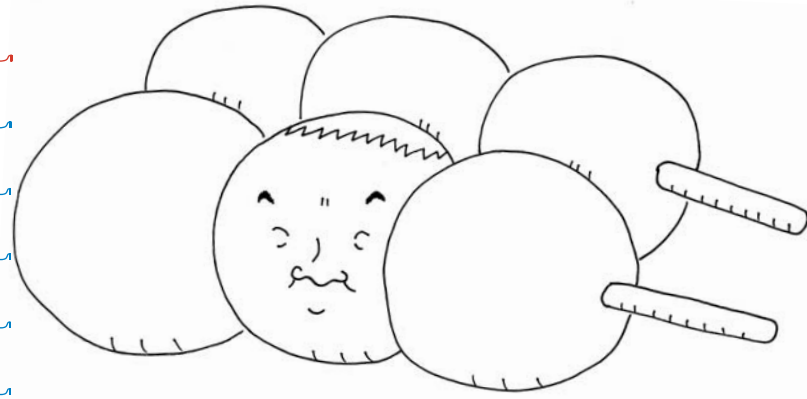


いがあえ工友

え!?今回は手抜きだって?いやいやこれでも結構一手間かけてます(笑)

ニックネーム:

本誌へのメッセージ:



きりとり

CHECK

看護師・看護補助員を募集しています!! お気軽にお問い合わせください ☎ 059-382-1401
WEBはこちら 鈴鹿厚生病院 |

ほっとニュース

凧揚げ大会のご報告

今年の凧揚げ大会は2月15日(木)に開催されました。今年の干支「戌」をテーマに各部署趣向を凝らした大凧とキット凧を作成しました。当日は風があまり吹いていない日ではありましたが、なんとか凧を揚げようとチームで協力し一生懸命グラウンドを走る姿が印象的でした。今年は投票による結果が接戦で、最終的にはじゃんけん優秀賞を決定。大凧優秀賞は東1病棟、キット凧優秀賞は東3病棟でした。また、園児のみなさんにも参加していただき会場も大変盛り上がりしました。



大凧部門
東1病棟



大凧部門
東3病棟



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

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「院内運動会開催のお知らせ」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53号

2018.4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13回

5月10日(木)

院内運動会開催します

5月10日(木)に第13回院内運動会を開催します。

この運動会では患者さまが参加しやすく楽しめる機会を提供し、高齢者や体力が低下した参加者を考慮してすべての競技を直線コースで行えるよう考えました。そうすることによって多くの患者さまが参加できるようになり、応援する方もどこからでも観戦できるようになりました。競技種目は定番の借り物競争やパン食い競争などの他に「仮装行列」があり、毎年テーマを決めて各部署がそれぞれ工夫を凝らした仮装行列は必見です。昨年はあいにくの荒天で体育館での開催になりましたが、今年はグラウンドで開催できればと願っております。



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。今号は新しいスタッフを紹介します。

テーマ もうひとつの「そらみみ」について

副院長 高山 学

「幻聴」は代表的といっている精神症状です。とはいえ「そらみみがきこえた」からといってすぐさま統合失調症と診断されてよいのでしょうか。必ずしもそうではない「そらみみ」を訴えるケース（十代の若者を含む）に数多く接するようになったのが今回のお話です。

統合失調症の場合、毎日、幻聴の主との会話が続き、行動を支配されてしまいます。これに対して対話しない、一方的な罵声、怒声の幻聴が存在します。明確なフレーズで、後ではっきりと思い出すことができる内容です。じっさい過去に出会った、具体的な体験であることが多いのですが誰の声か思い出せない場合もあります。いずれもなまなましくて鮮明ゆえに辛い。夢の中でも続くことがありますので確かにしんどい。そして最大の特徴が、薬に反応しにくいことです。当方もかつて両者を区別することができず（というより、そのような観点を持ち合

わせず）いたずらに増量してしまうケースが存在しました。

ではこの原因は何なのでしょう。外傷体験を受けたケースだと考えられます。心的外傷後ストレス障害（PTSD）といえば戦争・災害が有名です。しかし平和とされる日本においても、虐待、DVにかざらず、個人の日々の生活で痛切な体験にさらされることによって発生します。後のちまで影響が及んで、多彩な症状をみせる場合、複雑性PTSDと呼ばれ、2018年に発行されるWHOの国際統計分類（ICD-11）では正式に掲載される予定です。まずはこのようなメカニズムが存在することに気づく必要があります。おのずから精神病とは対応は異なってくると思います。

村上春樹の小説にはしばしば、このような幻聴を訴える女性が登場します。そして氏は一貫して、人間関係の回復をテーマに創作活動を続けています。



スマイリーバトンリレー

西2病棟

西 2病棟は精神科療養病棟となっています。主として長期的な治療・療養が必要な男性の患者さまが入院される病棟です。

当病棟では、急性症状の段階的治療により症状が安定した患者さまや、長期入院による治療・療養が必要な方々が、早期に家庭や社会に復帰できるように、日常生活指導や作業療法などのセルフケア能力を高める療養プログラムを積極的に取り入れています。そして、患者さまや家族の方々と協力し、私たちはチーム医療を実践しながら支援しています。

また月1回、季節に応じたレクリエーションを行っており、春はお花見、夏は盆踊り、秋はぶどう狩りなど、入院患者さまの楽しみのひとつとなっています。

療養環境の整った西2病棟での治療により、1日も早い患者さまの自立と社会復帰を支援しています。

アスパラガスのチーズ焼き

アスパラガスの旬は4～5月。アスパラガスはアスパラギン酸が多く、名前の由来ともなっています。アスパラギン酸は新陳代謝を活発にし、疲労を和らげる効果が期待されます。また、血管を丈夫にする働きがあるといわれている「ルチン」が主に穂先に含まれ、毛細血管を丈夫にすることや、血圧を下げる効果があるとされています。



材料(1人分)

アスパラガス	3本
卵	1個
オリーブオイル	適量
塩	少々
黒こしょう	少々
粉チーズ	大さじ1杯



DATA (1人前)

- エネルギー / 144kcal
- 塩分 / 1.0g

作り方

- 1 アスパラガスは根元の硬い部分を除き（根元部分を折るようになると良い）、根元を切りそろえる。アスパラガスが太い場合は縦半分に切る。
- 2 ①のアスパラガスを半分の長さに切る
- 3 耐熱皿にオリーブオイルを塗り、②のアスパラガスを並べ、オリーブオイルを振りかける。
- 4 卵を割って黄身をくずさないようにグリーンアスパラガスの上にのせる。
- 5 塩、黒こしょうをし、粉チーズをふりかける。
- 6 温めたオーブントースターで10分程焼く。焼き加減はお好みで。

※アスパラガスは茹でて使っても良いですが、そのまま焼く方が春の香りを楽しむことができます。

院外散策 憩いのPOINT

河川クリーン活動2回目！



平成29年12月3日（日）2回目の河川クリーン活動に、15人の病院職員が参加しました。今回も地域の自治会のみなさん、地域の中学生・大学生のみなさんとともに、病院の近くを流れる田古知川・金沢川の清掃活動を行いました。地域のみなさんと一緒に作業を行い、交流が深められたと思います。春には川沿いに桜が咲き、きれいな散歩コースになります。桜を見ながら散歩をされるときに、ぜひ川にも目を向けてください。

協力施設のご紹介 まほろば 就労継続支援B型事業所

「まほろば」とは「素晴らしい場所」「住みやすい場所」を意味し、美しい日本の国土とそこに住む人々の心をたたえた古語。その意味の通り、利用者だけでなく、そのご家族や支援者、そして地域にとって「素晴らしい場所」「住みやすい場所」でありたいという思いを込めてスタートした事業所です。

では「素晴らしい場所」「住みやすい場所」とはどういった意味でしょうか。それは夢を語り合え、それに向かって楽しみながら前進できる場所ではないでしょうか。

「まほろば」では皆さんの夢を応援します。そのために以下のことを理念として掲げています。

1. 無理、無駄、難しいは禁句。「出来るはず」から始めよう。
2. 未来の心配をするくらいなら、思い通りの未来にしておこう。
3. 好き嫌い、得意不得意よりも、何事もまず思いっきり楽しむことを考えよう。
4. 大きな夢を持ち、大きな声で言おう。
5. 仲間と助け合い、感謝しあおう。



「まほろば」は農業を通じて様々なものにチャレンジしていきます。米、トマト、トウモロコシ、そしてアスパラガスに加えパッションフルーツ、アスパラガスはホワイトアスパラとしても栽培する予定です。

これらチャレンジに大きな夢を持って、多くの方々とともに実現していけるよう楽しんでいきたいと思っております。ご注目よろしくお願いたします。

information

株式会社 AIMforDream
就労継続支援B型事業所まほろば

〒510-0835
三重県鈴鹿市平野町塚本97
TEL 059-329-7881



作業療法 作品紹介

作品：つるし飾り

作者のコメント

心をこめて作りました

