

ともに生きる… Live with すすか

地域の皆さんのお役に立ちたい情報誌

第21回病院祭開催

鈴鹿厚生病院では第21回病院祭を10月17日（土）に開催いたします。『和』なごみ～未来に向かって広げよう笑顔の輪～をテーマに患者さん・地域の皆さん・ボランティアの皆さんと一緒に一日病院を開放して楽しんでいただけるようスタッフ一同ころよりおもてなししたいと思っております。

今年の開催内容

病院祭も今回で21回目を迎えることとなり、皆さんに楽しんでもらえる病院祭にするために、今後ますますの進化が問われる回へと突入しました。

開催内容は、病院職員によるよさこいチーム『樂舞（らんまい）』をオープニングセレモニーとしてスタート、病院祭の花形の亀レースをはじめ、餅つき・貴方の健康チェックなど大会終了までステージやコーナーごとに志向を凝らしています。また、病院祭の顔とも言えるポスターには、近隣の保育園の園児にお願いして描いてもらった絵が使っています。一度見ていただけたらと思います。

皆さんのお越しをお待ちしております。

病院祭実行委員会 藤本 和久



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

「せん妄」という症状をご存じですか？

「せん」は「譫」という少々難しい字で「うわごと」を意味します。

典型的には、このようなケースです。

「Aさん(80歳、女性)は、自宅で転び、右足の骨を折ってB病院の整形外科病棟に入院しました。入院は初めての経験です。少し物忘れはあるようですが家では身の回りのこともでき、近所へも外出していました。ところが、入院して2日目の夜に突然人が変わったかのように興奮して、看護師さんのことを『(私を)ひどい目に遭わせる人たちだ。警察を呼べ!』とか、訳のわからないことを言い始めました。急に認知症になったみたいですね。その晩、Aさんはほとんど眠らず、明け方ようやく眠りました。目覚めてからは割とケロツとしていて、昨夜のことはあまり覚えていません。でも、次の夜も同様でした。…」

こう説明すると、似た経験をされた方があ
るかも知れません。

「せん妄」をやや専門的に説明すると、
①意識と注意の障害、②認知の全体的な障
害、③精神運動性障害、④睡眠・覚醒周期

の障害、⑤感情障害、がいずれもみられま
す。比較的急に現れ、一日の中でも変化の
みられることが特徴で、高齢者に多くみら
れます。
例えば、①少しボーッとした表情で集中力
が散漫となり、②錯覚や幻覚が現れ、記憶
があやふやで、場所や人物を間違え易く、
③興奮したり、逆に活気がなくなったりして、
④睡眠リズムは乱れ、全く眠れないことも
あり、⑤怒りっぽかったり、不安や恐怖、不
自然な上機嫌などがみられます。
せん妄の原因はさまざまです。脱水や発
熱、薬物などが原因となることもあります
が、Aさんのように環境の変化だけで起こ
ることもあります。

原因がはっきりしている場合は、それを除
去するか、和らげるかなどして対応します。
周りの方の接し方にはちょっとしたコツが
あるのですが……

残念ながら紙面が尽きました。続きは、ま
たの機会に。

(参考:ICD-10精神および行動の障害、医学書
院、2006年)

院内散策。

憩いの
POINT

たまには ゆ〜ったりした時間をもつって
いいですね。
病院の庭の中にも そんな ゆ〜ったりで
きる場所があるんですよ。
作業療法室の前にある中庭に
小さいながらも 木々と草花に囲まれたベン
チがあるんです。
こんなところで 友達と雑談や ちょっと休
憩するのもいいかもしれません。

ちょっと
聞いて!!

訪問看護の現場から

訪問看護の現場では、患者さんとの
さまざまなやりとりがあります。そ
こで、今回はそのほんの一部を紹介
します。

男性:夜になるといろいろ考えちゃって、イ
ライラするんです。

スタッフ:本当ですね。夜は、外も静かにな
るし、いろいろと考えちゃいますよね。

男性:そうなんです。辛いんです。だから眠
れなくて、眠剤も効きません。

スタッフ:眠れないんですね、それは辛い
ですね。昼間に眠くなりますしね。

昼間は、何か活動をされていますか。

男性:昼間は、何もすることがなくて、寝て
いることが多いです。

外へ出て行くのは、あんまり好きじゃなし
……。

スタッフ:そうですね。すこし生活のリ
ズムを整えることが必要ですね。

男性:分かっているんですが……

スタッフ:それなら訪問看護をきっかけに、
一緒に買い物で散歩をするなんてどう
でしょう。楽しいですよ。あとは、デイケア
と一緒に見学してみませんか?

男性:できますかね。人と話すのは苦手
で……。



スタッフ:無理に人と話そうとしなくても大
丈夫ですよ。

あなたらしくしていれば、いいじゃないで
すかね。

スタッフ:あなたができそうなことから始め
ていきましょう。

男性:わかりました、考えてみます。

スタッフ:無理せず、できなければ、またそ
こから一緒に考えましょう。また次の訪問の
時にあなたの思いを聞かせてください。

スタッフから

「訪問看護ステーションあるく」では、自宅
を訪問して地域での生活を安心して送って
いただけるようお手伝いさせていただ
いています。日常生活における悩み事や不安、
ストレスなどに対処し、症状の悪化を防げる
ように、よきパートナーとして、共に考え、
共に歩けるようになればと考えています。



♡ きのこを使ったレシピ ♡

ハンバーグのきのこクリームソース

材料4人分

ハンバーグの種	ソース
合びき肉 …… 400g	玉ねぎ …… 1/2個
玉ねぎ …… 1/2個	しめじ …… 200g
パン粉 …… 大さじ4	生クリーム カップ1
牛乳 …… 大さじ2	サラダ油
卵 …… 1個	塩 } 各適宜
A 塩 …… 小さじ2/3	こしょう
こしょう・ナツメグ 各少々	



しめじ

従来から「香りマツタケ、味シメ
ジ」といわれるように、うまみ成分
を含むので、煮物、炊き込みご飯、
汁物、天ぷら、炒め物など、和洋中
と幅広い料理に利用できます。
また、きのこには、食物繊維が豊
富に含まれ、血中コレステロール
値を下げる働きがあり、動脈硬化
予防となります。さらに野菜では摂
りにくいビタミンB群も豊富に含ま
れています。秋の味覚「きのこ」を
料理に取り入れて、カラダの中か
ら美味しくキレイになりましょう。

- 1 種用の玉ねぎはみじん切りにし、サラダ油小さじ2でしんなりするまで炒め、冷ます。パン粉は牛乳で湿らせておく。
- 2 ソース用の玉ねぎは細かくし型に切り、しめじは石づきを取ってほぐす。
- 3 ひき肉に①とAを加えて練り、冷蔵庫で約15分休ませ、人数分に形を整える。
- 4 フライパンにサラダ油大さじ1を中火で熱し、③を2分ほど焼き、裏返してフタをし、弱火で約8分焼く。竹串をさし、透明な肉汁が出てきたら火が通っているの器に盛る。
- 5 ハンバーグを焼いたフライパンに②を入れ、中火でしんなりと炒め、生クリーム、塩、こしょう各少々を加える。煮立ったら火を止める。ハンバーグにソースをかけてできあがり。

盆踊り

8月6日に院内盆踊り大会
が開催されました。当日は
天候に恵まれ、予定通りグ
ラウンドで行うことが出来
ました。今年は盆踊りの曲
を新曲2曲「大漁まつり」
「ご祝儀音頭」を追加し、
職員手作りの立派な踊り場
とパネルを設置しました。
地域の皆さん、患者さん、
ボランティアの看護学生、
職員と皆で輪を作り楽しん
で踊っていただきました。
今年も盛大な盆踊りとなり
ました。皆さんにとって夏
の思い出の1ページになれば
幸いです。



スマイリー ・バトンリレー

リハビリセンター

リハビリセンターのスタッフ

リハビリセンターは入院されている方の作業療法の施設で、さまざま
な活動を行っています。手工芸・農園芸・絵画・カラオケなどの趣
味的な活動、部品加工などの仕事の活動、料理などの日常生活的
な活動などを個別あるいは集団で行っています。今年新しく二人の作業療法
士が採用され、それぞれプログラムの運営を担っています。リハビリセンター
の雰囲気も少しばかり変化したと感ずますが、楽しく作業活動ができることが
大切ですね。

vol
19



いがおえ工房

皆さんは秋の行楽はどちらへ？
私は、温泉へ!!

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

● 地域貢献活動を取り入れて

今年の3月頃より、西2階療養病棟の患者さんと職員とで、週に1回ほど患者さんの活動性の向上や社会性の向上をめざし、病院周辺の道路などの清掃活動をおこなってきました。参加された患者さんは自分たちのペースでタバコの吸い殻や空き缶、紙くずなどを拾い分別し袋に入れていきました。

参加された患者さんからは、「良い運動になった」、きれいになった道路を見て「気分が良くなった」「自分たちはごみを道路に捨てないようにしよう」などの声も聞かれ良い活動になったと思っています。また、今後は地域住民の皆さんと一緒に活動ができればと考えています。これからも、このような活動を続けていきたいと思っています。



● 外来診療担当医表

		月	火	水	木	金
午前	初診	中澤	交代制	野村	河合	林
	再診	高山	中澤	林	西浦	
		中瀬		川喜田	中瀬	
午後	再診	河合	西浦			
			宇野 野村			

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ます。

編集後記

今号は「病院祭」などをお伝えしました。さて、広報委員のスタッフは「Live with すずか」の名のとおり、皆さんと一緒に創っていきたくと考えております。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