

ともに生きる… Live with すずか

地域の皆さんのお役に立ちたい情報誌

東3階 病棟通信「ふれあい」の創刊をめぐって!

病棟新聞を発行するにあたって、正直、いろいろとモめました…。でも全ては病棟の患者さんとご家族の交流、家族会の存続のためです。ずばり言い切ります。

病棟新聞「ふれあい」とは

東3階病棟は、慢性期における社会復帰を目指した病棟の位置付けとなっていますが、長期化入院(30年近い方も多くみえます)により、ご家族の高齢化や世代交代なども関係してか退院後の受け皿が減少、交流がますます疎遠になりやすくなっています。

この度の病院の新築に伴い、又、患者さんの普段の様子や活動、現在の精神科医療などを少しでもご理解いただくため、病棟独自の家族会を企画しました。3月4日の当日は、6名のご家族に参加していただきました。まず午前中は入院患者さま全員にて4グループに分かれ、それぞれのグループ独自のカレーライス(事前に内容や買い物も患者さんで決めたもの)を患者さん・スタッフが協力しあって調理する場面を見学及び参加もしていただき、ホールにて全医師・病棟スタッフ全員・薬剤師・作業療法士・栄養士・ソーシャルワーカー等の他職種も集まり、パーティー方式で昼食となりました。例のTV「愛のエプロン」ですね…グループごとに味の自慢を発表しましたが、院長と看護部長の独断?により最優秀グループが選ばれました。

午後はリハビリ棟に場所を移し、創作活動や職業前作業を見学・説明、その後は和室にて家族会のメインである茶話会を催しました。ご家族の中には、今回の家族会の催しに対して、退院を言われるのではと心配された方もみえましたが、現在の病院内での患者さんの治療や日常の作業活動・生活内容を理解していただくことを主旨として、在院中心から地域医療へと、また患者さん中心の医療へと変わってきていることや、訪問看護やデイ・ナイトケア、援護寮、通所作業所などの説明、ソーシャルワーカーによる社会資源の補足説明もさせていただきました。ご家族からは、外泊時の悩みや服薬についての質問、親子関係についての対応方法の悩みなど活発な意見交換もあり、ご家族同士の悩みの共有化も大切なこととしてご理解いただけたと思います。第二回家族会は秋盛り10月を予定しています。

ここでやっと、病棟新聞に戻りますが、今回の家族会にご都合で出席できなかった全ご家族に対し、「ふれあい」という通信誌を創刊し、少しでも退院促進の一助となるよう、また、今現在の病棟での患者さんの活動内容をレクレーションも含めて掲載し送付させていただいたのが病棟新聞の



狙いです。その中には、患者さんによる風揚げ大会の感想文や、パソコン編集も掲載しました。また読んでください。

翼をください…

実は「ふれあい」という名前は、編集長である自分は当初別名「翼をください」を考え、完成してプリントする段階までできていたのですが、難しいものですね、やはり変更を余儀なくされました。そこでまた、全患者さん、スタッフにアンケートをとり、やっと、この「ふれあい」になった訳です。次回は秋の家族会終了後の発行予定です。ぜひお楽しみに♪

東3階病棟 看護師 H.O

心の健康セミナー 誌面版

心の健康セミナー誌面版は皆さまに精神科病院や病気などをテーマに沿って毎号連載し解説していくコーナーです。

毎号
連載!

テーマ

新しく就任した 看護部長を紹介します。



看護部長 鈴木 政美

前 森中看護部長の退職に伴い4月1日付けにて看護部長に就任しました鈴木です。よろしくお願いたします。院長先生はじめスタッフの協力を得て、看護部長としてなんとか頑張っています。無我夢中で3ヶ月が過ぎようとしています。

ささえあい、ともに生きるの実践

わが国の精神科医療は施設収容型からさまざまな社会情勢等を踏まえ、今後は「入院医療中心から地域社会での生活中心」に変わろうとしています。それには病院のケアにとどまらず、外来看護を中心とし地域と連携した看護が必要になってきます。これからの我々看護の役割として社会復帰に向けリハビリテーションを行い地域社会に戻りデイケア・訪問看護等で24時間体制の支援をし、単に地域で生活するだけでなく「その人らしく生きる」ことを大切にしていかなければならないと思います。今まで、私たち看護師は患者さんの症状や生活していく上での問題点にばかりに目を向けてきましたが、患者さんの持てる力を見出し援助しその力を引き出していくことまた、「どのようにしたいか」を共に考えていかなければなりません。そのために少しずつですが患者さん参画型の看護計画を立案しケアを行っています。地域住民の方々にも精神科医療の現状をご理解していただき、病院の理念である「ささえあい、ともに生きる」を実践していきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

院内百科 vol. 6

褥瘡委員会

当院の「褥瘡委員会」を紹介いたします。毎月1回院内褥瘡対策を討議・検討し、褥瘡マニュアルを作成、院内での褥瘡治療の強化に努めています。

平成16年からの調査結果、年々当院における褥瘡患者発生数が減少している傾向にあります。“除圧”日常の看護者による2時間毎の体位変換・早めの除圧対策のためのエアーマット使用も良かったと思えます。研修会などで、褥瘡予防の知識・技術を深めて、“早期発見”“予防医療”など意欲的に取り組んでいきたいと思っております。



ちょっと
教えて!!

すこやかグループのご紹介

近頃よく耳にする**メタボリックシンドローム**。健康のことは気になっていてもなかなか自分一人では何をどうしていいかわからないものです。そこで「みんなで一緒に楽しく健やかな生活を目指そう」という目的で、**デイケアプログラムとして毎週水曜日の午後に全9回1クールで「すこやかグループ」を実施しました。**

自分の身体や健康について考えるきっかけ作りを目標とし、毎回、体重・体脂肪率・腹囲・血圧・BMIを測定・記録し自分の体調や体型の変化をつかみます。



各回「食生活チェック」「カロリークイズ」「身体メカニズム」などのサブテーマを設定し健康に関する知識を身につけます。ただ説明や講義を受けるのではなく、クイズ形式やグループワークなどを取り入れて楽し

みながら理解を深められることに重点をおいて進めました。また、毎回15分程度エクササイズをする時間を設け、普段の生活に取り入れやすい運動を提供しました。

参加された皆さんが協力し合い、和やかな雰囲気であつという間に時間が過ぎていきました。「**献立を悩んだときバランスを考えるようになった**」「**お菓子を買うときに成分表をチェックするようになった**」「**自分の体調を気にかけるようになった**」など健康に関する意識が高まったという感想を沢山の参加者からいただき、好評のうちに1クールを終了することができました。今回のプログラム内容は事前にダイナイトケアスタッフが医薬品メーカーとの勉強会を通して専門的な情報を収集し作成したものでした。

今後も予定しています

デイケアに登録している方ならどなたでも参加できます。興味のあるテーマを選んで参加することも可能です。自分の健康に関心のある方はぜひお越しください。詳しくはダイナイトケアセンターまでお尋ねください。



スマイリー・バトンリレー

西1階病棟 男女混合認知症疾患治療病棟

西1病棟のスタッフ

著

しい認知症症状により、家庭や施設での療養が困難になった方に対し、クリニカルパスを活用し、短期集中的に治療、ケアを行います。専属の精神保健

福祉士が退院後の生活の支援、社会福祉施設の提供・紹介などの相談も積極的におこなっております。最近では、園芸に力を入れ患者さんに、花・野菜栽培をすることで療養生活に楽しみを持って治療いただいております。



心にゆとりのコーナー

夏野菜カレー



野菜のおいしい季節です

夏場は、青菜類が食卓にのる機会が少なくなります。そこで、太陽の光をいっぱい浴びた夏野菜を食べましょう。茄子の紫、トマトの赤、南瓜の黄色、枝豆やピーマンの緑など、色を楽しんで、まず、夏野菜から味わってみませんか?

材料4人分

- ご飯…………… 適宜
- 豚肉…………… 200g
- 茄子…………… 2本
- 南瓜…………… 小1/4
- 人参…………… 中1本
- 玉ねぎ…………… 1個
- 枝豆…………… 少々
- 油…………… 適宜
- カレールー…………… 4皿分



作り方

- 1 野菜は食べやすい大きさに切る。
- 2 茄子・南瓜を素揚げする。
- 3 枝豆は塩茹でしサヤから出す。
- 4 鍋に油を熱し、肉・玉ねぎ・人参を炒める。
- 5 水2カップを加え、野菜がやわらかくなったら、ルーを入れて煮込む。
- 6 ⑤に②を加え、ご飯にかけ枝豆を散らして出来上がり。

OPENキャンパス

三重県厚生連 看護専門学校見学会開催

厚生連が設置主体の看護師を養成する専門学校です。

下記のように学校見学会を開催いたします。看護学校への進学を考えておられる高校生の方、社会人の方は是非お越しください。

日時：7月28日(月) 13:00~16:00

場所：鈴鹿市安塚町字山の花1275-37

内容：概況説明、学校内見学、個人相談、模擬体験など

*申し込み、問い合わせは、059(384)1000



SUMMER 西浦さ〜ん!!!



にがおえ工房

夏バージョンの西浦さんは、なぜか蝉になっちゃいました!!

ニックネーム: _____

本誌へのメッセージ: _____

きりとり

ほっとニュース

● 演芸会を開催しました。

合同レク行事、演芸会を6月12日(木)開催いたしました。今年で第3回目を迎え、前回同様に職員によるバンド・よさこいを初め、地域ボランティアどんぐり会の皆さんの三味や大正琴に耳を傾けたり、近隣保育園の園児の鼓笛隊や和太鼓に思わず微笑むか顔が印象的でした。患者さん&職員によるオリジナルの劇や踊りにと1日を通して大盛況でした。忙しい中でのスタッフのご協力で、沢山の笑顔をいただきました。ありがとうございました。



● プランターで育った鳥

西3病棟にてモズのヒナが育ちました!なんと、その巣の場所は開放病棟ベランダのプランターの中です。5月26日に(ヒナ5羽を発見したのは、水やり当番の患者さん)発見してからは西3病棟皆でヒナの成長を見守り、6月9日には、病院を無事巣立っていきま



● 外来診療担当医表 (鈴鹿厚生病院)

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|----|----|-----|-----|----|------------|
| 午前 | 初診 | 高山 | 中瀬 | 小野 | 野村 | 川喜田 |
| | 再診 | 中瀬 | 川喜田 | 川喜田 | 西浦 | |
| | 再診 | | 山本 | | 中瀬 | |
| 午後 | 初診 | 中澤 | 宇野 | 林 | 西村 | 14時~ 山本 |
| | 再診 | 小野 | 西浦 | | 高山 | |
| | 再診 | 西村 | | | | |

理念 ささえあい、ともに生きる

■ 基本方針 ■

- 患者さまや地域の皆さまに、信頼され選ばれる病院づくりを行います。
- 患者さまが地域で快適な生活が送れるよう、積極的にサポートします。
 - 患者さまの人権を尊重し、きめ細かく配慮します。
 - 患者さま一人一人の治療プランに添った医療を行い、一日も早い家庭・社会復帰を目指します。
- 地域におけるメンタルヘルスに積極的に取り組みます。
 - 医療の質向上に向けて日々研鑽を積みみます。

編集後記

今号は「ふれあい創刊をめぐって」などをお伝えしました。さて、広報委員スタッフは「Live With すずか」の名のとおり、皆さんと一緒に創っていきたいと考えています。本誌へのご感想や、ご要望・ご意見がございましたらお気軽にご連絡ください。

TEL・059-382-1401(代表) FAX・059-382-1402
Eメール・info@skh.miekosei.or.jp