



# 不安を訴える人にどう対処するか

—今がだめだと先のことは考えられない—

笠間市立病院長 石塚恒夫

当院は小規模な病院のためすべての救急患者は受け入れられませんが、かかりつけの患者さんには夜間・休日でも対応しています。肺炎等の入院が必要な疾患で受診されることもあります。『頭がふらふらした』『胸がどきどきした』『血圧を測ったら高かった』というような、少し不安だから受診したいということも多いのです。普段の外来では、生活習慣の注意など医師から一方的に説明しがちです。しかし、夜間受診する高齢者には心配事やストレスがあることが多く、話を聴いてみると、一人暮らしの不安や子ども（といってもそれなりの年齢）の未婚・離婚・退職の悩み、家族とのトラブルなどを訴えます。最近では経済的な不安が背景にあるようです。私に話したからといって解決する問題ではありませんが、話を聴いてあげると気分も落ち着くようです。

概して長期間不安を感じている人は、はっきりとした対象を認識しておらず、漠然とした不安にとらわれています。不安の原因を把握できれば、解決したり代替案を考えたり、覚悟を決めたりすることもできるでしょう。話を聴いてもらっただけで症状が軽減するのは、頭の中で整理できるためと考えられます。ただし夜間の受診を

繰り返す、難渋する場合があります。うつ病がある場合、行き詰った従来の考え方から抜け出せなくなっており、現状を客観視するには時間がかかります（特にパーソナリティ障害があると、不安を訴えることが目的になります）。認知症がある場合、記憶力が低下し時間・場所の見当が付かないのですから、もともと現状を認識するのが苦手です。

一般に不安に対して考えをめぐらすことは、目標を達成する原動力です。しかし、自分の過去や現在を正確に把握できなければ、不安にとらわれてしまい未来について考えることができません。そのような状態で励まされたり説教されたりしても、本人はつらいだけです。「すごく不安なのですね」と肯定し、「何か心配事があるのですか」と聴いてあげたりすることは、カウンセリングの専門家でなくてもできます。うつ病の場合には、いろいろな考え方があることを示し客観的な視点で考えさせることも有効です。認知症の場合は、これまでの生活歴から何を不快に思っているか推測することも必要になります。むしろ家族など身の回りの方の協力が必要なのです。

## 笠間のがんばる企業紹介⑩

笠間市には、全国でもトップクラスの技術を持つ企業がたくさんあります。このコーナーでは、より良い製品づくりを目指して研究・開発に取り組む市内の企業を紹介いたします。

### （有）ナガタフーズ

「大根のつま」といえば、刺し身料理には欠かせない一品。新鮮なものは白くてつやがあり、シャキシャキとした食感が楽しめます。福島地区の（有）ナガタフーズでは、大根のつまや大根おろしを製造し、西は静岡県から北は秋田県まで出荷しています。

同社の製品は全て、自社農地や契約農家で栽培された国産の大根から作られます。有機質肥料で作られた素材を、万全の衛生管理の下で加工。本来の味を損なうことがないよう、皮むきなども薬品は一切使わず、手作業で行われます。平成15年には、農業生産法人（注）としての取り組みが認められ、全国農業コンクールでグランプリに輝きました。

代表取締役の永田良夫さんにお話を伺いました。

—大根のつまが、こんなに手を掛けて作られているとは知りませんでした。

「単なる添え物と思われがちですが、脇役がダメだと主役の魅力まで損なわれてしまいます。たかが『つま』されど『つま』ですよ。」

—安全性にも気を配られていますね。

「火を通さない食品ですので、鮮度と安全性には細心の注意を払っています。おかげで、過去に病原性大腸菌O157が国内で発生した際も、風評被害は全くありませんでした。」

—地道な試みが評価されたんですね。

「当社は今でも自社で大根を栽培し続けています。素材から育てることが大切なんです。これからも、真面目に土と向き合い、正直な食品作りを続けたいと思います。」

（注）農業生産法人：農地や採草放牧地を利用して農業経営を行うことができる法人



毎日行われる検査

### （有）ナガタフーズ

従業員数▼50人（パート含む）

敷地面積▼6,000㎡

※文責▽笠間市役所企業誘致推進室（内線228）