

いがおえ工

ジャック・オー・ランタン!!

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

夏フェス開催しました

8月4日(木) 当院グラウンドにて夏フェスを開催しました。天候にも恵まれ、盆踊り・よさこい・バンド演奏・模擬店・夜店などで盛り上がりました。特にバンド演奏では地域の方の協力を得て、琴の演奏を披露して頂き、初めて聞く琴の音色に耳を傾け酔いしれました。また、恒例の大ほんほりコンテストでは、「夏の昆虫」をテーマに各病棟が創意工夫をこらしたほんほりが展示され、西3病棟の作品が優秀賞に選ばれました。参加していただいた方々の協力のもと事故もなく無事に終わることができ、ありがとうございます。来年度以降の開催も地域の方も含め病院全体で盛り上がるように頑張っていきたいと思っております。



●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
午後	再診	中瀬	野村	金原	中瀬	大井
		河合	西浦	宇佐見	高山	大井
			野村		山村	

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重ねます。

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

三重厚生連 鈴鹿厚生病院

第47号

2016.10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



病院祭 開催のお知らせ

「地域交流～みんなの笑顔と力で創ろう 未来の鈴鹿厚生病院～」



第27回鈴鹿厚生病院 病院祭を開催いたします。日時は平成28年10月15日(土) 9:30～15:30となっております。今年のテーマは「地域交流～みんなの笑顔と力で創ろう 未来の鈴鹿厚生病院～」とし、地域の皆様と一緒に楽しい病院祭を創りたいと考えております。当院主催として、毎年恒例のバザー、食品模擬店、亀レースなどのアトラクションを行います。また、外部機関の方々も多く参加して頂いており、今年の特別講演は、日本笑い学会より「笑顔で心の健康」をテーマとして講演していただきます。その他にも、近隣園児のお遊戯やベリーダンス、稲生高校吹奏楽部による演奏、就労継続支援事業所の出店など、今年も盛りだくさんのイベントを用意してお待ちいたしております。食べて、見て、体験して、皆さんに楽しい一日を過ごしていただければと、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。

ご家族、ご友人等お誘いあわせの上、ぜひお越しください!

昨年の様子



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



臨床心理士
奥村 太一



平成 28 年 4 月から鈴鹿厚生病院で勤務させていただいております、奥村太一と申します。社会人になり早くも数ヶ月が経ちました。頭ではわかっているつもりでも、実際は学生気分が抜けず、自分の役割を主体的に探し実行すること、行動を反省しそれを活かすことができず、報連相の徹底といった社会人としての基本にさえ、まだまだ未熟さを感じる毎日を送っています。心理士としてもスタートラインに立ったばかりではありますが、目の前の方の人生を教えていただくという姿勢を常に意識しながら、その方の幸せと一緒に考えていくことができるような支援をしていきたいと考えています。日々学び続けることができるよう頑張ります。どうかよろしくお願いたします。



臨床心理士
浅尾 奈未



平成 28 年 4 月より臨床心理士として働かせていただくことになりました、浅尾奈未と申します。鈴鹿厚生病院初の常勤の臨床心理士として、右も左もわかりませんが様々な職種の方々に支えられて毎日をご過ごしております。モノや機械があふれ、こころや情緒というものがないがしろにされがちな世の中ですが、心の機微を大切に患者さんの心に寄り添えるような臨床心理士になれるよう、日々自己研磨に励みたいと思います。私自身、鈴鹿で生まれ育ったため、このたび鈴鹿厚生病院で働くことをたいへん嬉しく思います。恩返しの意味も込めて地域に貢献できるように頑張っていきたいと思っておりますので、これからよろしくお願致します。



スマイリー バトンリレー

東1病棟

精

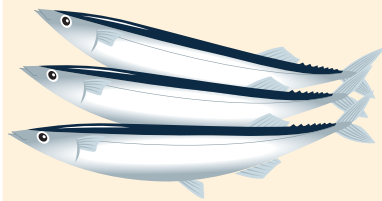
精神科救急病棟は、精神症状が悪化した急性期の集中的な治療が必要な精神障害者の方々が入院される病棟です。精神科救急病棟では、急性症状の早期緩和を最優先に心身の安静に努め、患者さんの症状や状態を理解・把握し、症状に合った様々な治療（薬物療法・精神療法・作業療法など）を行っています。また、入院中における合併症や事故防止にも力を注いでおり、患者さんの不安軽減・安全の確保に努めています。早期治療による急性症状の軽減と1日も早い患者さんの社会復帰を目指しています。

秋刀魚の焼き浸し

秋刀魚は、北太平洋で水揚げされる秋の鮮魚です。秋刀魚の旬は9月～11月で、脂ののりが良く、塩焼が秋の味覚の代表格ですね。三重県では11月以降の脂の減った秋刀魚で秋刀魚寿司や秋刀魚の丸干しが作られます。天日干しされる秋刀魚の丸干しは三重県の冬の風物詩の一つでもあります。秋刀魚には、血液の流れを良くするEPA（エイコサペンタ塩酸）と言われる成分が含まれており、脳梗塞や心筋梗塞などの病気を予防する効果があるとされています。DHA（ドコサヘキサエン酸）も豊富に含まれていて、特に脳細胞の活性化や目の網膜活性化に効果があると言われています。また、悪玉コレステロールを減らし、善玉コレステロールを増やす働きもあります。

秋刀魚の焼き浸し DATA (1人前)

■エネルギー / 178kcal ■塩分 / 1.2g



材料 (2人分)

秋刀魚 1匹
エリンギ 1本
めんつゆ(ストレート)..... 大さじ4
すだち 適量

作り方

- 1 秋刀魚は3枚おろしにし、食べやすい大きさに切る。
- 2 エリンギは長さを2つに切って、食べやすい太さに切る。
- 3 ①②を油をひいたフライパンで焼き、熱いうちにめんつゆの入ったボールに漬込む。
- 4 冷めたら、器に盛り付け、すだちを添える。

院内散策 憩いの POINT



突然ですが皆様！足湯の効果はご存知でしょうか。温浴によって血液循環を良好にし、冷え性改善や疲労回復につながると言われております。東3階病棟では、週2回足湯を実施しております。静かな音楽とアロマが香る雰囲気の中で、温泉水（温泉の元）に足裏をつけていただくことによって新陳代謝を促します。さらに足裏をマッサージすることによって、体内から内臓が温められ、冷え性の患者さんからも大好評です。☆写真の足湯コーナーの暖簾（のれん）は患者さん製作によるものです。

協力施設のご紹介

地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者の方々の介護や健康・福祉・医療などを支援する総合相談窓口です。主任介護支援専門員保健師（経験のある看護師）社会福祉士・介護支援専門員が配置されており、それぞれの職種が連携し、高齢者の皆さまやそのご家族さまの支援を行っています。

アウトリーチ（相談者の生活の場に出向き、本人を基点としての援助を展開する）を実践の基本として活動しており、相談者と、地域との関わりを大切に考えることで、地域に密着した支援を行っています。鈴鹿亀山管内には行政からの委託により、鈴鹿市内に4か所、亀山市内に1か所の計5か所の地域包括支援センターが設置されています。地域包括支援センターでは、皆さまからの相談への対応以外にも、地域に密着したさまざまな活動を行っています。たとえば、介護予防や福祉制度説明等の「出前講座」、介護者の方の交流を目的とした「介護者の集い」の開催、認知症について正しく理解していただき、支援していただくための「認知症サポーター養成講座」等を行っています。これらの活動により地域住民の方々とのつながりを深めるきっかけづくりにもなればと思っております。

超少子高齢化・地縁の希薄化等で、地域にさまざまな課題が山積する中、地域包括支援センター職員は「介護が必要になっても、できる限り誰もが住み慣れた地域で暮らしていく」ための「新たな仕組みづくり」を模索し、日々奮闘しています。

鈴鹿西部地域包括支援センター
鈴鹿市平田一丁目3番5号
(アルテハイム鈴鹿内)
TEL059 (370) 3751
担当地区 (行政区)
庄野、加佐登、牧田、石薬師、井田川、久間田、椿、深伊沢、鈴峰、庄内

鈴鹿北部地域包括支援センター
鈴鹿市神戸三丁目12番10号
(介護老人保健施設ひまわり内)
TEL059 (384) 4165
担当地区 (行政区)
飯野①※、河曲、一ノ宮、箕田、玉垣①※、神戸

鈴鹿南部地域包括支援センター
鈴鹿市南若松町1番地
(伊勢マリンホーム内)
TEL059 (380) 5280
担当地区 (行政区)
白子、稲生、若松①※、栄、天名、合川

鈴鹿中部地域包括支援センター
鈴鹿市神戸子町383番地の1
(鈴鹿市社会福祉センター内)
TEL059 (382) 5233
担当地区 (行政区)
国府、飯野②※、玉垣②※、若松②※

鈴鹿中部地域包括支援センター
「きすな」
亀山市羽若町545番地 (亀山市総合保健福祉センター「あいあい」内)
TEL0595 (83) 3575
担当地区 (行政区)
亀山市内全域

※ 飯野①…西條町、飯野寺家町、西条一〜九丁目 玉垣①…矢橋町、矢橋一から三丁目 若松①…南若松町
飯野②…飯野①以外 玉垣②…玉垣①以外 若松②…若松①以外

作業療法 作品紹介

作品 「創作グループ作品 刺繍」

作者のコメント

花が好きで、クロスステッチ
2作品目の作品です

