

# 院内散策 憩いのPOINT

鈴鹿中央総合病院で8月5日に開催された「オープンホスピタル」に参加された学生さんにお渡しするメッセージカードの作成依頼がデイケアにありました。実に数年ぶりの関連施設からのお仕事を「ものづくり」というプログラムの中で作成しました。紙を切り、台紙に貼り付け、ステッカーシールでかわいらしくデコレーションして…と細かな作業にも集中して熱心に、時にワイワイと相談しながら一生懸命取り組み、予定の100部を完成することができました。当院を代表し看護部長とデイケア主任が鈴鹿中央総合病院にお届けし大変喜んでいただきました。利用者の皆さんも仕事に役割を担えたこと、完成品を喜んでもらえたことで充実感を感じることができました。



**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

### 夏フェス開催の報告



4年ぶりに当院グラウンドに夏フェスが帰って来ました。当日かなりの確率で雨が心配されましたが、皆さんの思いが天に通じ奇跡的な天候の快復により開催することができました。感染対策を講じ、盆踊りを主に入院患者さま、デイケア利用者さまと手がけた大ほんほりやし流し灯籠の展示と、当院の音楽部・エイサー隊による演舞などで、久しぶりに笑顔が飛び交いました。また、かき氷がふるまわれ真夏のひとときを病院全体で楽しむことができました。



### ●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	中瀬	鈴木
午後	再診	中瀬	野村	金原	山村	大井
		河合	野村	宇佐見	高山	大井
		濱口	金原		山村	前田

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**

### 編集後記

今号は「病院祭」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、皆さまと一緒に創っていきたく考えております。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75号  
2023.10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31回 病院祭



10.21<sup>2023</sup>  
[土]  
10:00~15:00

鈴鹿厚生病院の病院祭は新型コロナウイルス感染拡大の影響にて2019年を最後に中止となっておりましたが、2023年10月21日、4年ぶりに開催することとなりました。ストラックアウトや亀レースなどのアトラクション、認知症についての講演会、近隣園児の遊戯、地震体験、作業療法体験など、遊んだり、学んだり様々なイベントを準備してお待ちしております。我々スタッフも皆様との時間を過ごせることを楽しみにしておりますのでお誘い合わせの上、10月21日は鈴鹿厚生病院 病院祭にお越しください。



## 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月連載していくコーナーです。

### 人の思い込みの力について (薬に関連して)

偽薬（プラセボ）効果を御存知でしょうか？薬でないものを本物の薬と思って服用した時に効果が得られることがあります。「薬を飲んだ」という安心感が効果をもたらしてくれるといったことです。人の思い込みの力は強いもので、それが良い方にも悪い方にも働きます。偽薬でない実際の薬でも、薬効以外に心理的な影響をもたらすことがあります。睡眠薬（睡眠導入剤）を服用されている方にそういったことがよく見られます。「この薬を飲んだら寝られる」という安心感によって寝付きが良くなる場合がありますが、それが逆に働いてしまう場合もあります。薬を飲んで寝られないことがあったら「この薬では寝られない」というマイ

ナスの思い込みとなってしまう、薬の増量や変更を望まれることとなってしまう。また「この薬を飲まなければ寝られない」と思い込んで依存してしまい、服用を中止することに抵抗が生じてしまうことがあります。病状が改善してからは睡眠薬服用を中止出来るはずなのですが、そういった依存が妨げとなって惰性のように長期に渡って服用継続となってしまうことが多々あります。ですから治療者側は後の依存につながらないように、睡眠薬を安易に処方開始することを控えるようにしていますが、やむを得ず処方する場合は一時的な服用であることを十分に説明してから処方するように心掛けています。



### スマイリー バトンリレー

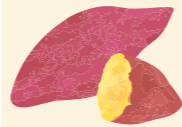
#### 地域支援室

## 地

地域支援室は、当院地域医療センター内に設置されています。私たちは、『地域でその人らしく生活できること』を目指し、入院から退院後の生活が安定するまで、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「アウトリーチ推進事業」、鈴鹿市からは「安心生活応援事業」の委託を受け取り組んでいます。近年では『入院から地域へ！』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、たくさんの困り事が出てくるかもしれません。“苦手な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多様化してきました。“やっぱり家がいいなあ”と思えるような地域づくりを目指し、今日も訪問に行ってきます！！

## さつまいものポタージュ

さつまいもはヒルガオ科の植物の肥大した根の部分で9月～11月頃に旬を迎えます。いも類の中で最も食物繊維が豊富に含まれており、腸内環境を整える効果や生活習慣病予防にも効果が期待できる野菜です。さらに美肌に欠かせないビタミンCやビタミンB1・B2も豊富に含まれています。美味しいさつまいもの見分け方は、皮の色が鮮やかなもの、傷や黒ずみがないもの、ひげ根がないものがおすすめです。さつまいもは寒い環境が苦手であり、10℃以下の環境では傷みやすくなるので冷蔵庫には入れないようにし、新聞紙やキッチンペーパーに包んで冷暗所で保存しましょう。使いかけのものはラップをして冷蔵庫で保存をし、早めに使い切りましょう。



#### DATA (1人前)

- エネルギー / 175kcal
- 蛋白質 / 3.6g
- 塩分 / 0.7g

#### 材料 (4人分)

- さつまいも.....1本 (300g)
- 玉ねぎ.....1/4個
- 水.....300cc
- 牛乳.....300cc
- コンソメ.....小さじ2 (固形1個)
- 塩.....少々
- こしょう.....少々
- バター.....10g
- パセリ (乾燥パセリ).....少々

#### 作り方

- 1 さつまいもは皮を剥いて薄めの輪切りにして水にさらす。玉ねぎは薄切りにする。
- 2 鍋にバターを熱し、玉ねぎがしんなりするまで弱火でじっくり炒める。
- 3 さつまいもを加え、油が馴染むまで炒める。
- 4 水を加えて火を強め、沸騰したらコンソメを加え、さつまいもが柔らかくなるまで煮る。
- 5 ④をミキサーやブレンダーにかけなめらかにする。
- 6 鍋に戻し、牛乳を加え温め、塩、こしょうで味を整える。
- 7 器に盛り、パセリのみじん切りをふりかけて完成。

### 看護部長の



所用で大阪へ  
病院の玄関から見える近鉄特急  
「ひのとり」に初乗車  
快適でした。



## 地域の関係機関の ご紹介



## 亀山市 基幹型地域包括支援センター きずな

みなさんこんにちは。当センターは、高齢者の方々が地域で安心して暮らしていくことができるように亀山市社会福祉協議会内に開設し、市内2か所の地域包括支援センターとともに、さまざまな相談ごとの解決に向けたお手伝いをしています。介護保険や認知症、健康の相談はもちろんのこと、近年、高齢者やそのご家族からの相談だけでなく、地域からの相談も増えており相談内容も複雑化してきています。複合的な課題を持つご家庭の相談については、行政や本会のコミュニティソーシャルワーカーとも連携して対応しております。このように、各関係機関や地域の方々と連携して対応しますので、気になることや困りごとがありましたら、亀山市総合保健福祉センターあいあい（1番窓口）へお気軽にご相談ください。



### 作業療法 活動紹介

#### 「花瓶とうつわ」

#### コメント

陶芸を始めて数十年。最近になってまた始めるようになりました。この様な出来上がりになって楽しみで、毎日が充実しているように思います。好きな陶芸をさせてもらっている環境に感謝しております。



### 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ズ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。

#### 患者さまの権利

- 患者さまは、ご自身の身体、健康などにかかる状況を正しく理解し、最善の医療を受けるために、必要な医療情報を知ることができます。
- 患者さまは、医師及び医療従事者から十分な情報提供とわかりやすい説明を得た上で、医療を受けることができます。
- 医療機関及び医療従事者が取得した患者さまの個人情報には守られ、事前の同意なくして第三者に開示されません。
- 患者さまは、必要かつ十分な医療サービスを受けることができ、いつでも希望や意見を述べるができます。