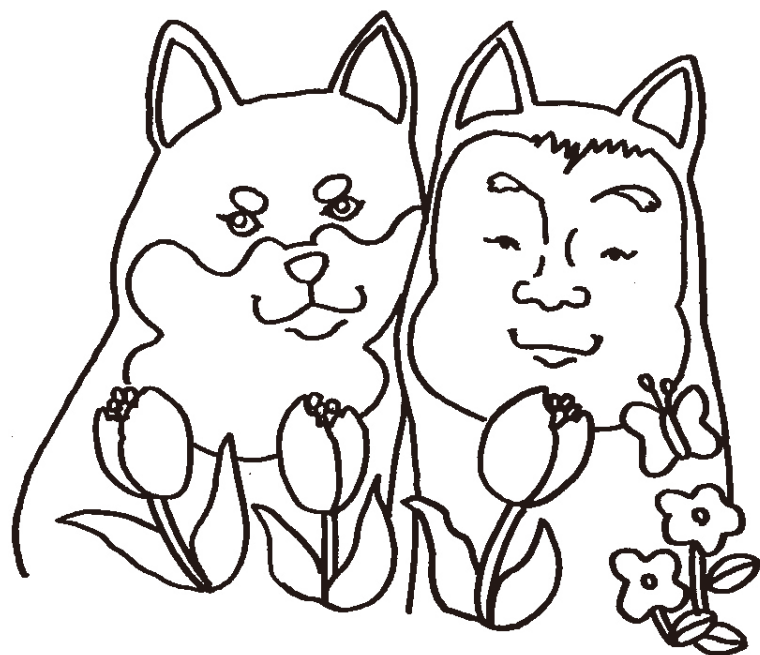


いがおえエ

春はお花がきれいですね。

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!! お気軽にお問い合わせください ☎ 059-382-1401
WEBはこちら [鈴鹿厚生病院](http://www.miekosei.or.jp)

ほっとニュース

お心遣いを頂き ありがとうございました

医療機関での医療物資不足を受けて、たくさんの個人・企業から当院への手袋やマスク等を寄付いただきました。当院へご配慮いただきましたこと、心より感謝申し上げます。いただきましたマスク等は、職員の感染予防のために大切に使用させていただきます。



●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
				宇佐見	山村	
		河合	西浦	宇佐見	高山	大井
		濱口	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。

2020年4月より敷地内禁煙 となっております

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「人とのつながりを感じられるデイケア運営」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65号

2021.4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

人とのつながりを感じられる デイケア運営



新型コロナウイルス感染症発

生に伴い、2ヶ月間休止していたデイケ

アでしたが、感染対策を踏まえた机や物の配置・プログラム実施方法・共有となる道具類の扱い方等運営方法の見直しを行いました。11月中旬より

ショートケア・デイケア・ナイトケアと順次再開しました。

再開当初は利用者の皆さんもホールの配置や道具の扱い方など大きく変化し、戸惑いも多く見られましたが、少しずつ慣れてきている様子です。その中でも、楽しむ時間を持つことが出来るようにと、みんなでアイデアを出し合い季節に合ったテーマで、感染対策を行いながら、誰もが楽しめる内容でレクリエーションを実施しています。利用者さんに協力をいただき、必要な道具の作成から一緒に作り上げるレクリエーションとなっています。新しい生活様式が求められ、人とのつながりが希薄になりやすい状況の中、今後も人とのつながりを感じられる

デイケア運営を続けていきたいと考えています。

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月連載していくコーナーです。

テーマ

不登校

お子さんが学校へ行きたくないことはありますか。今回、不登校についてお話をさせていただきます。

① 不登校って？

病気や経済的な理由以外で年度内に30日以上学校を休んでいる状態を不登校と言います。2019年度の小中学校の不登校数は約18万人（小学生約5万人、中学生約13万人）で年々増加しています。

② どんな症状が出るの？原因は？

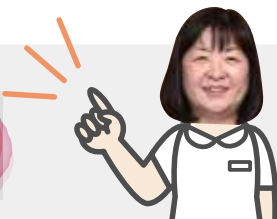
多くのお子さんが、「学校に行きたくない」とはなかなか言えません。“行きたくない”と“行かなければならない”気持ちがせめぎ合う中で様々な症状がみられます。多くのお子さんに腹痛、吐き気、頭痛、めまいなど体の症状がみられます。また、気分が落ち込む、やる気が出ない、怒りっぽい、夜眠れないなどの症状がみられることもあります。

学業や人間関係など本人をとりまく様々な環境が要因となり得ます。また、発達障害や精神疾患が背景に存在しており、環境要因と影響し合うこともあります。

③ どうすれば？

“不登校の治療” = “学校へ行くこと”ではありません。私は受診にみえたお子さんには「学校は行かなければならない場所ではないですよ」とお伝えします。まずは安心できる場所でゆっくり心と体を休ませること、その上でお子さんが自ら考え、次の道を歩むことが治療の目標だと思います。焦らずにお子さんに関わっていきましょう。

看護部長の



今年度は新たに精神科医療に携わってくれる看護職員が6名入職してくれました。私たちに新たな気づきを与えてくれることを期待し、これからの成長を楽しみにしています。



ごぼうの唐揚げ

ごぼうは一年中流通している野菜ですが、晩秋から冬にかけてが、ごぼうの旬とされています。しかし、4～5月のごぼうは「新ごぼう」いい、旬のごぼうよりも、色が白く、短いのが特徴で、歯ごたえがやわらかく、上品な香りが楽しめます。新ごぼうの唐揚げを紹介します。



材料(2人分)

- 新ごぼう 2本
- めんつゆ(2倍濃縮) 小さじ1杯
- 片栗粉 大さじ2杯
- 揚げ油 適量

DATA (1人前)	
■エネルギー	/130kcal
■塩分	/0.4g

作り方

- 1 ごぼうは皮をこそげて皮と根を除き、5cm程の長さに切る。
- 2 ごぼうの太い部分は、縦に4等分する等して全体の太さを揃える。
- 3 ②を耐熱容器に並べ、めんつゆをからめてラップをし、電子レンジで2分程加熱する。
- 4 ③を電子レンジから取り出した後、全体を混ぜ、めんつゆ馴染ませながら冷ましておく。
- 5 ④が冷めたら、ポリ袋に片栗粉と水分を切った④のごぼうを入れて、ごぼうに片栗粉をまぶす。
- 6 フライパンに揚げ油を3cm程入れ、ごぼうの表面にこんがりとし色づくまで揚げる。



スマイリーバトンリレー

東2階病棟

東

2階病棟は、男女混合の療養病棟です。

高齢者療養に適した環境を提供し、患者さま個々のニーズに沿った看護ケアを行っています。作業療法の中でもゲームやリズム体操、音楽活動を取り入れた内容で心身のリフレッシュを図り、質の高い看護が実践できるように職員一同努力しております。

地域の関係機関のご紹介

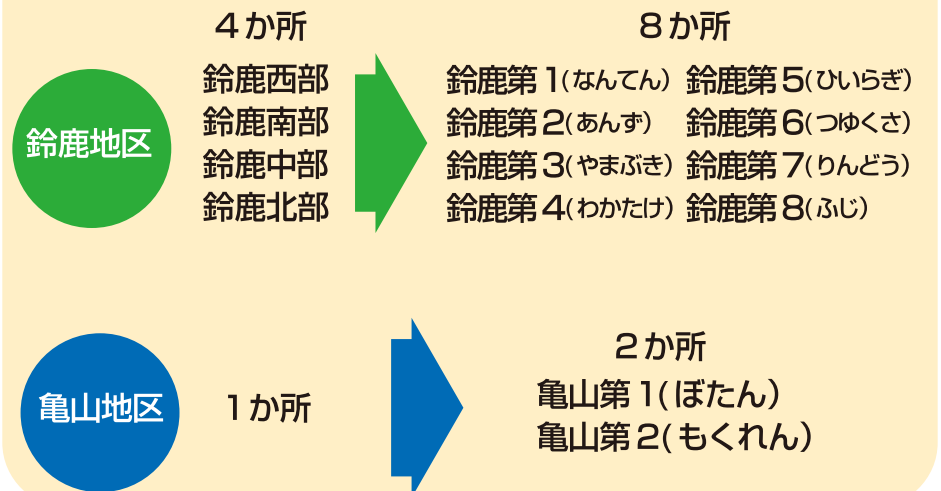


地域包括支援センター

地域包括支援センターをご存じですか？ 令和3年4月より鈴鹿亀山の 地域包括支援センターが増設されます

「地域包括支援センター」は、市町村が設置主体の高齢者の総合相談窓口です。保健師（看護師）・社会福祉士・主任介護支援専門員等を配置しています。3 職種のチームアプローチにより、高齢者のみなさんがいつまでも住み慣れた地域で自分らしく暮らせるよう、介護、福祉、健康、医療など、さまざまな相談ごとについて、関係する機関と連携を図り、支援に努めています。

鈴鹿市、亀山市は鈴鹿亀山地区広域連合からの委託により令和3年3月まで鈴鹿市に4ヶ所、亀山市に1ヶ所設置されていました。近年、高齢者ご本人、ご家族の方だけではなく、地域の方からの相談も増加傾向にあり、相談内容も複雑化しています。相談体制を充実、強化するために、令和3年4月から日常生活圏域を見直し、地域包括支援センターを増設し、名称が変更されました。鈴鹿市8ヶ所、亀山市2ヶ所（医療法人、社会福祉法人へ委託）に加え両市に基幹型地域包括支援センター（各市社協へ委託）が設置され、地域の皆様や医療機関とも連携を図り、共に支えるまちづくりを目指していきます。気軽に相談できる、高齢者の相談窓口として皆様を知って頂ければと思います。



作業療法 活動紹介

「ひなまつり」

かわいく
仕上がりました。

