

いがおえ工食

栗の美味しい季節がやってきました!

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

家族教室について

当院では統合失調症を対象とした家族教室を実施しています。家族教室が目指すところは、

- ①疾患の正しい知識を得る
 - ②対処の仕方について考える
 - ③元気を持ち帰ってもらう、という3点になります。
- この目標に向かって当院では主に二つのコースで家族教室を実施しています。土曜日の午前中90分を使って行われる「基礎コース」では、テキストやDVD等の教材を用いて知識や対処方法を学ぶほか、参加家族同士、医師、看護師の他、作業療法士や精神保健福祉士、薬剤師を交えて話し合いの



▲家族教室風景



▲2013年基礎コーススタッフ

時間を持っています。同じ日の午後2時間を使って行われる「応用コース」では、“標準版家族心理教育”を行っています。職場の理解と協力の下、研鑽を積んだ職員によって家族教室は運営されています。興味を持たれた方は、是非担当医や看護師にご相談ください。

●外来診療担当医表

		月	火	水	木	金
午前	初診	交代制	交代制	交代制	交代制	交代制
	再診	高山	中澤	林	西浦	鈴木
午後	再診	河合	西浦		高山	
			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「病院祭開催のご案内」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」の名の通り、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

三重厚生連 鈴鹿厚生病院

第35号

2013.10月

発行/三重県厚生連鈴鹿厚生病院
編集/TCK 名古屋
所在地/三重県鈴鹿市岸岡町589-2
TEL/059-382-1401
ホームページ/http://www.miekosei.or.jp/skh/

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24回

「病院祭」開催のお知らせ

H25 10/19(土)

テーマ

おもい

「想」

～祭りに集いて心から笑いあおう～

9:30～15:30 雨天決行



鈴鹿厚生病院第24回病院祭を上記日程にて開催致します。

『「想」～祭りに集いて心から笑いあおう～』をテーマに皆さん楽しんでいただける病院祭を考えております。当院主催としましては、バザー・食品模擬店・ラジコンカーによるタイムトライアルや射的などのアトラクション、よさこい踊りや、バンド演奏等。また、矢野宗宏先生による「笑いとメンタルヘルス」の特別公演や、ハチドリのひとつくさんによるライフタッチ、近隣園児の遊戯、ベリータンダンス、オレンジヴォイスさんのコーラス・・・盛りだくさんのイベントを用意してお待ちしております。もちろん当院名物亀レースも今年はパワーアップ予定です^^

鈴鹿厚生病院 病院祭。皆さん **来て 見て 体験** してってください。スタッフ一同心を込めておもてなししたいと考えております。

心の健康セミナー 誌面版

心の健康セミナー誌面版は「こころ」に関するテーマに沿って
毎号連載していくコーナーです。

テーマ なだいなだ氏を偲ぶ

小学生の時、1学年上の友人から借りた本が『おっちょこちょ医』という本だった。作者名を見て、“なだ、いなだ”と読むのか、“なだい、なだ”と読むのか、それとも別の読み方をするのか、そもそも五文字の平仮名にそこまで悩む必要があるのかと思っただけだった。この本が氏との最初の出会いであった。前半は笑い転げて読み進み、後半は話が難しくなりスッキリしない終わり方にもやもやとして本を閉じたのを覚えている。思春期の頃に氏のエッセーや小説を何冊か読んだ。私にとっては、“精神科医”との初めての出会いであり、その内容はほぼ全て忘れてしまったが、おそらく、何故か精神科医をしている私の内面でひっそりと根付いているのだと思う。ここ何年かは本を見かけることもなく、時々「もう亡くなられたのでは？」と、不謹慎にも

考えていた。6月に氏の訃報が新聞に載り、その直前まで活発に活動されていたことを記事で知り、ほっとすると同時にややもやした悲しみに包まれた。私は『おっちょこちょ医』を読み直すことにした。高校生の頃に買った文庫本は、全体が黄ばんでいた。前回読んだのは10年前か、15年前か。お守りのような本を開くと、あの時と一字一句違わぬ活字が目飛び込んでくる。子どもの私が目を覚まし、大人になってしまった私と共に物語をたどり始める。子どもの私、青年の私、成人の私、精神科医の私たちが集い、静かに、時にほくそ笑みながら物語を読み進めた。終わりは三度読み返したが、やはりスッキリしなかった。しかしその終わりは実に彼らしく、物語の別れと共に、氏との別れを噛み締めずにはおれなかった。



スマイリー バトンリレー

西3階病棟

vol
34

西 3病棟は、平成15年8月に開設した女子療養型病棟です。私たちの病棟は、長期の入院が必要な慢性の疾患を持った患者さんのケアを行っています。「患者様やご家族のニーズに沿った看護サービスを提供します」を基本方針に掲げ、スタッフ一丸となり安心して過ごしていただく環境づくりに努めています。季節に応じたレクリエーション活動や料理グループ、作業療法士による卓上活動、コーラス・ゲームなどのプログラムに参加しながら療養生活を送っていただいています。中でも“ストレッチ体操”は気分転換やダイエットに効果があると患者さん大変人気があります。慢性期及び社会復帰に向けた治療を目的とし、入院生活を通して精神的・身体的ケアを行い、緊張や不安を和らげ1日も早く社会や家庭で自立が図れるよう援助します。患者さん・ご家族・スタッフがお互いに協力して目標達成を目指しています。



シリーズ7 アウトリーチの現場から

『サチ』と『アコ』の物語

アウトリーチとは何なのか。
実際にアウトリーチの現場で働く精神保健福祉士である「アコ」(仮名)と相談者である「サチ」(仮名)。そしてその家族の様子を連載でお伝えします。

精神障がい者アウトリーチ推進事業を通して、治療中断して引きこもっている『サチ』さん宅へアウトリーチ(訪問支援)している『アコ』。

訪問を繰り返し『サチ』と『アコ』の関係性は、在宅で生活している『サチ』のありのままの生活の場に飛び込み、徐々に近づいていく。

季節が夏から秋へ移り変わって行く中で、呼びかけにも応じない『サチ』に何度も訪問し、襖越しでの互いの存在の確認や戸手を閉め切った暗闇の中への訪問、症状からもたらされる無意味と思われる掃除の手伝い・・・、これらを通じて『サチ』はようやく『アコ』の存在を受け入れて行った。

《治療の再開》

家具でバリケードされた部屋への入り口は小さなトンネルになっている。そこを通り抜けると真っ暗闇なサチの部屋だ。当初は恐る恐るぐり抜けていたが、今ではそのトンネルを通り抜けることへの不安はすっかりなくなった。でも、前後の通らないことばの数々・・・、サチとの会話はほとんど続かない。

過去の治療歴からサチは治療さえ行えば、症状は改善する。ほんとのサチさん

はとっても人懐っこいおばちゃん。そのことを知っているアコは、治療の再開を望んでいた。しかしアコは、ようやく築いた二人の関係が壊れるのではないかと「治療」という言葉を言い出せずにいた。

ようやく目も慣れてきたそんな時、聞き取れないことばの中に「買い物」という単語が出てきた。

アコ:「買い物に行きたいの?何かほしものがあるの?」

サチ:「※#@\$@▽●☆~ 前はお父さんと買い物・・・」

アコ:前はお父さんと買い物によく出かけたの?」

サチ:「※#@\$@▽●☆~ 病院の#!\$@£・・・帰りに\$0=||#x\$1・・・」

アコ:「病院の帰りに、お父さんと買い物に行ってたの・・・?」

「また行けるようになるといいねえ」「お父さんに相談してみよっかあ」

サチ:「\$※〒∞♂・・・、あかんわ、無理★0℃*<@」

アコ:「わたしがお父さんに相談してみてもいい?」

サチ:「・・・」

後日、夫や息子の協力で、服薬を開始した。

~次号(第1章完結)へつづく

和風シチュー

今回は旬のさつまいもを使った、「ヒカド」と呼ばれる長崎の郷土料理を紹介します。「ヒカド」とはポルトガル語で「細かく刻む」という意味。刻んだ具材をシンプルに味付けし、すりおろしたさつまいもでトロミをつけた和風シチューです。さつまいもは美白効果のあるビタミンCや便秘解消に良い食物繊維が多く含まれ、言わずと知れた女性に人気の食材です。



サツマイモの選び方

皮の色が鮮やかで、傷や黒ずみがなく、ヒゲ根がないもの

作りやすい分量(4人分)

鶏もも肉	1枚
大根	1/4本
さつまいも	中1本
人参	小1本
青ネギ	2本
薄口醤油	小さじ2
塩	小さじ1
だし汁	3カップ

- 1 大根・人参を1.5cm角、鶏肉を食べやすい大きさに切る。
- 2 さつまいもは半分に分け、一方を1.5cmの角切り(変色しないよう水にさらしておく)にしておく。
- 3 だし汁に大根・人参を入れて火にかけ、火が通ったら角切りにしたさつまいもと鶏肉を加えてさらに煮る。
- 4 残りの半分のさつまいもをすりおろす。
- 5 塩・薄口醤油で味をととのえ、すりおろしたさつまいもを加えてトロミがついたら火を止める。器に盛り、刻んだネギを散らしてできあがり。

院内散策 憩いのPOINT

今回は ローカから
あずまやを眺めています。
木や植物に囲まれて
ちょっとした憩いの場になっています。
小鳥が来たり
蝶々が飛んでいたりもするんですよ。
なんか 素敵な感じだな~
ここで ほ~っとするのも いいなあ~。



作業療法 作品紹介

作品名
「クロスステッチクッション」

作者のコメント

縫う量も多く思ったより大変でした。大作ができて、良かったです。

