

# 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9回院内運動会を開催しました



5月15日(木)に院内運動会が行われました。当日の天気は雨が降る予報であったため、屋外(運動場)ではなく残念ながら、当院体育館での開催となりました。参加者数は253名の参加で、競技内容は玉入れ・パン食い競争・綱引き等グラウンドです。同じ内容で、体育館のサイズに合わせて工夫しました。

鈴鹿厚生病院名物の仮装行列は

「クッキング」とテーマを決めて、各病棟・デイケアが工夫を凝らした仮装行列が実施されました。模擬店では、フランクフルト・焼き鳥・ジュースが好評でした。

時間配分もちょうど良くスムーズな進行で、競技に参加された方や応援された方も事故なく無事終えることができました。

また今回、屋内の体育館で行ったこ

とにより、屋外の運動場での参加が困難な方にも出場する機会があったのではないかと思います。皆さまからは「楽しかった」「良い運動になった」との声が聞かれました。

今後は現状をふまえて、いろいろな意見も取り入れてより良いものにしていきたいと考えています。

デイケアセンター 椎葉 衛



# 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 ご挨拶

新しく赴任した職員を  
紹介いたします！



薬剤部 技術部長  
谷口 靖樹

はじめまして、薬剤部の谷口靖樹と申します。  
私は4月より菟野厚生病院から赴任してきました。  
皆様ご存じかと思いますが、菟野町は鈴鹿  
山脈の麓に位置し、御在所岳、湯の山温泉をは  
じめ三重県有数の観光スポットです。冬には、  
雪が積もることがあり毎年一度は雪に泣かされ  
てきました。鈴鹿厚生病院のある岸岡町は海に  
近く雪の影響が少ない地域と聞いています。  
さて、精神科専門の病院は初めての経験であり  
ご迷惑をお掛けするかと思いますが、病院およ  
び関係機関の皆様のお力をおかりしつつより良  
い医療の提供に努めて参りますので宜しくお願  
い申し上げます。



医事課 医事課長  
越智 宏子

この度、4月に菟野厚生病院より赴  
任いたしました。鈴鹿厚生病院には二  
度目の勤務となりましたが、新しく建  
て替わっており当初は迷子になってし  
まうほどでした。  
仕事面においても覚えることに必死  
な精神保健福祉法や色々な入院形態  
に遭遇し右往左往の毎日です。  
しかし、皆様の温かいお言葉、ご指  
導ご協力を賜り感謝しております。早  
く鈴鹿厚生病院の一員と言えるよう  
日々努力してまいりますので宜しくお  
願い申し上げます。



## スマイリー バトンリレー

vol  
37

### 地域医療センター

## 病

気や障がいによって起こるさまざまな問題や心配事について相  
談に応じます。よりよい解決法を一緒に見つけ、生活を支えて  
いくのがソーシャルワーカーの仕事です。例えば、福祉サービ  
ス利用に関すること、経済的な相談、施設利用に関する相談、就労や社会参  
加についての相談などを承っています。月曜日～金曜日（祝祭日・年末年始  
を除く）8：30～16：30、来所及び電話により相談を受け付けていま  
す。お気軽にご相談ください。



## 相談 2

### 地域医療センターの現場から

地域医療センターでは  
病気や障がいによって起きてくるさまざまな問題や  
心配事について相談に応じています。

#### 相談

「母が認知症と診断されまして、物忘れや被害妄想があるので自宅で一人では心配  
で……。介護サービスを利用したいのだけれど……。」

#### 相談内容のまとめ

母が認知症と診断を受けた娘からの相談。物忘れや被害妄想等の症状があるため、  
在宅生活を送ることに不安を感じている。娘は仕事をしており在宅で介護をしていく  
ことが難しいため、介護サービスの利用を希望している。

#### 回答

##### ①要介護認定申請をします

介護保険のサービスを利用するには、介護や日常生活に支援が必要な状態であるこ  
となどについての認定（要介護認定）を受けることが必要です。要介護認定を受ける  
ためには、住んでいる市町村の窓口申請が必要です。申請は、本人や家族のほか、  
近くの居宅介護支援事業者や、地域包括支援センター、成年後見人、介護保健施設  
にも依頼することができます。

##### ②訪問調査を受けます

申請後、介護が必要か、支援が必要か心身の状況などについて、要介護認定調査員  
が訪問調査を行います。また、市町村の介護保険担当の依頼により、申請者のかかり  
つけ医師から意見書を提出していただきます。

##### ③認定審査会が判定します

認定審査会を開催し、訪問調査の結果と主治医の意見書により「介護や支援が必要  
かどうか」「必要とあればどの程度か」を判定します。審査会は医療、保健、福祉の  
専門家によって組織されています。

##### ④認定結果が郵送されてきます

認定結果は原則として申請日から30日以内に郵送されてきます。新規、変更申請の場  
合は認定結果は認定申請日にさかのぼって有効となります。

##### ⑤サービスを利用する

要支援1、2または非該当と認定された人は、地域包括支援センターに相談して介護予  
防サービスを受けます。要介護1～5と認定された人は、居宅介護支援事業所などと契  
約して、ケアプランを作成し、介護サービスを利用できます。

申請に必要なものなど、市町村の介護保険担当窓口へお尋ねください。

## 作業療法 作品紹介

### 作品名「切り絵」

#### 作者のコメント

切り絵は作業療法で興味を持ちま  
した。約2ヶ月でなんとかこま  
まできるとなりました。



## モロヘイヤの韓国風お焼き



モロヘイヤを刻むとネバネ  
バが出ますが、これはムチ  
ンという成分。コレステ  
ロールを下げたり、血糖値  
の上昇を抑える効果や、胃  
壁を保護して消化不良や食  
欲不振を防ぐ作用がありま  
す。また、野菜の王様と呼  
ばれるほど他の野菜に比べ  
てビタミン・ミネラルが多  
く、免疫の活性化・ガンや  
老化予防・骨粗鬆症予防な  
どさまざまな効能が期待で  
きます。

### モロヘイヤの 選び方

葉が濃い緑色でピンとしているもの。茎部分が  
かたく、葉先や茎の切り口が茶色く変色してい  
ないもの。

#### 材料(2人分)

- モロヘイヤ ..... 1束
- 合挽き肉 ..... 100g
- ゴマ油 ..... 大さじ1/2
- A { しょう油 ..... 大さじ1/2
- 砂糖 ..... 大さじ1/2
- 薄力粉 ..... 100g
- 水 ..... 120cc
- B { 塩こしょう ..... 少々
- 白すりゴマ ..... 大さじ1/2
- 卵 ..... 1個
- サラダ油 ..... 大さじ1/2
- コチュジャン ..... 適宜

#### 作り方

- ① モロヘイヤは塩茹でして（塩分量外）  
細かく刻み、挽き肉はゴマ油で炒め  
てAで調味する。
- ② Bと①とを混ぜる。
- ③ フライパンに油を熱して②を平らに  
流し、蓋をして中火で両面を焼く。  
食べやすい大きさに切り、コチュジャ  
ンを添える。

## 院内散策 憩いの POINT



今回は  
中庭にある くわの木です。  
この木を植えて 6年くらい  
とうとう こんなに実が  
なるようになりました。  
あまずっぱくて  
おいしいですね～  
植えた木々が  
こんなに育ってくれて  
なんか うれしいなあ～



# いがおえ工房

夏はやっぱり魚介の帽子が涼しくていいですね(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

### 統合失調症を対象とした家族教室

当院では、月に1回家族教室を開催しております。平成26年度は下記の内容にてテキストやDVDを使用し、統合失調症にまつわる情報や、ご家族同士の交流の場を提供させていただき予定です。対象は、当院へ通院又は入院中の統合失調症患者さんのご家族の方です。興味のある方は、主治医、病棟の担当者までお問い合わせください。

7月12日(土)	何でもきいてみよう
8月9日(土)	回復を促す家族の接し方①
9月13日(土)	回復を促す家族の接し方②
10月は病院祭にて家族教室のブースを設置予定です。	
11月8日(土)	回復を促す家族の接し方③
12月13日(土)	回復を促す家族の接し方④
1月10日(土)	回復を促す家族の接し方⑤
2月14日(土)	何でもきいてみよう
3月14日(土)	DVD「退院しませんか？」

時 間▶▶▶ 10:00~11:30 (9:30より受付)

場 所▶▶▶ 鈴鹿厚生病院リハビリセンタープレイフロア

※都合により内容が変更になる場合があります。

### ●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
		中瀬	野村	金原	中瀬	
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「運動会」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