

ほ っ と ニ ュ ー ス

スポレク大会を開催しました

令和7年5月15日、第17回スポレク大会を開催しました。今年は天候にも恵まれ、2年ぶりに運動場での開催となりました。「こんにちわSKH(リレー)」「この球を入れるのはあなた(玉入れ)」「ジンギスカン・ダンス(ダンス)」の3種目を実施し、車いすの方を含む老若男女の皆様が紅白チームに分かれて競い合いました。笑顔の絶えない大会となり、参加された皆様の良い思い出になったことと思います。ご参加ありがとうございました。



●外来診療担当医表 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。

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

2020年4月より敷地内禁煙
となっております

Staff recruitment

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/skh/)

**病院見学
OK**

編 集 後 記

今号は「夏フェス」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」の名の通り、皆さまと一緒に創っていきたくて考えております。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。

TEL059-382-1401(代表)
FAX059-382-1402
Eメールinfo@skh.miekosei.or.jp



三重厚生連 鈴鹿厚生病院

第82号

2025.7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/

Live with すずか

ともに生きる...

地域の皆さんのお役に立ちたい情報誌



梅雨も明けて夏本番がやってきましたね。蒸し暑くなってきましたが皆様はいかがお過ごしですか？去年より新型コロナウイルス感染症が5類へ移行になったことにより私たちの周りではお祭りなどの行事イベントが開催されており地域全体の活気が出てきたように感じています。皆様楽しんでいただけるような夏フェスにするべく、前年度より内容を充実させて企画準備をしています。皆様のご参加お待ちしております。



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月連載していくコーナーです。

「趣味は何ですか」

みなさん、趣味は何ですか？

趣味はストレスを減らして心を癒やしてくれると言われています。でも、大人になると「趣味はない」と言われる方が多いですし、私もそう思っていました。

一方で子ども達に同じ質問をすると「マイクラ」、「ポケモン」、「おしゃれ」、「寝る」など皆自分が好きなことを教えてくれます。子ども達の話聞いて、「いつの間にか趣味を自分に役立つかどうかで決めていたな。本来は好きなことを楽しむことが趣味だよな。」と振り返ることができました。子ども達と話をすると学ぶことがたくさんあります。

ちなみに私は服が好きなので、これからは「服が趣味」と答えようと思います。



スマイリー
ボタンリレー

訪問看護ステーション「あるく」

訪

問看護ステーション「あるく」では、医師の指示のもと、看護師や作業療法士が心の病をお持ちの方のご家庭を訪問しています。ご自宅での訪問により、普段の生活の様子やご家族との関係性を把握しやすく、一人ひとりのニーズに合わせたきめ細やかな支援が可能です。

また、定期的な訪問を通じて心と体の状態を継続的に観察することで、症状の変化にも早期に気づくことができます。

私たちは、利用される方が安心して地域での生活を続けられるよう、心を込めてサポートしています。



みょうがサラダ



茗荷(みょうが)はショウガ科の多年草で、独特の香りとシャキシャキした食感が特徴です。香りのもととなる成分「アルファピネン」は、胃酸の分泌を促進し消化を助けてくれます。また血行をよくしたりする働きもあり冷え性の改善や代謝を活性化させます。

赤紫色が鮮やかで、葉がしっかり巻かれたものが新鮮、重みがあるものは中身が詰まっていて質が良いです。

材料(4人分)

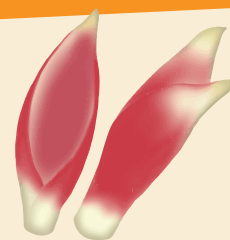
みょうが……………3本
きゅうり……………1本
ツナ缶……………1缶
マヨネーズ……………大さじ3杯
めんつゆ(2倍濃縮)……大さじ1

DATA (1人前)

■エネルギー：120kcal
■蛋白質：3.7g
■塩分：0.6g

作り方

- 1 みょうがは縦半分に切り、斜めにスライスし水にさらしあくを抜く。
きゅうりは細切りにする。
- 2 みょうが・きゅうりともに水気を切り、油切りしたツナを加える。
- 3 めんつゆとマヨネーズで和えて完成。



看護部長の



病院見学会を開催します

夏休みを利用して、精神科看護に興味のある方、就職をお考えの方は、お気軽にご応募ください。当院の魅力を知って頂きたいと思います。

8月13日(水) 9:00 ~ 12:00
8月27日(水) 9:00 ~ 12:00

まずは、
お電話下さい。

059-382-1401



TOPICS

患者サポート窓口のご案内

当院では、令和7年5月1日より、患者・利用者の皆さまをサポートする体制の一環として、「患者サポート窓口」を設置いたしました。

こちらの窓口では、病気や治療に関するご質問、療養生活や入院中のご不安・ご心配ごとなど、さまざまなご相談をお受けしております。

どうぞお気軽に「患者サポート窓口」までご相談ください。

患者サポート窓口

◆場所：外来受付窓口(兼用)

◆相談対応時間：月曜日～金曜日 8:30～17:00

※祝日および年末年始を除きます。

◆相談担当者：精神保健福祉士、看護師 ほか

※担当の精神保健福祉士がいる場合は、担当者へ
直接ご相談ください。

作業療法 活動紹介

「季節の壁面飾り (紫陽花)」



コメント

細かなところが多くて大変でしたが、キレイにできました。

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。

患者さまの権利

- 患者さまは、ご自身の身体、健康などにかかわ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を守られ、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することができます。