

生きる喜び☆アゲイン 癒しの環境でめざめる生命のネットワーク

目次

カラグラフィ：眼で見てわかる患者の権利と癒しの環境……………	iii
はじめに……………	高柳和江（癒しの環境研究会 代表世話人） vii
監修・編集委員一覧 執筆者一覧……………	viii

第1章 癒しの環境とは

癒しの環境をつくる……………	高柳和江（日本医科大学医療管理学教室 助教授） 2
癒しの原点……………	星 和夫（青梅市立総合病院 名誉院長） 16
患者や家族が癒される病院環境とは……………	柳田邦男（ノンフィクション作家） 22
Column 多床室の患者さんの気持ちは？	36

第2章 安心する（安全）

病室

患者の視点からみた癒しの病室……………	高柳和江（日本医科大学医療管理学教室 助教授） 38
これからの個室……………	上野義雪（千葉工業大学工学部デザイン科学科 助教授） 43
Column ICU 患者体験	48

トイレ

建築の立場からみた病院のトイレ……………	長澤 泰（東京大学教授 大学院工学系研究科建築学専攻） 49
Column おむつが外せる「盲腸ポート手術」	53
もう一步先の病院トイレがめざすべきもの……………	坂本菜子（坂本菜子コンフォート研究所 代表） 54
Column 「癒しのトイレ」でおむつ使用が減らせた	61

床

医療・福祉施設の床について……………	伊藤一章 鈴木光一（株式会社伊藤喜三郎建築研究所） 62
Column 癒しの床の散歩	67

におい

がんのにおいにごう対処するか……………	真野 徹（沼津市立病院薬剤部） 68
Column ラボで現場からの発想を形にしよう	73
加齢臭を減らす……………	中村祥二（資生堂研究所 香料顧問） 74
Column 緑の力でいやなニオイよ、さようなら	79
いやなににおいをとる光触媒膜付き蛍光灯ランプ	
……………	仁藤興次（日立ライティング株式会社）
星 和夫（青梅市立総合病院 名誉院長） 村木 晃（青梅市立総合病院管理課）	80
Column 安全ミラー	81

不安と痛み

- 子どもの不安をとる処方箋…………… 藤井あけみ
(宮城県立こども病院 チャイルド・ライフ・スペシャリスト 日本チャイルド・ライフ研究会 代表) 82
Column 子どもの患者の権利 88

光

- 高齢者と光療法…………… 大川匡子 (滋賀医科大学精神医学講座 教授) 89
Column リラックス：足底温熱刺激とリラクゼーション 97

コミュニケーション

- コミュニケーションと癒し…………… 葛西龍樹 (公立大学法人福島県立医科大学地域・家庭医療部 教授) 98
メールでコミュニケーション…………… 山田紀代美 (名古屋市立大学看護学部 教授) 107
Column むくみを改善する脚部用ポンプ 111

第3章 くつろぎ

心

- 脳機能最先端科学が明らかにしはじめた心と癒しのメカニズム
…………… 川島隆太 (東北大学教授 加齢医学研究所脳機能開発研究分野) 114

色彩

- 癒しの色彩環境 色彩心理を活かしたメンタルケアの試み
…………… 末永蒼生 (多摩美術大学 非常勤講師「色彩学校」主宰) 122
Column 色彩映像のストレス緩和効果 129
Column 授乳室にふさわしい色環境 129

照明

- 医療環境における癒しの照明…………… 手塚昌宏 (ヤマギワ株式会社 PDC シニアプランナー) 130

音

- 病院の騒音の実態と快適な音環境への道
…………… 山田由紀子 小久保隆之 (明治大学理工学部建築学科) 137
Column 窓から緑が見える環境が自己治癒力を高める 146

森林

- 自然がもたらす快適性増進効果…………… 宮崎良文 (独立行政法人森林総合研究所 生理活性チーム長) 147
Column 自然と人工の森林環境における心理的・身体的変化 155

眠る

- 心地よく眠れる枕…………… 上野義雪 (千葉工業大学工学部デザイン科学科 助教授) 156

水

- 水がつくる癒しの環境…………… 辻野純徳 (有限会社 UR 設計) 159
Column 屋上緑化の効果 165

入浴

- 良質な睡眠を確保するための就寝前入浴 脳器質的疾患患者の夜間睡眠障害に対する効果
..... 武井秀憲 (三島社会保険病院 副院長) 166
- 傷の治療と入浴、シャワー浴..... 夏井 睦 (相澤病院 傷の治療センター長) 170
- Column 夜間入浴が感情に及ぼす影響 175

第4章 元気になる

音楽

- 音楽が癒す心と体..... 村井靖児 (聖徳大学人文学部音楽文化学科 教授 精神科医) 178
- リズム打ちと発声訓練による音楽療法の試み
..... 杉尾登志光 (徳島文理大学音楽学部 講師 NPO オペラ徳島 副理事) 182

メイク

- 患者の美容と癒し..... 野澤桂子 (目白大学大学院心理学研究科) 185
- 看取りの場面としてのエンゼルメイク..... 小林光恵 (元看護師 作家 エンゼルメイク研究会 代表) 191

医療

- パッチ・アダムスとのみこまずに語る医療... 高柳和江 (日本医科大学医療管理学教室 助教授) 195

衣

- 病院ですが、ふつうにお酒を..... 森嶋正美 公文 康 (適寿リハビリテーション病院) 200
- Column 衣服で異なる病人の回復度 202

笑い

- 笑いの人体に及ぼす医学的効果..... 中島英雄 (中央群馬脳神経外科病院 理事長) 203
- Column 閉鎖医療環境における笑いの免疫能向上 207
- 笑い癒し..... 森田喜一郎 (久留米大学高次脳疾患研究所 教授) 208

アート

- アートを通じた高齢者ケア施設の社会化の試み
..... 加藤 淳 (アート・コンサルティング・ファーム 代表) 216
- Column アートプロジェクトの医学的・経営的効果 220
- Column がん末期患者の絵画による心理的・免疫学的影響 221

第5章 生きる喜び

尊厳

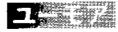
- 感銘、感服のエデン運動..... 田辺 功 (朝日新聞 編集委員) 224

ホスピス

- ホスピスの癒しの環境..... 竹宮健司 (首都大学東京都市環境学部 建築都市コース 助教授) 232
- Column チャプレンの必要性 236



手術の前後はもっと食べさせてくれ NST の活動	丸山道生 (東京都保健医療公社大久保病院 外科部長)	237
Column 真空調理法の経済効果		243
人を幸せにする食事	金谷節子 (浜松大学健康プロデュース学部臨床栄養学研究室 助教授)	244
米国には病人食はなかった	牟田 実 (シダックスアイ株式会社 顧問 有限会社食と生活ラボ 代表)	249
Column 筋力維持で、歩けるよろこびを		253



ユーモアと癒し	アルフォンス・デーケン (上智大学 名誉教授)	254
---------	-------------------------	-----



心が躍れば体も踊る ねたきりになら連の活動報告	石川富士郎 石川隆子 (富士医院)	263
Column 癒しの椅子たち		266

第6章 グラフィックガイド これが癒しの環境だ

1. 安全そして安心		268
2. くつろぎ (リラックス) — 落ち着き、自己治癒力を高める環境		271
3. 効率—質の高い医療		277
4. 元気になる		279
5. 生きる喜び		282

終章

歳をとっても健康で美しい「健院」 超高齢社会でつくらねばならない建築	長澤 泰 (東京大学教授 大学院工学系研究科建築学専攻)	286
参考文献および注		291
「癒しの環境研究会」テーマと講師一覧		295
あとがき	長澤 泰 (東京大学教授 大学院工学系研究科建築学専攻)	301

装幀……田端鉄平