

八王子消化器病院ニュース

おおるり

HACHIOJI DIGESTIVE DISEASE HOSPITAL NEWS

第78号

医療法人財団 中山会

八王子消化器病院

—患者様のための医療—

日本医療機能評価機構認定病院

〒192-0903 東京都八王子市万町 177-3

TEL: 042-626-5111

www.hachiojishokaki.com

制作 (株)教育広報社



記憶と時間

八王子消化器病院 病院長 小池 伸定

2023年5月8日に漸く新型コロナウイルス感染症が感染症法上の5類に移行され、季節性インフルエンザと同じ扱いとなります。パンデミックが発生してから約3年、終息に至つた訳ではありませんが、マスク着用や行動制限等の緩和が進んでいます。一方、医療者は感染が、このまま終息してくれるのことを祈りつつ今後を不安に思っているながら、制限緩和に向けた対応を進めていくこととなります。

先日、これまでの日常生活や感染対策を振り返る機会がありました。机の引き出しの中の写真がふと目に入つた時、新型コロナの流行前に撮影したことが直ぐに分かりました。2020年2月と印字された、その写真は退職した職員の送別会時のものでした。そこでは誰もマスクを着けておらず、楽しそうにピースサインをしています。僅か3年前のことですが遠い昔のことのように感じられました。その後のことを、ぼんやりと考えていると不思議な感覚に襲われました。折々の病院での出来事や家族の行事は、いくつか覚えていますが前後関係がハッキリしないのです。イメージとしては、それぞれの出来事のカードが頭の中に保存はされていますが、古い順に並べられています。

自分では、比較的記憶力が良い方と思つていたため、これは年齢によるものと幾分寂しく感じていたところ、海外のレポートのタイトルを見て少し安心しました。そこに

は「新型コロナ禍が我々の記憶と時間の認識に及ぼした影響」とありました。COVID-19のパンデミックが私達の記憶と時間の認識に与える影響については、多くの研究結果で指摘されています。「毎日同じ部屋にいること、同じルーチンを持つていて同じ人と話すこと等、重複する要素が多数ある場合、これらのイベントや日付の記憶は互いに干渉し合い、記憶を悪化させます。そして特定の日や、あなたが行つたことの記憶を想起する固有の手がかりは少なくなります」と、記憶の専門家は述べています。思い出しやすくする、つまり記憶を固定するには、目新しさ、感情、体感する温度、季節、音楽等の固有な目印が必要となります。そのため行動制限、ステイホーム、リモートワーク、3密回避等は、私達の記憶を悪化させた可能性があります。日々の生活が規則正しいルーチンとなり、特に医療者は感染対応に追われ、時間が早く過ぎ去つたと感じていると思います。また、地球上の生物が持つている一日の身体的活動のリズムであるサークルアンドリズム(概日リズム)一般的には体内時計ともいいます)に対しても新型コロナ禍は、少なからず影響を及ぼしました。世界中の時計は、1秒ずつ正確に刻んでいますが、これは物理的な時間です。一方、誰しも経験があると思いますが、親しい友人との会話や食事は時間が経つのが早く、退屈な会議は長く感じます。『時間の時間、心の時間 退屈な時間はなぜ長くなるのか?』の著者(一川誠)は、

その理由として「心の時間は伸縮するのである」といいます。時間経過に対する注意、認識されるイベント数、感情の状態、知覚、身体的代謝等の要因が体内時間に影響するます。退屈な会議がその例です。また、忙しいと時間が早く感じますが、特異なイベントがないと、記憶に残ります。そのため、時間となってしまいます。このように、同じ出来事の数が多い程、記憶に残ります。そのため記憶される時間を過ごすために、少し特別なことを付け加えることが必要です。通勤時に普段は見過ごしている花に目を向けてみる、その日の空を見上げて雲を見る等、五感を働かせる。家族の時間、友人との会話の一瞬に少し変化を加えるだけで記憶に残り、満たされた時間になつていいでしょう。

2023年の春、新型コロナ禍の最中に生まれたホスピタルアートプロジェクトが完成しました。自粛・行動制限の中、いくつもの難題を抱えながらも多くの関係者に支えられて、このイベントを完遂することができました。プロジェクトに共感され、ご支援・ご芳志をいただいた皆様に本紙面をもつて感謝申し上げます。当院にとつて、このホスピタルアートが新たな記憶の1ページに刻まれ、皆様の心にも残つていただければ幸いです。

《参考文献》

「UNSCRAMBLING OUR MEMORIES IN THE WAKE OF COVID-19」

JOHNS HOPKINS UNIVERSITY

「時間の時間、心の時間 退屈な時間はなぜ長くなるのか?」

教育評論社

一川 誠

小宇宙を楽しむ

青梅市 在住

小島 美佐子さん



八王子消化器病院との出会い

は、父が胃癌で手術を受けた事

でした。当時の鈴木衛院長はじめスタッフの皆様には大変お世

話になりお陰様で二十年近く

経つた今でも元気に過ごしてい

ます。厚く御礼申し上げます。

私自身は幸いさほどの疾病は

無いのですが、強い薬剤アレル

ギーで通常の検査や投薬が難し

く、多角的な対応で補つて頂け、

信頼出来る地域の中核病院であ

り最適な医療機関として、日々

の安心の源とさせて頂いており

ます。

減も「お服加減」と申しますね。鎌倉時代の禅宗(臨済宗)開祖栄西が宋から持ち帰り、お茶は健康に良いと「喫茶養生記」を著した当時は抹茶に近く、茶筅で泡立てて飲んだ様です。茶祖村田珠光、中興の祖武野紹鷗を経て千利休により「茶道」として形を整え、日本の誇る文化芸術の極みへと昇華していった事は、ご存知の通りです。

私は異業種の仕事を兼務させて頂いており、主に経営者や役付きの方々の外部相談役としてご相談をお受けする中で、請われて茶道の指導やお茶会の指揮を取らせて頂く事があります。

「医は仁術」と申しますが、担当の原田理事長の真摯な姿勢と対応は、こちらの病院をよく体現されていて、患者の心に深く沁み入る有益な「特効薬」になっていると感じています。

『薬』と言えば、今や身近な「お茶」も千二百年程前に輸入された当時は「薬」でした。「お茶を一服」というのはそれに由来するとか。お茶の濃さ、練り加

し、我が国のある文化の多

くを総合的に体感出来るコミュニケーションツールとして、楽しみながら、ビジネスでも活用して頂けたら、これまでと違つた「世界」が広がるのではないかでしょうか。

例えば、茶室という侘び寂びの厳粛な空間へ、腰を屈めて視線を転じ、同じ場所でも視界で

風景を変化させ、異世界、異空間へ誘う。躊躇口の役割は謙虚さの為ばかりではないのです。

谷崎潤一郎が礼賛した日本家屋

の陰影の美は、極限まで無駄を削ぎ落とした茶室の静寂の中で

冴え、近代の明る過ぎる照明に慣れた私達に、四季の移ろいや

儂い時間による変幻の様を、新

鮮に見せてくれます。胎内回帰

を顕現したかの如き非日常の異

空間に坐り、金の音、ほの明か

り、立ちのぼる香の香り。慌た

だしい日常から離れ、静かに自

分の内面と向き合い、磨く場と

して、茶道は最適なもの一つ

と言えましょう。

動作の一つ一つに意味があり、

例えば「四方捌き」という帛紗捌きには「陰陽でいうところの

東西南北を清める」という意味

があります。「台子の中に天板、

地板、乾坤があり、柱が四本で

東西南北春夏秋冬になる。そこ

に全部陰陽五行が入つていて、



古帛紗と銀の茶杓

火の卦、水の卦、木の卦、金の卦がある。その前に座わり、四方を捌くのは東西南北の方位を清め、春夏秋冬一年を清める』(裏千家茶道より引用)

時間空間の全てを清め、亭主と客とが静かに一期一会の濃密な時を過ごす。客の目の前で茶入れを清めるのも「器」の中の

と客とが静かに一期一会の濃密な時を過ごす。客の目の前で茶

入れを清めるのも「器」の中の

と客とが静かに一期一会の濃密

な時を過ごす。客の目の前で茶

入れを清めるのも「器」の中の

と客とが静かに一期一会の濃密

の世界観と、それをどう表現するかのセンスです。季節感も茶会の意図も、当然加味されて、どんな素材、どんな銘のお道具か、何のお花、お菓子は何を?

そして、散りばめられた物語を読み解くのは、客の力量。鑑賞の楽しみであります。亭主の創り上げる或る一つの小宇宙、非日常の中に出現した物語の世界を読み解いて、感じて、楽しんで欲しいのです。

それ故、茶道の稽古は、お教室でのお点前の手順や所作ばかりではありません。歴史を学び、

寄付、床の間の掛け物をはじめ、生けられたお花や香合にも、物語は表現されています。茶入

削ぎ落とした茶室の静寂の中で

冴え、近代の明る過ぎる照明に

慣れ、茶碗、茶杓などといった数々

の道具は、その日その時のお

茶席のテーマで取り合わされ、

展開されているのです。由緒、

伝来、名のある作者の逸品も無

い稀有名道、とも言えるので

論大きな見所の一つですが、其

れ等を含めて大切なのは、亭主

語があります。

それ故、茶道の稽古は、お教室

でのお点前の手順や所作ばかり

ではありません。歴史を学び、

和歌や文学は勿論、芸能、美術

工芸、全てが勉強です。席中で

の足の運びを能に学ぶ、などは

分かりやすい例でしょう。逆に

言えば、身に付けた知識、技能

全てが活かせる、何一つ無駄が

ない稀有名道、とも言えるので

はないでしょうか。

それ故、「究極の総合芸術」と申し上げた訳です。

『茶の湯』とは、ただ湯をわか

し茶を点てて、のむばかりなる

ことと知るべし』利休道歌に

あります。『台子の中に天板、

地板、乾坤があり、柱が四本で

東西南北春夏秋冬になる。そこ

に全部陰陽五行が入つていて、

東西南北春夏秋冬になる。そこ

に全部陰陽五行が入つていて、

東西南北春夏秋冬になる。そこ

に全部陰陽五行が入つていて、

東西南北春夏秋冬になる。そこ

に全部陰陽五行が入つていて、

AIとの対話

事務長 大津 行博

「妻と義母」という有名な“だまし絵”を一度は、ご覧になつたことがあるかと思います。この絵は、見る人や角度によつて若い女性の斜め後姿に見えたり、老婆の横顔に見えたりします。このような現象は、心理学では多義図形と呼ばれ片方の見え方が意識に上がつてゐるときは、もう一方の見え方が消え二つを同時に見ることはできないという人間の知覚のメカニズムが影響しているそうです。

“だまし絵”から時代が下つて昨今では、对话型AIが話題となつています。これは、AI（人工知能）の技術を活用して、人とコンピュータとの対話を人間同士のそれに近づけるものです。人があらかじめ質問を予測して回答例を覚えさせるのではなく、AIが人の質問に対し自動で答えるため、より自然な対話となり使用者の疑問や課題の解決に繋がるとして多くの企業等から注目が集まっています。このように、凡そ人の思惑には左右されずに的確な答えを導き出すようなイメージの对话型AIですが、実際には同じ内容であつても質問者により回答が異なります。理由は、使用者の視点や関心が質問の仕方に反映されるためであり、どこか冒頭の“だまし絵”にも通じるようです。

先日、これと似たような体験をしました。患者の家族として主治医から病状説明を受けた際ですが、同じ話を聞いたにもかかわらず



だまし絵「妻と義母」

各同席者の受け取り方が正反対であつたことです。「病状は小康状態にある」という言葉一つとっても、ある者は“病状が一時よりも、やや回復傾向にある”と解し、別の者は“病状は安定しているが予断は許さない”と捉えました。また、ICUで立ち働く看護師を目にし“忙しそうで話しかけづらい”との意見もありました。どちらも間違いでない、それぞれの受け取り方の背景には、患者家族としての想いや願いがあるのだと思うと共に、翻つて医療者の立場から対話の難しさを改めて感じました。

このことは私達、医療者にとつては古くて新しい問題です。一般的には医療者側が持つ専門的知識・情報に比して、患者側のそれは必ずしも多くはありません。これを情報の非対称性といいます。加えて、病状に対する不安等の患者・家族の心情が影響する結果、両者間の認識に差異が生じ最適な医療が提供されない状況にも発展しかねません。インフォームド・コンセント（十分な説明と納得・同意）の考えが普及して久しいですが、先の例を引くまでもなく、この問題は日々の臨床現場に潜んでいます。

各同席者の受け取り方が正反対であつたことです。「病状は小康状態にある」という言葉一つとっても、ある者は“病状が一時よりも、やや回復傾向にある”と解し、別の者は“病状は安定しているが予断は許さない”と捉えました。また、ICUで立ち働く看護師を目にし“忙しそうで話しかけづらい”との意見もありました。どちらも間違いでない、それぞれの受け取り方の背景には、患者家族としての想いや願いがあるのだと思うと共に、翻つて医療者の立場から対話の難しさを改めて感じました。

これは、患者と医療者との認識の差異を埋めるために必要なことは何か。話題の対話型AI「ChatGPT：チャットジーピーティー」に質問をしてみました。

① コミュニケーションの改善

② 患者教育プログラムの提供

③ 医療者の専門知識のアップデート

④ 患者参加の促進

⑤ 信頼関係の構築と、少々優等生的な回答（各見出しのみ抜粋）でした。

AIの特徴の一つに活用すればする程、精度が高まり早く対応できるようになる“深層学習”があります。これは人間の脳内の仕組みを模したシステムであるため、AIを活用する側の私達も同じように学びを深めていくと考えることができます。また、AIは膨大な情報をもとに様々な質問に回答してくれますが、それを活かして物事を判断していくのは、あくまで私達人間です。これらのことは、患者と医療者との関係にも当てはめることができます。それを活かして物事を判断していくのは、あくまで私達人間です。これらのことは、患者と医療者との関係にも当てはめることができます。対話を通じて相手と理解し合うことで信頼関係が築かれます。そのうえで、患者が判断した意向に沿つて最善の医療を提供する必要があります。そのため、医療者に求められることは、対話を重ねるという当たり前のことを丁寧に実行することであると考えます・・・色々と述べましたが結局、AIと同じような結論に達してしまいました。人間とAIとの対話は“だまし絵”的に、視点によつて質問者と回答者が入れ替わつて見えるのかかもしれません。

対話を通じて、AIとも上手に付き合つていける気がしたところで、本稿の筆を置かせていただきます。

想うこと

春から夏、秋、冬 そして今また春、年ごとに繰り返される日本の四季。

それぞれが豊かな表情と恵みをもたらしてくれます。思えば何とありがたいことでしょう。

古来、人々は、この変化に合わせた暮しを通して、自然の力に畏敬を感じると共に、日本人ならではの情緒を育んできました。

この時期だと、春分・清明・穀雨など、暦の二十四節気・七十二候にあるような美しい言葉・



風習に、それが表れています。花鳥風月を愛で、折々の行事・祭りに遊び、そして旬のものをいただく……。

こうして、ささやかな季節の巡りを感じるだけでも心がなごみ、ゆとりが生まれます。暦を繰りながら、穏やかな日々を願いつつ“季節遊び”をしてみませんか。

それにしても、不思議と春は短く感じられますな～

理事 久野久夫