にがおえ工房

ハッピーハロウィーン!

ニックネーム：

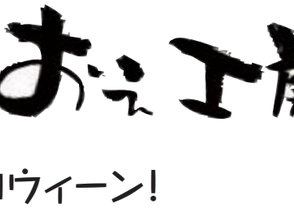
本誌へのメッセージ：

きりとり

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

ほっとニュース

令和元年夏フェス開催



令和になって最初の夏フェスが8月8日に「笑顔」をテーマに、当院グランドにて病院長の挨拶の後、開幕しました。

内容は盆踊りをメインに、各部署作成の大ぼんぼりコンテスト・流し灯篭・出店（かき氷・やきとり・フランク・スイカ・ジュース）・夜店などがあり、入院患者さま・御家族・地域の方々でにぎわいをみせました。

大ぼんぼりコンテストでは、「夏といえば！」をテーマに各部署がしのぎを削り、大作が飾られ人気を集めました。また踊りの休憩時間には、地域の方と当院バンドメンバーが一緒になり素敵な音色・歌声を披露して頂き、患者さま・スタッフ・地域の皆さまで、充実した真夏のひとときを過ごす事ができました。

●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
				宇佐見	山村	
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いと考えております。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59号
2019.10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30回記念 病院祭を開催します

10/19(土)

開催時間 9:30～15:30

厳しい暑さも過ぎ去り、今年も鈴鹿厚生病院 病院祭の時期となりました。沢山の方のお力添えをいただきながら、この年１回のお祭りも今年度で 30 回目となりました。今年は 30 回記念大会です。鈴鹿市社会福祉協議会認知症初期集中支援チームの皆さまによる 30 回記念講演「認知症サポーター養成講座～みんなが暮らしやすい街へ」をはじめとして、いつも以上に盛り上がる内容になっています。

今年も地域の皆さまにご協力いただき、稲生高校ブラスバンド部の演奏や、玉垣小学校金管バンドの演奏、みそら保育園の遊戯、ベリーダンス、よさこい、就労継続支援事業所の出店など、みんなが元気になれるような企画を考えております。また、当院からはバザーや、作業療法体験、亀レース、バンド演奏、無料配布の餅つきなど盛りだくさんのアトラクションを準備してお待ちしております。模擬店も多数ありますので、一日中お楽しみいただけます。「見て、体験して、食べて」皆さまに楽しい一日になりますよう、スタッフ一同心を込めておもてなしいたします。皆さまご家族、お友達お誘い合わせの上、是非お越しください。

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　自己顕示欲2

前回、自己顕示欲の話題を取り上げた際に（第37号）、小生は40代も半ばに差し掛かりつつあると、紹介させていただきました。現在50歳手前となりましたから、早いもので、もう5年も前の話になってしまいました。

その時は、SNS（その言葉自体、当時は知りませんでしたが）時代となり、自己顕示欲の強い人が増えてきたといった話をさせていただきました。

そのような流れはエスカレートする一方であり、自己顕示欲に欠ける小生にとっては、生きにくい世の中になってまいりました。

一定以下の世代では、今やSNSのアカウントは持っていて当たり前だそうです。

逆に持ってないと、友達が少ない・社交性に欠けるといった印象を持たれるだけでなく、方々で恨みを買っているため個人情報をオープンにできない・隠し事の多い人間であるとの烙印を押され、社会的に信用されなかったり、あるいは個人情報を管理できない・PCスキルが低いと判断されたりし、就労の際にも何かと不利に働くこともあるそうです。

小生が、Facebook、Twitterといった特に日記系SNSのアカウントを持ってないのも、まさに上記が当てはまる感じです・・・。加えて前回ご紹介したように、小生の自己顕示欲の欠落し過ぎが影響しており、それらを利用する気にならないのでございます。

あ、さて（K.K.アナ風に）、前置きが長くなりました。

YouTuberまでいかなくても、インスタ映えにエネルギーを注ぎ込むなどする人も多いようです。しかしながら、（とあるトレンディ俳優のご子息のI.I.さん風に言うと）多くはトーシロと言っていいでしょう。

彼らの多くは、意識して「いいね！」をもらおう、注目を浴びようとしているだけだからです。

精神科領域で肝心なのは・・・この続きは、また次の機会に。

♥　さつま芋のきんぴら　♥

さつま芋は、食物繊維が豊富で、ヤラピン（切り口から出る白い汁）が腸の働きを促すことから便秘の改善に効果的と言われています。また、ビタミンCも豊富で、熱に強いビタミンCが含まれています。皮の紫色には抗酸化作用のあるアントシアニンが含まれていますので、よく洗って皮も使うと良いです。皮を使う場合は、アクを抜くため水にさらすと色よく仕上がります。
さつま芋は、乾燥と低温に弱いので、冷蔵庫には入れずに、新聞紙に包んで風通しのよい冷暗所で保存し、使いかけは、ラップに包んで野菜室で保存しましょう。

材料（2人分）

さつま芋	中1個（200gくらい）
油	小さじ2
醤油	小さじ1
砂糖	小さじ1
水	小さじ2
ごま油	小さじ1/2
黒ごま	適量

DATA（1人前）
■エネルギー /183kcal
■塩分 /0.5g

作り方

1. さつま芋を良く洗い、5㎜くらいの細切りにし、水にさらして水切りしておく。
2. 醤油と砂糖、水を合わせておく。
3. フライパンで油を熱し、①のさつま芋を炒める。
4. さつま芋が黄色くなってきたら②の調味料をまわしかけ、絡めながら更に炒める。
5. 調味料が絡まったら、火を止め、ごま油で香りづけする。
6. お皿に盛り、黒ごまを振りかける。

院内散策　憩いのPOINT

当院南側グラウンド前に小さな花壇があるのをご存知ですか？
東3階の患者さまと職員が手入れをしています。
パンジーやキンセンカ、ひまわりやマリーゴールド…というように季節に応じた花を育てています。
ジャガイモやシソを植えるなど、時には畑になることもあります。
シンボルツリーのビワは初夏にたわわに実ります。
よろしければ、足を延ばして見に来てくださいね。

スマイリーバトンリレー

医事課

私

達医事課職員は8人体制にて業務を行っています。
主な業務としては、カルテ作成・診察券作成・保険証確認等を行う新患窓口業務、外来診療内容の診療費請求を行う外来会計業務、入院事務手続き・入院費請求を行う入院会計業務があります。
病院に来られた患者さまが、少しでも快適に診察を受けていただけるよう日々の業務を勤めてまいります。

協力施設のご紹介

特定非営利法人　こまつの里

作業風景

製品

特定非営利法人「こまつの里」は、様々な障がいを持つ人達に対して、良好に日常生活を継続できるように地域生活支援及び福祉的就労支援に関する事業を行い、もって地域福祉の向上に寄与することを目的としています。

指定障害福祉サービス事業所として、就労継続支援 B 型事業・生活介護事業・日中一時支援事業の 3 つを展開する多機能型事業所です。就労継続支援 B 型事業・生活介護事業は、障がいをお持ちの方が自立した日常生活または社会生活を営むことができるように、ひとりひとりの意思及び人格を尊重すると共に福祉就労の場を通じて社会参加ができるように生活支援を行い、社会自立を促進するように努めることを目的としています。日中一時支援事業は、障害者総合支援法における地域生活支援事業として、現在は津市・松阪市と委託契約を締結し、事業を展開しています。

利用者の割合としては精神障がいのある方が最も多いですが、知的障がいや身体障がいのある方も一定数通所されていて、当事者の方々がかまえずに通所継続できる雰囲気づくりを心がけています。

作業内容としては、お菓子の箱折り、金具組み・袋詰めを提供しています。
また作業だけではなく、毎月 1 回は通所される方々の希望や季節に合わせたイベントや買い物を行う年間行事も企画しています。

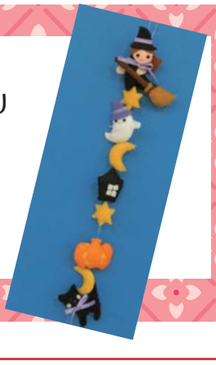
「こまつの里」は津市の潮干狩りで有名な御殿場海岸のすぐそばにある、とても環境の良い場所に建てられた施設です。見学につきましては事前連絡をいただければ開所日は毎日可能です。

information

特定非営利法人　こまつの里
〒514-0815
三重県津市藤方843-16
TEL 059-222-3838
059-253-4455
FAX 059-253-5480

作業療法　作品紹介

作品：ハロウィンつるし飾り

作者のコメント

「かわいくできました。綿入れがむずかしかった」