



フィッシュ(魚)！哲学から学ぶ

総看護師長 重永康子



マグネット・ホスピタルとは、「患者や看護師など医療従事者を磁石のように引きつけて離さない、魅力ある病院」と定義されている。すなわち人を引きつけるマグネット・ホスピタルとは職場が活性化し、患者さんが集まり、看護師が辞めない病院であるという。

今、少子・高齢化の進展に伴い、社会情勢は大きく変化し、病院を取り巻く環境は日々厳しさを増してきている。看護部門も現場の変革に加え、新人看護師の早期離職、中堅看護師の離職、7対1入院基本料設置(手厚い看護配置)に伴う看護師争奪合戦などによる看護師不足が全国的な問題となっている。

このような状況の中、マグネット・ホスピタルを目指すためには働きやすい職場環境を作り、そこで働く職員一人ひとりのモチベーション(士気)を高め、職場活性化を図っていくことが看護管理者の重要な課題であるといえる。

顧客サービス向上や職場活性化のツールの一つとしてフィッシュ！哲学が注目されている。フィッシュ！哲学とは、物事に取り組む姿勢を切り替え、互いのかかわりを意識化することで職場が活性化するという考え方である。フィッシュ！哲学は、アメリカ・シアトルのバイクブレイス魚市場が発祥の地である。魚市場の仕事はとても辛く単調な仕事に従業員はやりがいを見出せず、業績も低迷していた。そのような職場環境を改善するために、従業員が話し合いを重ね、仕事を楽しむことを徹底して心がけるようにしたところ、またたくまに客が増え、業績が上昇した。「魚の投げとぼし」などが繰り返され、バイクブレイス魚市場はいつも活気がありにぎやか、従業員の士気および定着率を高め、職場活性化に成功した。これらの光景に経営コンサルタントらが注目し、経営哲学として理論化されたものがフィッシュ！哲学である。

フィッシュ！哲学には4つの原理(コツ)がある。4つの原理とは「遊ぶ」、「人を喜ばせる」、「注意を向ける」、「態度を選ぶ」である。「遊ぶ」とは楽しみながらやる仕事ははかどる。くつろいだ、自然な気持ちで重要な仕事に取り組むと効果的である。「人を喜ばせる」とはちょっとした親切や印象的な応対で人を喜ばせれば、日々のありふれた出会いさえも特別な思い出に変えることができる。「注意を向ける」とは相手に集中して相手の言うことにしっかり耳を傾け、見つめながら相手の話をよく聞き、

気持ちを通わせる。「態度を選ぶ」とは仕事をつまらないと思ってしまうか、前向きにするか、選ぶのは自分次第である。

フィッシュ！哲学を日本でいち早く導入したのが東京慈恵医科大学付属病院である。

2004年より導入、1年間で看護部の活性化と看護職員の離職率低下に成功している。

本年、8月にフィッシュ！哲学の看護管理実践を学ぶため全国の看護管理者たち8名で東京慈恵医科大学付属病院の施設見学をする機会を得た。対応していただいた看護部長、師長は魚の絵がプリントされた色彩ゆたかな明るい感じの看護衣を身につけておられた。最初に案内された研修室はアロマがたかれ、音楽が流れ、壁には新人研修の様子、大漁旗などが掲示されていた。病棟の入り口には医師や看護師など全スタッフの写真、仕事に入るときに自分の態度を選べるように「ニコニコ顔とふんぶん顔」のポスターなどが掲示されていた。面会室や受付カウンターには魚や動物のぬいぐるみ、花が飾りつけられるなどスタッフが自由な発想でアイデアを出し合い、職場を楽しくしている様子が伺えた。見学会終了時に「ストレス撃退のための道具」の小さな袋のプレゼントをいただいた。袋の中にはペン、消しゴム、1円、輪ゴム、絆創膏、クレヨンが袋詰めしており、一つひとつにメッセージが書かれてあった。1円には「これがある限り、絶対無一文にならないよ」、輪ゴムには「貴方の限界を限りなく伸ばすために」と書かれてあった。来訪者である私たちを喜ばせ、楽しませようとする姿勢、関心を向けられていることを肌で感じ、楽しい雰囲気味わうことができた。まさにフィッシュ！の4つの原理を実践している病院であり、外来患者も多く、職員もいきいきと働いておられ、職場が活性化している印象を受けた。

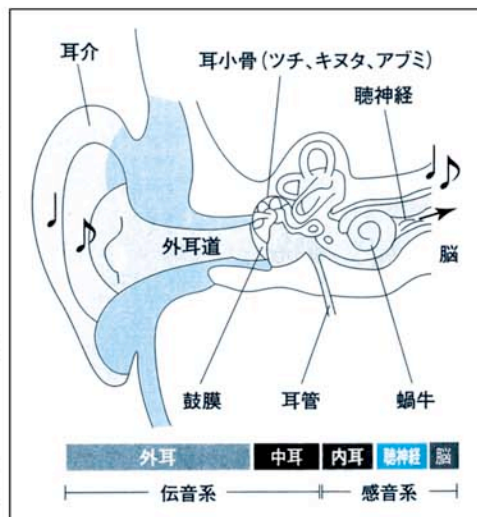
当院看護部では本年6月よりフィッシュ！哲学を導入、活動を始めたところである。看護部職員は360名となり、病院の中で最も多い構成員をもつ組織集団である。仕事は楽しく、相手に集中し、喜ばせ、自分の態度は自分で選ぶ。この4つの原理を意識して一人ひとりが実践に取り入れていくことで患者サービス向上、看護職員の定着促進、職場の活性化につながっていくと考える。このフィッシュ！哲学が組織全体に浸透し、目指しているマグネット・ホスピタルに一步でも近づくことができたらよいと願っている。

聴こえのしくみと難聴

最近、聴こえや言葉の聴き取りが悪くなったりしていませんか。聴こえのしくみと、難聴の種類や代表的病気、補聴器について書いてみました。

○聴こえのしくみ

音は空気の振動として外耳道に入り、鼓膜→耳小骨→内耳の蝸牛(かぎゅう)に伝わります。内耳の蝸牛は音という振動を神経の電気信号に変換します。電気信号は蝸牛→聴神経→脳の中枢に伝わり、音を認識します。



○難聴の種類

難聴は、障害される部位によって、大きく伝音性難聴と感音性難聴の二つに分かれます。

①伝音性難聴

外耳から中耳までの音の伝わる部位(伝音系)が障害されるタイプを伝音性難聴と呼びます。伝音性難聴の代表は慢性中耳炎、滲出性中耳炎などの中耳炎です。その他には耳垢塞栓、外傷性鼓膜穿孔などがあります。伝音性難聴の場合、音の振動が内耳に十分に伝わらないため、小さな音が聴こえにくくなります。内耳の感覚は正常であるため、音を大きくすれば聴こえるようになります。

②感音性難聴

これに対し、内耳から脳までの音を感じとる部位(感音系)が障害されるタイプを感音性難聴と呼びます。加齢に伴う老人性難聴、長期間の騒音暴露による騒音性難聴、ある日突然に聴こえがわるくなる突発性難聴、眩暈の病気として知られるメニエル病、聴神経腫瘍などの病気があります。内耳の感覚細胞や神経は、届いた音を分析し、「聴きたい音」や「聴きたくない音」など意思を含めた処理をしています。そのため、感音性難聴では音を増幅して伝えるだけでは上手く聴き取れないことが多くなります。

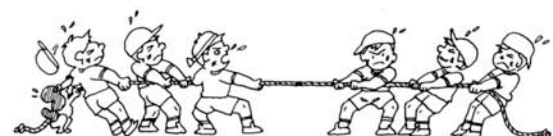
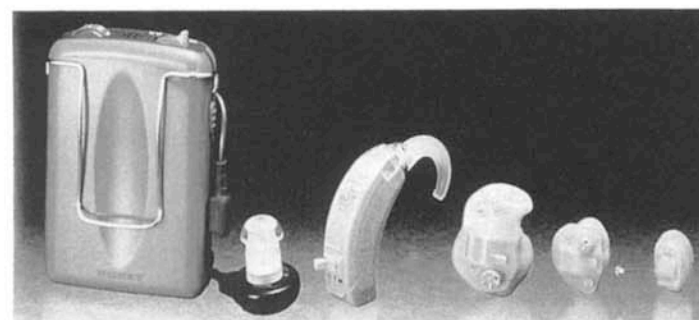
伝音機構と感音機構の両方が同時に障害されているケースを混合性難聴と呼びます。例えば、慢性中耳炎では長年の炎症による内耳の障害も加わることで、混合性難聴となる場合が多いです。

○補聴器について

個人差はありますが、人の聴力は年齢とともに衰え、難聴となります。難聴のため、日頃の生活やコミュニケーションに不便を感じるようになった場合は、補聴器の適応となります。

補聴器の進歩がすすみ、複雑な音処理や調整が可能となり、会話以外の雑音を減らしたり、音質をよくしたりして、より聴き取りやすい補聴器ができています。また、小型化(耳掛け形や挿耳形)もすすんでいます。これらの進歩により補聴器をつけると雑音がうるさい、格好が悪いなどのマイナスイメージが減り、より快適に補聴器装用できるようになってきています。

難聴のため不便を感じている方は、補聴器を試し、自分に合った補聴器を探してみたいかがでしょうか。また、はじめて補聴器を使われる方は、耳鼻咽喉科を一度受診し、病気がないか診察を受けることをおすすめします。



利益	不利益
ことばがはっきり聞こえる。 小さい音も楽に聞こえる。 会話のリズムを感じる。 読書と併用して会話ができる。 集会などに積極的に参加できるようになる。 警告音などが聞こえるので安心である。	雑音が気になる。 難聴の種類によってはことばがはっきりしない。 衝撃音が響くことがある。 格好が悪い。 装用や操作がわずらわしい。 購入、維持にかかる費用の問題がある。

「高次脳機能障害」とは

リハビリテーションを行って行く中で、「高次脳機能」「高次脳機能障害」ということばを見たり聞いたりすることがあると思います。今回はこの「高次脳機能障害」についてご紹介します。

〈高次脳機能・高次脳機能障害とは…〉

人間は目(視覚)、口(味覚)、皮膚(触覚)などから刺激を受けて脳に情報を送っています。そして脳は送られた刺激に対して、ことばにしたり学習したりしています。さらにさまざまな行動の制御や認識を行い、記憶した知識や経験を基にして判断を下したりしています。このような脳の機能のことを「高次脳機能」といいます。

脳の病気や事故の後遺症から上記のような脳の機能に障害が起こることがあります。その脳の機能障害のことを「高次脳機能障害」といいます。

「高次脳機能障害」を引き起こす原因として、大きく次の3つがあります。

- ①脳卒中
- ②脳外傷
- ③脳炎・脳症

では、代表的な高次脳機能障害を以下に紹介します。

〈半側空間無視〉

麻痺側のものに対して注意が向かず、麻痺側のものを見落としてしまう症状。重度の方では顔が非麻痺側ばかり向いていて、麻痺側を見ないということもあります。右の大脳半球が損傷された場合に、絵を描いてもらうと、右側だけを描いて左側を描かないといった症状があります。

リハビリとしては、日常生活動作の中であるいは絵を描くことや書字、パソコンなどの作業を通して麻痺側への注意を向けることができるように促してきます。

〈記憶障害〉

人の名前や顔、一日の出来事を覚えられなかったり、物の置き場所、予定を忘れてたり、同じことを何度も話したり尋ねたりすることが特徴です。

覚えておかなければならないことは、自分でメモをしたり用件を書いてもらったものを手元に置くようにすることなどを習慣づけていくことが必要です。

〈注意障害〉

注意が散漫になったり集中力が欠けたりまとまりのある思考や会話、行動ができなくなります。また、同時にいくつかのことをできなくなる場合があります。

リハビリとしては、注意力を高め集中することができるように刺激の少ない環境に整えたり、作業手順を分かりやすく明記し課題を通して注意を促すようにしていきます。

〈終わりに〉

今回、高次脳機能の簡単な概要と代表的な高次脳機能障害の症状を紹介しました。他にも性格や行動の変化・感情の変化などの様々な症状があります。

疑問点やご質問がございましたら、いつでもリハビリテーションスタッフにお問い合わせください。

記念病院 理念

「人間愛」

記念病院 基本方針

1. 患者様の人権と意思を尊重し、患者様の立場に立った医療を提供します。
2. 地域の中核的病院として、専門的且つ高度な医療を実践します。
3. チーム医療を推進し、より良い医療を目指します。
4. 豊かな人間性を兼ね備えた医療人を育成します。
5. 職員が意欲を持って働ける職場環境を作ります。

あ と が き

今年の夏は、北京オリンピックで大いに盛り上がりました。日本との時差は1時間なので、オリンピックのテレビ観戦で寝不足という人はあまりいなかったと思いますが、日本人のメダルが期待できる競技の放送には、思わずチャンネルを合わせた方も多いのではないのでしょうか。メダルの獲得数は金メダル9個、銀メダル6個、銅メダル10個で世界では8位でした。今度のオリンピックは、日本の選手では競泳の北島選手の金メダル2個獲得というもありましたが、女性の活躍が目立ちました。やはり女性は精神的に“タフ”なのでしょう。言い換えて“女性はしぶとい”といわれた方もおられます。

オリンピックではありませんが、日本が世界の中で女性が金メダル、男性が銀メダルを取っているものがあります。それは平均寿命です。平成19年男性79・19歳、女性85・99歳。2055年には女性の平均寿命は90歳台になると見込まれています。女性は23年間連続世界一です。

健康で長生きするために、江戸中期に尾張藩士で俳人の横井也有（1702・1782）が『健康十訓』なるものをだしています。今健康長寿に良いと言われていることと基本的には同じであり、現在にも充分通用する内容であることが驚きです。その健康十訓の内容は1. 少肉多菜 2. 少塩多酢 3. 少糖多果 4. 少食多齋 5. 少衣多浴 6. 少車多歩 7. 少煩多眠 8. 少念多笑 9. 少言多行 10. 少欲多施です。現代は、物質的には恵まれて便利な世の中ではありますが、それにより、健康には良くない面も多々あります。自分たちの生活習慣を、昔に見習い改善することで、健康長寿の金メダル・銀メダル（男性は金メダルめざして）の地位を今後も守っていきたいものです。ちなみに平成16年に、日本臨床内科医会で「健康・長寿の10か条」が作成されております。そちらも是非参考になさって下さい。