

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25回「病院祭」開催のお知らせ

10/18 (土) 9:30 ~ 15:30 雨天決行

想～つなげよう みんなの思い 深めよう 地域交流～
テーマ



鈴鹿厚生病院第25回病院祭を平成26年10月18日に開催いたします。「想～つなげよう みんなの思い 深めよう 地域交流～」をテーマに皆さんに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・亀レース、ミニ四駆レースなどのアトラクション、よさこい踊りやバンド演奏等を行う予定です。また、淵田科先生による「笑って体も心も健康に」をテーマに特別講演、ベリーダンス、とびだせWara広場の親子体験、近隣園児の遊戯などたくさんのイベントを用意してお待ちしております。

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 ご挨拶

本年7月より河内事務部長の後任として事務部長職を拝命し、厚生連本部から当院に着任いたしました。

私はこれまで一般病院と管理部門を経験してまいりましたが、精神科病院は初めての経験であります。若輩者の私にこのような重職が務まるのかと不安に駆られながら赴任いたしました。西浦院長はじめ職員みなさんに温かく迎えていただき、精神疾患の概要をはじめ、精神保健福祉法や行政の施策など病院をとりまく環境、そして病院の業務について日々勉強させていただいております。

さて、国は精神医療について、「入院医療中心」から「地域生活を支える医療」へと大きく舵を切り、指針において今後の方向性を明確に示し、改正精神保健福祉法を施行しました。

このような中で当院がこれまで取り組んできた、精神科急性期や認知症に対応



事務部長
教来石 信彦



できる体制づくり、地域医療を支える訪問看護ステーションやデイケア、地域医療センターにおける相談・支援体制、また三重県からモデル事業として委託を受け実施している「アウトリーチ推進事業」など、まさに時宜を得たものと考えております。

今後もこれらの体制を引き継ぎ、さらに発展させることによって、鈴鹿厚生病院が地域の皆さまとともに歩み、鈴鹿・亀山地区、ひいては県北中部の基幹病院となれるよう、当院の理念『ささえあい、ともに生きる』の実現に向け専心努力してまいりますので、ご指導・ご鞭撻くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。



スマイリー バトンリレー

vol
38

地域支援室

地

域支援室は、当院地域医療センター内に設置されており、看護師、作業療法士、ピアスタッフ、精神保健福祉士による多職種チームで支援を行っています。私たちは、「地域でその人らしく生活できること」を目指し、入院中から退院後の生活が安定するまでの間、関係機関と連携しながら支援を行っています。また三重県から委託を受けアウトリーチ推進事業、鈴鹿市から委託を受け安心生活応援事業にも取り組んでいます。近年では「入院から地域へ」と言うことが大きな流れとなっています。地域へ戻ってからの生活は大変なことも多く、たくさんの方の困りごとが出てくるかもしれません。苦しいことやできないことがあっても、それらを支えてくれる社会資源もあります。「やっぱり家がいい。」と思えるような地域づくりを目指し、今日も訪問に行きます!!



相談 3

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

「収入がなく、生活費の支払いがあるため経済的に苦しくて・・・障害年金というものがあると聞いたのですが・・・」

相談内容のまとめ

病状が安定せずに仕事に就くことも難しい状況で生活費について困っていて、障害年金の受給を希望されているようです。

回答

障害年金とは

病気やけがによって日常生活や就労面での困難が多くなった状態（障がい）に対して支払われるもので、精神の障がいも障害年金の対象となります。

精神の障がいの場合病状が安定しているようにみえても、服薬や金銭管理といった日常生活上のことで困難を伴うことがあります。または、集中力や持続力が低下することで仕事に就き継続していくことが困難になることがあります。そういった状態が障害年金の対象となる場合があります。

初診日（※）によって申請できる年金が異なり、障害基礎年金（1級・2級）、障害厚生年金（1級・2級・3級）障害共済年金（1級・2級・3級）等があり、病状によって等級、年金の受給額が異なります。

障害年金を受給するためには初診日（※）より1年6か月以上経過して、かつ年金の保険料の納付要件を満たしていることや病状が障害年金を受給できる状態に該当しているか等いくつか条件があり、診断書等を提出し所定の審査を受ける必要があります。20歳前に初診日がある方も一定の要件を満たすことで障害年金の対象となる場合があります。

また、初診日に加入していた年金制度によって相談窓口が異なり、申請条件にも個人差があるためお近くの年金事務所または、市町村役場までお問い合わせください。

※初診日：障がいの原因となった傷病で初めて診察を受けた日

作業療法 作品紹介

作品名「あさがお」 貼り絵

作者のコメント

花は好きです
元気がです



♡ 鮭ときのこのクリームパスタ ♡



鮭に含まれる脂肪の一部には、コレステロールを抑え、動脈硬化や高血圧を予防したり、脳細胞を活性化させる働きがあります。また、カルシウムの吸収を促進するビタミンDや抗酸化ビタミンが多く、生活習慣病予防にお勧めです。鮭の赤い色はアスタキサンチンと呼ばれ、有害な活性酸素（正常細胞をガン化させたり、老化を早めたりする）を除去する高い抗酸化力を持っています。

鮭の 選び方

身が締まっており、皮の色がきれい。皮と身が離れておらず、ドリップ（魚から出る水分）が出ていない。

材料（2人分）

パスタ 2人分
鮭（生食用） 120g
しめじ 1/2パック
エリンギ 2本
玉ねぎ 1/2個
生クリーム 200cc
オリーブ油 大さじ1
塩こしょう 少々

作り方

- 1 玉ねぎは薄切りにする。
- 2 しめじは軸を取ってほぐし、エリンギは縦4つ割りにし、食べやすい大きさに切る。
- 3 鮭は一口大に切る。
- 4 たっぶりのお湯に塩を加え（分量外）、パスタを茹でる。
- 5 フライパンにオリーブ油を熱し、玉ねぎを炒める。しんなりしたら②のきのこを加える。
- 6 軽く焼き色がついたら、中火にして鮭を加える。
- 7 鮭の色が変わったら、生クリームを入れ、ひと煮立ちしたら塩こしょうする。
- 8 パスタの茹で汁を大さじ3ほど入れ、茹で上がったパスタも加えて手早く混ぜる。
- 9 器に盛ってできあがり。

院内散策 憩いのPOINT



デイケアの前にある木にハトが巣を作りました。卵をあたまっているみたいですね。こっそり作ったのでほとんどの人は知らないんです。こういう光景は、なかなか見れないですよ。ヒナが孵（かえ）るのが、楽しみだなあ。

いがおえ工長

ハロウィン仕様の西浦院長
めっちゃかわいい♡



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

### 『デイケア通信』のご案内



デイケアでは、毎月発行しているプログラム表を『デイケア通信』としてバージョンアップし、皆さんにご自由にお持ちいただいております。デイケアの日々の活動紹介や、暮らしに役立つ情報、メンバーからの投稿コーナーなど、内容も充実中です。制作はパソコン教室メンバーとスタッフが力を合わせて楽しく行っています。『デイケア通信』は外来待合ホールでも掲示中です。ぜひ一度ご覧になってください。



### ●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 | 中瀬  | 野村  | 金原  | 中瀬  |     |
|    |    | 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