

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

第4回院内凧揚げ大会

2月10日(木)に第4回院内凧揚げ大会を開催いたしました。

大会当日は晴天に恵まれ…、少し寒かったですが、当院グラウンドにて無事開催することができました。

今年の開催内容

午前は病棟ごとにグループを作り、キットの凧を制作しました。午後は、よさこい踊りでスタートし、その後、年明けより各病棟で制作してきたさまざまな形や大きさの手作り凧と、グループで制作した凧を揚げました。大凧や連凧が揚がると周りからは大きな歓声が上がりまし



 **最優秀賞**

(大凧の部) 東3階病棟

(グループの部) 西2階病棟



最後に西2階病棟の患者さんによるバンド演奏でしめていただきました。

みなさんの協力のもと、事故等も無く無事大会を終了することができました。ありがとうございました。来年の開催も大いに盛り上がるよう努力していきたいと思っています。

やダンスなどを披露していただき、園児が元気に走りまわったり、踊ったりする姿を見て患者さんや職員も大変楽しませていただきました。

今年は、ぜんざい・豚汁などを用意しました。患者さんからは、美味しかったよと笑顔で声をかけていただきました。

た。患者さんにも採点に参加していただき、大いに盛り上がりました。

また、近隣の保育園の園児に凧揚げ



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「電気けいれん療法」って、なに？

医師 金原 伸一

「電気けいれん療法」をご存知でしょうか？ 電気ショック療法と呼ばれることもあり、頭部に通電することで、けいれん発作を誘発する治療法です。耳なれない治療法で、言葉のひびきからは、少しこわいイメージをもたれるかもしれませんが、実はこの治療法には 70 年を超える長い歴史があり、精神疾患の治療法の中では最も効果のある治療法の一つといえます（実は精神科の薬の歴史よりも長い）。残念なことに三重県内の電気けいれん療法の治療件数は極端に少ないのですが、アメリカでは年間約 10 万人の精神疾患に苦しむ患者さんがこの治療を受け、日本国内でも全国的には有用性、安全性の評価はすでに定着しており、治療件数は年々増加傾向にあります。

この治療の対象となるのは、重症のうつ病、躁病、統合失調症の患者さんなどで、多くの精神科疾患に対して効果が認められています。特に、薬物治療など、他の治療であまり効果が認められない場合、他の治療では危険が大きい場合（薬物治療の副作用が強いなど）、精神

科のあるいは身体的に急いで治療を行う必要がある場合などによく行われます。以前は、麻酔をかけずに行われていた時代があり、治療中実際に全身性のけいれんを誘発していたため、治療者の中にも倫理面や安全面を問題視する意見が多くありました。ですが、その後の医療機器の進歩にくわえ、麻酔科医の厳重な管理のもと全身麻酔下にてこの治療がおこなわれるようになってからは（外見からは全身性のけいれんが起こらない）、むしろその有用性を支持する意見が大勢をしめるようになっていきます。

このたび、鈴鹿厚生病院においても、鈴鹿中央総合病院の全面的な協力により、電気けいれん療法が可能となり、実際に治療が始まっております。少数の患者さんにのみ有効といえる治療法で、決して今までの治療にとってかわるものではありませんが、治療の可能性は広がったものと確信しております。今後も治療技術の向上につとめ、地域の皆さんの健康に役立てればと考えております。



院内散策

憩いの
POINT

今回は
病院の南側にあるグラウンドに出してきました。

ここには 大きな梅の木があるんです。

梅の花も きれいですよね。

木の下には ベンチもあるので

ここでゆっくり 梅の花見も 素敵ですよ。

ちょっと
聞いて!!

外来からの 耳よりニュース

病気について知りたいと思った ときに、どのような方法で知ろう としていますか？

自分の病気とうまく付き合っていくために、自分の病気を知ろうとする思いはとても必要なことで、私たち病院で働くスタッフはその病気を知りたいという思いを大切にしたいと考えています。

当院では、統合失調症という病気を患者さんご家族に理解していただくために、年2回の家族教室を行っています。また診察の場で、担当の医師から病気の説明を受けても、家に帰ってから振り返ってみようとしても、細かい内容まで思い出せないこともあるかもしれません。そこで、外来では病気について知りたい思いをサポートできるように、外来待合室に統合失調症やうつ病、認知症など、病気についてのいろいろなパンフレットを置いています。パンフレットには病気のことやお薬のこと、家族の



方の対応方法など、いろいろなことがわかりやすく書かれていますので、活用してもらいたいと思っています。

外来スタッフから

希望のパンフレットや知りたい病気についてのパンフレットがありましたら、外来スタッフまで声をかけください。



◆フキの栄養

フキは水分がほとんどですが、食物繊維が多く低カロリーな山菜で、カロチン、ビタミンB1、カリウム、カルシウムを含みます。フキの独特な香りは、咳止め、タンきりにも効果的です。



材料4枚分

油揚げ・・・4枚
豆腐・・・1/3丁
卵・・・1/2個
生姜汁・・・大さじ1/2
フキ(細い物)・・・150g
鶏ミンチ・・・180g
かんぴょう・・・適宜
片栗粉・・・適宜

●調味料A

だし汁・・・2カップ
塩・・・小さじ1/2
みりん・・・大さじ2

●調味料B

だし汁・・・4カップ
醤油・・・大さじ1、1/2
砂糖・・・大さじ2
みりん・・・大さじ1
塩・・・小さじ1/2

- 1 豆腐は、きれいな布に包み水気をきっておく
- 2 フキは、沸騰している水に塩を加え3分ゆで、素早く冷水にとり皮をむく
- 3 皮をむいたフキは、調味料Aを煮たて3分煮る
- 4 かんぴょうは、使う前に水で戻す
- 5 鶏ミンチ、①の豆腐、卵、生姜汁を混ぜ合わせる
- 6 油揚げは3カ所を切り広げ、熱湯をかけて油抜きをしておく
- 7 ⑥の油揚げに片栗粉をまぶし、巻き寿司を作るように⑤を広げて乗せ、油揚げの手前1/3あたりに③のフキを乗せて巻く
- 8 ⑦の油揚げをかんぴょうで3カ所を縛る
- 9 調味料Bを煮立て⑧を入れ、汁が1/3になるまで弱火で煮詰める
- 10 煮詰めた信田巻きを三等分に切り、器に盛り付ける

新鮮なフキの選びの Point

茎に張りがあり、根元の切り口がしっかりしているものが新鮮です。煮物、和え物、油炒め、天ぷら、などにして歯ごたえと香りを楽しんでください。

作業療法 作品紹介

作品名

「スツール (和室用座椅子)」



作者のコメント

創作グループに行くとOTの先生が笑顔で「いらっしやい」と挨拶をしてくださいます。一針一針布を縫って仕上げていくのもうれしい事です。



スマイリー ・バトンリレー

vol
25

医事課

医事課のメンバー

昨

年4月から領収書に「診療費明細書」を発行することが義務付けられました。これは医療の透明化を進めるための施策で、どのような診療行為が行われ、その値段がいくらを知ることができます。診療費明細書にはお名前や診療の内容などの大切な個人情報載っていますので、取り扱いには十分お気を付けください。診療費明細書が不要な方はお支払い前にお申し付けください。また、受け取られてから処分に困るようであればシュレッダーで裁断しますので会計までお持ちになってください。



にがおえ工員

春号ですので、
誌面に花を咲かせてみました（笑）

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

長年、当院に勤務されてきて定年退職を迎えるある職員にその思いを聞きました。

退職を控えて・・・

光陰矢のごとしと言いますが、当院に勤務して38年余、本当にあっという間に過ぎていきました。

今、数々の思い出が走馬灯の様に浮かび上がって来ます。嬉しかった事、辛かった事、大失敗してへこんだ事etc. そう、慌てん坊の私はよく失敗をして迷惑をお掛けしました。そんな私が何とかやって来れたのは、いつも温かく見守り、時には手を差し伸べて下さった仲間に恵まれたからと・・・。ほんとうにありがとうございました。

この先まだまだ続くであろう人生を、ここ鈴鹿厚生病院での経験を糧に送りたいと思っています。

長い間、ありがとうございました。
職員一同

●外来診療担当医表

		月	火	水	木	金
午前	初診	中澤	金原	宇佐見	河合	林
	再診	高山	中澤	林	西浦	
		中瀬	川喜田	金原	中瀬	
午後	再診				川喜田	
		河合	西浦		高山	
			宇野			
			野村			

担当医は都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

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「第4回院内風揚げ大会」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て考えております。本誌への感想やご要望・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