



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

訪問看護ステーション「あるく」

平成15年の5月に病院の新築と共に開設されました。当ステーションでは、主治医、かかりつけ医が訪問看護を必要と認めた方々が対象となり、医師の指示により看護師、作業療法士がご家庭を訪問させていただき、安心して地域で日常生活が送れるようお手伝いします。



主なサービスの内容

- 「日々、暮らしていくこと」
日常生活上の困り事、悩み事の相談や助言
- 「身のまわりのこと」
清潔・食事・排泄・睡眠等への援助や助言
- 「お薬も大切です」
お薬が上手く飲めない、ついつい忘れてしまう方への服薬の管理の仕方や内服方法についての助言
- 「友達や話し相手がいることもとても大切です」
人とのかわわりが苦手な方への相談や支援
- 「病気と上手く付き合っていく」
病状に関する観察から、お悩みや困り事の相談と助言
- 「ご自分の生活の幅を広げたい」
興味があることやどこか出掛けられる所が欲しい方、仕事などに向けた準備に資源を活用したい方などへの相談や紹介

また、緊急の場合に備え、地域支援室との連携で24時間連絡・対応が可能な体制をとっております。

事務所は地域医療センター内にあります。ご利用にあたっては、まず主治医にご相談いただくか、問い合わせのある方はステーションまでお気軽にお越しください。

シリーズ

① アウトリーチってなに？

アウトリーチとは大きな意味で「訪問支援」と日本語では訳されています。たとえば、訪問看護やホームヘルプサービス、往診など対象者さんのお宅など地域へ出向いて支援を行うことを意味しています。

※今回はアウトリーチの特徴についてご説明します。

★ アウトリーチ推進事業について ★

全国28か所でモデル事業としてアウトリーチ推進事業が始まりました。三重県では当院が県より委託を受けて昨年10月から実施しています。

「地域で生活する」ことを前提として、治療中断、未受診、引きこもりの精神障がい者を対象にアウトリーチ（訪問支援）を行います。

詳しくは、鈴鹿厚生病院 地域医療センター 地域支援室までお尋ねください。

TEL:059-382-1415

担当:斎藤

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「メンタルヘルスの問題 (2)」

医師 金原 伸一

前回、メンタルヘルスの問題をいくつか挙げてみました。今回はその一部、職場と病院間の連携について、さらに考えてみましょう。

まず、産業医や保健師さんなど、職場の健康管理にあたる産業保健スタッフに関する問題として、その絶対数が大幅に不足していることと、業務内容の専門性が高すぎることが挙げられます。産業医とは、50人以上の事業場で選任を義務付けられる医師のことで、その仕事内容は、健康診断、責任者への指導助言、職場における健康障害の原因調査、職場の巡視など多岐に及びます。そのため、メンタルヘルス不調者ひとり一人に多くの面接時間を割けない実情があり、国がメンタルヘルス指針で示すガイドラインまではとても手が回りません。また、産業医の専門は実は精神科や心療内科以外が多く、対応を統一することは容易ではないのです。もちろん、保健師さんや看護師さんなど産業看護職と呼ばれる方がメンタルヘルス対策を行う場合でも状況は同

じでしょう。

一方、精神疾患に罹患した方の診断、治療を行うのは精神科医や心療内科医ですが、私たち治療者は職場環境への理解、配慮が不十分で、診察室でのやりとりで多くを理解しようとし、診断や治療を優先しすぎる悪い傾向があります(過剰診断、医療化の問題)。だからこそ、休職や復職の判断、復職後の職務制限などは、産業保健スタッフとよく連携して慎重に決定すべきですが、現状では職場の実情をよく理解しないまま治療者が診断書を発行するため、治療も復職も上手くいっていないケースは案外多いのです。

以上はほんの一部ですが、法律的な問題も相まってどれも一朝一夕には解決しそえない課題です。しかし、個人情報への配慮の下、産業保健スタッフと医療機関とが接触機会を増やし、効率的で総合的な支援、医療を行えるよう模索することが、確かな一歩であると考えております。

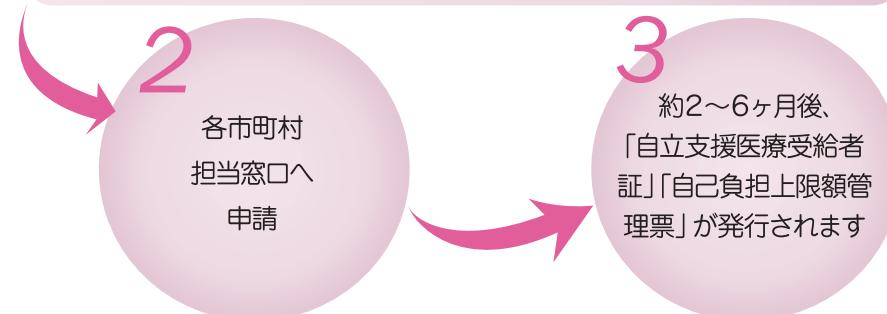


自立支援医療(精神通院医療)とは

窓口での医療費の自己負担が1割になるものです。(ただし、前年度の収入により、毎月の負担上限額が設定されます)これは、精神疾患のために指定医療機関(各都道府県等から指定を受けた病院等)に通院されている方を対象に、外来診察料、お薬代、訪問看護料等に適用される制度です。処方されたお薬のうち、風邪薬や胃腸薬など、直接精神疾患を治療するお薬以外は対象外となっております。また、申請した際に指定した病院、薬局、訪問看護ステーション以外では使えないため、ご注意ください。

1 申請に必要なものを準備します ※お住まいの市町村によって必要な書類が異なります

- 申請書
- 同意書
- 収入申告書
- 診断書
- 年金証書もしくは年金振込通知書もしくは通帳のコピー(障害、遺族年金のみ)
- 特別障害者手当、障害児福祉手当、経過福祉手当、特別児童扶養手当証明書の写し
- 健康保険証の写し
- 市町村民税課税証明書
- 印鑑



※当院に通院している患者さんには、総合案内で相談に応じています。
※ご不明な点がございましたら、各市町村担当窓口にお問い合わせください。

vol
29



スマイリー・バトンリレー 東1階病棟

平

平成16年6月より精神科急性期治療病棟として入院を受け入れてきましたが、平成24年1月より精神科救急入院病棟として、新たにスタートしました。入院時より退院を視野に入れ、患者さんやご家族への関わりを深め、笑顔で退院していただけるよう努めています。総勢30名のスタッフで、「親切・丁寧な看護」を実践できるよう日々努力しています。



♡ アスパラガスの白和え ♡

◆アスパラガスの栄養

アスパラガスは、ビタミン類・アスパラギン酸・食物繊維などが含まれています。特にアスパラに含まれているビタミンA(βカロテン)は皮膚、粘膜を健康に保ち、アスパラギン酸は、疲労回復、滋養強壮、利尿作用が豊富に含まれ、体に良い食品です。春野菜のアスパラガスを使い、疲労回復に良い白和えを作ってみてはいかがでしょうか。



新鮮なアスパラ選びの Point

- ◆茎が太くて緑色が濃いもの
- ◆つやのあるもの
- ◆切り口に変色がなく、乾燥していないもの。

材料

- | | |
|-------------|-----------------|
| 木綿豆腐.....1丁 | グリーンアスパラ.....1束 |
| 塩.....少々 | 炒り白ゴマ.....大さじ5 |
| 人参.....40g | 板こんにゃく.....40g |
- A…(だし汁1/2カップ、砂糖小さじ2、しょうゆ小さじ1、塩2つまみ)
B…(だし大さじ2、砂糖大さじ2、みりん大さじ1、塩小さじ2/3)

- 1 アスパラガスは根元のかたい部分を切り、塩を加えた熱湯でゆで、水けを切って冷まし3cmの長さ斜め切りにする。
- 2 こんにゃく・人参は細切りにし、Aで煮たて下味をつけ冷ましておく。
- 3 豆腐もほぐし熱湯で下ゆでをしてからざるに上げて水けをきり、冷めたらふきんに包んでしぼる。
- 4 ごまは、すり鉢でよくすり③とBを加えてすりませる。
- 5 アスパラガス・②を加えて④のあえ衣をたっぷりからめる。

作業療法 作品紹介

作品名 「レザークラフト」



作者のコメント

カービング法で熱中して作りました。お気に入りの作品です。

院内散策

憩いの
POINT

今回は 病院の玄関前に
来てみました。

いまは 葉っぱだけなんです
もうすぐしたら

花がいっぱい咲かします。

これが また

きれいなんですよ〜

早く 咲かないかな〜



にがおえ工員

今年の花見は院長団子と一緒に！！

ニックネーム: ~~~~~

本誌へのメッセージ: ~~~~~

~~~~~

~~~~~

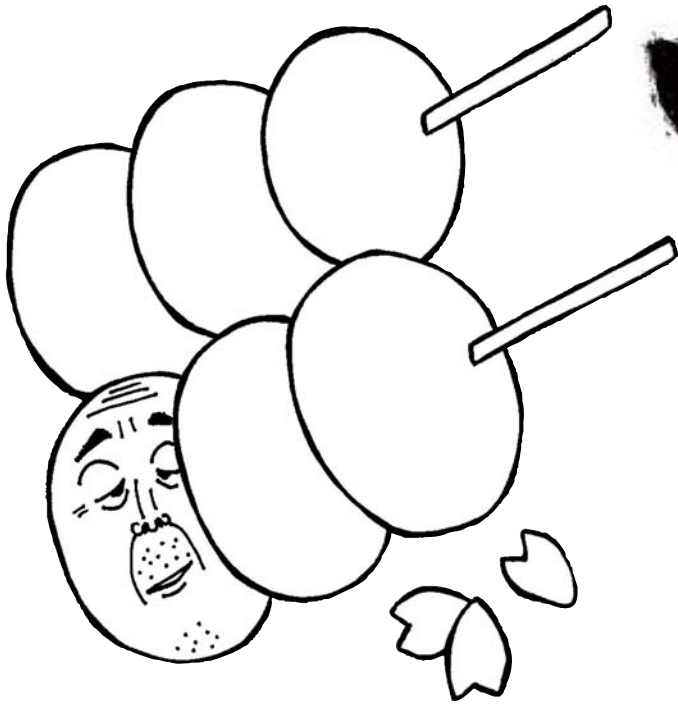
~~~~~

~~~~~

~~~~~

~~~~~

~~~~~



きりとり

## ほっとニュース

### 第5回院内凧揚げ大会

2月9日(木)に第5回院内凧揚げ大会を開催いたしました。午前中は病棟ごとに凧を制作し、午後からは病棟やグループで制作したさまざまな形や大きさの凧を揚げました。患者さんにも採点に参加していただき、大凧が揚がると周りからは大きな歓声が沸きあがりました。



最優秀賞

(大凧の部)

東1階病棟

最優秀賞

(グループの部)

東2階病棟

### ●外来診療担当医表

|    |    | 月        | 火              | 水       | 木        | 金 |
|----|----|----------|----------------|---------|----------|---|
| 午前 | 初診 | 中澤       | 交代制            | 野村      | 交代制      | 林 |
|    | 再診 | 高山<br>中瀬 | 中澤<br>野村       | 林<br>金原 | 西浦<br>中瀬 |   |
| 午後 | 再診 | 河合       | 西浦<br>宇野<br>野村 |         | 高山       |   |

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ます。

### 編集後記

今号は「訪問看護ステーションあるく」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