「東海道線御殿場駅」が存在したのは明治から昭和の四五年間です。

太平洋戦争中に「不要不急路線」に指定されて複線が単線になり、使われなくなったレールや鉄橋が取り外されて他に転用されます。今でも橋脚や線路敷など、かつての複線時代の名残は各所で見ることができます。

東海道本線からはずれて運行本数は減りましたが、御殿場は富士山への登山口として、文人墨客の別荘地として、また帝国陸軍の富士裾野演習場へ行くにも欠かせない重要な駅でした。

写真は一九六八（昭和四三）年の電化まで御殿場線を走っていたD52型機関車。駅前広場に保存展示されています。

（内藤　真治）

# 山麓コラム

## つもりちがい十ヶ条

副院長　清水　隆志

一、高いつもりで　低いのが　教養
一、低いつもりで　高いのが　気位
一、深いつもりで　浅いのが　知識
一、浅いつもりで　深いのが　欲望
一、厚いつもりで　薄いのが　人情
一、薄いつもりで　厚いのが　面皮
一、強いつもりで　弱いのが　根性
一、弱いつもりで　強いのが　自我
一、多いつもりで　少いのが　分別
一、少いつもりで　多いのが　無駄

福井でふらっと立ち寄ったある越前そば屋に、こんな十ヶ条が掲げられていた。

越前そばは、冷たい蕎麦とたくさんの大根おろしや削り節をかけて食べることで有名だ。

大根おろしの辛さとこの十ヶ条が舌と心にピリッと来た。

今年の冬の寒さは身体に堪える。心を燃やして身体を暖かくしてこの季節を乗り越えたい。

## 編集後記

新年明けましておめでとうございます。

コロナパンデミックはオミクロン株の拡大で先行きが見通せず、内外共に多事多難な幕開けですが、当院はまた新たな発展をめざしてスタートを切りました。

国際アルツハイマー病学術大会の報告もうれしいニュースでしたが、院内の各種施設、設備の整備も着々と進みつつあります。

今号は原稿が集まりすぎて予定していた「寿祭」（従来は「病院祭」と呼んでいた）の記事が収まらないというれしい悲鳴。そのため一部のページでは文字がギッシリ詰まりすぎて、読みにくくなっている点をお詫びします。

「冬来たりなば春遠からじ」とか、みなさまのご健康とご多幸を祈りつつ、今年最初の新聞一六六号をお届けします。

（内藤　真治）

『富士山麓病院介護医療院新聞』第 166 号　2022 年 1 月 31 日発行　発行人＝清水允熙
編集人＝内藤真治　発行所＝富士山麓病院介護医療院　富士山麓クリニック
（〒412-0006　御殿場市中畑 1932 番地　☎ 0550-89-5671）　印刷所＝モジック