



遊便（第12号）
 発行：医療法人 仁風会
 発刊日：平成29年4月6日

巻頭言

「笑顔」

デイケアたんぽぽ主任 藤原 忍

各地から桜の便りが聞かれる頃となりました。気持ちまで華やいでまいります。

私が、普段から大切にしていることは、「笑顔」です。「笑う門には福来たる」ということわざがあるように、笑顔には色々な効果があるようで、ストレス解消、免疫力の向上、美容効果、良い人間関係、血行促進、鎮静作用など、多くの効果があるそうです。たくさん効果があるということを知ってから、意識して笑顔を絶やさないように努めています。

でも、落ち込んだ時には、笑顔がなかなか出ないものです。メジャーリガーのイチロー選手の言葉に「壁というのはいける人にしかやっこない。越えられる可能性がある人にしかやっこない。だから、壁がある時はチャンスだと思っている」というものがあります。落ち込む原因を壁と捉え、前向きに考えることが出来れば、自然に笑顔でいられるよう

になるのだと思います。

私は精神科デイケアで勤務しており、利用者の方々と毎日お話をしています。病気について、生活について、悩みについて、世間話など内容は様々です。じっくりお話をする時は、悩んでいることの相談が多いと思います。話をする時、より生活が良くなるように、気持ちが増えるように、利用者さんの笑顔が増えるようにと心がけています。デイケアは、個々の目標に沿った支援と、集団としての活動をしていますので、一人一人も笑顔で、デイケアの皆さんも多くの笑顔で過ごして頂けるように、スタッフみんなでご支援していきたいと思っています。

まだまだ修行中ではありますが、これからも努力を続けていこうと思います。

遊便第12号…もくじ

巻頭言	1
シリーズ病院機能 地域連携室	2
特集 心理士②	3
富士登山体験記	3
たまごさんからの お便り	4
防災訓練報告	4
地域連携を考える	5
法人アクセス	6

シリーズ病院機能 地域連携室

「関わり」を大切に

精神保健福祉士 戸谷 亜矢子

地域連携室は、病棟増築に伴い平成20年4月に開設されました。特徴的なのは、精神保健福祉士が担う医療相談部門、作業療法士が担う作業療法部門、看護師や保健師を中心とした訪問看護部門の多部門で構成されていることです。

相談部門では受診や入院相談、退院患者様への支援、各種福祉、経済、就労等、サービス調整等療養にかかる相談全般に応じています。

作業療法部門では入院患者様個々の趣味や作業目的、精神状態等に合わせたプログラムを提供し、症状の軽減を図り他者との関わりから健康的な生活へつなげるための活動を行っています。

訪問看護部門では、看護師や保健師を中心とし、他のコメディカルとともに、通院患者様の住まいに出かけ、生活の様子や健康状態の確認をしています。

それぞれの職域は異なりますが、日々同じ部屋で顔を合わせることで情報共有がしやすく、入院から在宅生活へ向けて一貫した関わりにつながっているように感じてい

ます。

当院が開設されて30数年経ちますが、現在は病院のみならず、デイケアや複数の福祉施設等地域生活を支える資源も併せ持つ大きな組織となりました。その中で地域連携室は地域と当院をつなぐ最初の入口として、日々さまざまな相談をいただいております。以前に比べ精神科への受診が身近になっているように感じる相談が増えてきた一方、家族背景や社会情勢の変化により、生活のお困りごとや疾患への対応については多様化・複雑化しております。それに伴い、医療がどのような役割を果たせるのか悩む場面に遭遇することも少なくありません。福祉や介護サービスも多岐にわたり、患者さん自身がサービスを選択することが大前提とされる法制度が確立しています。サービスを必要とする方、サービスがあれば在宅生活が安定して送れる方へ適切な資源を情報提供し選択してもらうためには、我々自身がサービスや法制度の動向をきちんと把握し、相手に分かりやすい方法で組み立てていく必要があります。日頃より地域の方々や関係機関のみなさまに協力していただいておりますが、より一層顔の見える関係作りに取り組み、連携していきたいと思っております。

また長期入院の患者さんへの退院支援も重要な役割です。さまざまな背景や事情により長期的な入院を余儀なくされている方は少なくありません。今後一層入院が長期化しないよう、長期入院をされている方が病院以外の住まいを見つけられるよう国の施策が強化されてい



スタッフみんな仲良しです!!
(前列中央：戸谷)

きます。恥ずかしい話ですが、私が入職するずっと前から入院されている方々がいる病院の風景を当たり前のようにとらえていた自分があります。最近、その中のお一人から「家族と相談して退院をさせてください」とつづられた手紙をいただき、胸が締めつけられる思いをしました。目の前の課題は山積みかもしれません。しかし、今こそ患者さん一人一人との関わりを丁寧に持つという原点に立ち返る時なのだと感じます。亡き前院長がよく「患者さんの心の声を聴いているか」と口にしていたことも思い出します。「私たちは心の声を大事にします」は当院の理念です。慌ただしい日々の中にもこの言葉を置き去りにしないよう、チーム一丸となり業務に取り組んでいきたいと感じています。



地域連携室の風景



特集 心理士②

精神科デイケアにおける 業務内容について

臨床心理士 門脇 侑衣

皆さんこんにちは。前回に引き続き特集を担当させていただく門脇です。今回は私が所属する精神科デイケアでの業務について書かせていただきます。当院には認知症デイケアと精神科デイケアがあり、私が所属しているのは精神科デイケア「たんぽぽ」です。精神科デイケアとは、精神科リハビリテーション治療の一種とされ、社会参加、社会復帰、復学、就労などを目的に様々なグループ活動を行なう通所施設であり、心理士以外にも、医師・看護師・作業療法士・精神保健福祉士といった多職種が支援に携わっております。

たんぽぽでは、毎日プログラムが決まっており、午前と午後に分

けて活動を行なっています。塗り絵や切り絵、カラオケや調理実習などの文化活動や卓球やペタンク、ソフトテニスなどの軽スポーツがあります。毎週月曜日の午前中にはSST（生活技能訓練）があり、コミュニケーションが苦手な方を対象に活動をしています。当デイケアのSSTは、参加者の方がそれぞれご自身で課題を見つけて取り組んでおられます。すぐに結果が得られるものではありませんが、毎週参加されることで少しずつ変化が生じたり、参加者の方が以前よりもできるようになったと振り返りで話されることがあり、嬉しく思うと同時に継続して行なうことの意味を感じています。

また、日常場面での会話や活動

中の関わりにおいて、それぞれの方の状態や様子を知り、深く理解し、短期・長期にわたっての個人の目標や援助の必要性をスタッフ同士で共有し、支援につなげていきます。就労に向けてのステップとして利用される方、生活リズムを整えたり、他者と関わることを目的に利用される方など来所の目的は様々ですが、個々のニーズに合わせた支援が行えるよう考えながら関わっています。しかし、なかなか上手くいかず、日々苦悩し、自分の関わりを反省しながら取り組んでいます。利用者の方に寄り添いながら支援が行なえるよう努力していきたいと思っております。

最後になりますが、たんぽぽは非常にアットホームな雰囲気のある場所です。関心のある方は、ぜひご相談下さい。

富士登山体験記

平成25年7月20日午前4時、死ぬまでに1度は登りたい山、名峰「富士山」に登った。

前日16時頃富士吉田口到着。ここで体の気圧調整の為2時間ほど慣らしをする。店の軒下に腰掛け靴紐を締め直したり、夜行登山のライト、防寒着を整えていると既に異変が起きている。靴用のカイロは

温まらない。ポテトチップスの袋はパンパン。

18時登山開始。夏山開きが1週間前、その時も夜行登山者は長蛇の列を作っていたようだ。上から下を見ると電気クラゲの明かりの様に列が揺れていた。7合目辺りから徐々に溶岩石の色がえんじ色から黒く変色している。3000mを超えると冷気を伴って強い風が吹き荒れ風速30m、ガレ場の登山道は1mを超えるぐらいの岩石の隙間を歩くような道となっている。小石を落とさないように

細心の注意が必要である、気温はマイナス4度ぐらい。トイレも環境保護の為1回300円を払い、用を足す。9合目は頂上間近といえども岩陰で見えずまだまだ。

午前4時頂上に到着すると先に到着した人たちの多さに驚きまるで頂上銀座のようだ。午前4時23分御来光は恥ずかしそうに雲間で拝んだ。自然に涙がこぼれる初登頂だ。『ばんざーい、ばんざーい！』と誰からともなく歓声があがって皆が続く。頂上でしか味わえない体験を、お土産として持ち帰った。

(小川)





たまごさんからの お便り

精神看護学を学ぶために松江総合医療専門学校から平成28年10月19、20日は6人、平成29年2月8、9日には5人の学生さんが看護実習として訪れました。

1日目は自立訓練施設コスモス、就労継続B型事業所八雲会を、2日目は地域活動支援センター ビ・フレンドリング、精神科デイケアたんぼぼにおいて、利用者の方と共にプログラムや訓練

に参加されました。

実習前、「イメージがしづらく、ちょっと怖い感じがします」との素直な気持ちを話して頂いていました。

実習後の感想を訊くと、「学校でスティグマ（他者や社会集団によって個人に押し付けられた負の表象・烙印、ネガティブなレッテルの意）について勉強したけれど、心のどこかで自分にもそうした気持

ちがあったかもしれない。今は統合失調症の方の気持ちが分かるようになってきた。偏見をやめることが大切だと感じました」「皆さん、優しく、私も純粋な心のままでいたいと思った。長期入院されていたが退院され自立されている方が多くいらしゃった。手を差し伸ばすだけではなく、待つことも大切であると感じた」「看護師は病院だけではなく、社会復帰施設でも役割があるのだと知ることができた」など、多くを学び、スタッフの方々にもフィードバックをして頂きました。ありがとうございました。

(森脇)

防災訓練の報告

平成28年12月9日、八雲病院の総合防災訓練を実施しました。当日は松江南消防署の



実際の火災を想定した
病棟訓練

職員の方に来院して頂き、本年度は、一般精神科病棟を中心に消火栓の使用方法や避難誘導等についてご指導して頂きながら実火災を想定し、実際の避難誘導や119番通報を行いました。訓練では、各部署間の連携についての確認等を行いながら、訓練職員は真剣な表情で訓練に参加しました。今後もいざと言う時に、冷静な行動が出来るように訓練を繰り返していきたいと思えます。

(狩野)



消防署職員による
設備の確認作業



被害者支援自動販売機による寄附金について

当法人の敷地内（ビ・フレンドリング横）に「被害者支援自動販売機」が設置してあります。

平成28年4月から12月までの寄附金の合計金額は75,270円でした。お寄せいただいた厚志は島根県被害者サポートセンターにて活用させていただきます。

ご協力いただき、誠にありがとうございました。



ビ・フレンドリング横に
設置してある自動販売機

被害者支援サポートセンター

事件・事故等の被害者や、その家族・遺族に対して、精神的支援や付き添いの支援等を行うとともに、社会全体の被害者支援意識の高揚を図り、被害者の被害の回復及び軽減に資することを目的とする民間ボランティア団体です。

犯罪被害者やその家族の方々に、様々な支援、サービスを行います。

地域連携を 考える

11月19日地域活動支援センター ビ・フレンドिंगにて開催し、民生児童委員・医療・介護・福祉の専門職の37人にご参加いただきました。第1部は松江市障がい者福祉課障がい者福祉係長の土江義夫さんをお招きし、「松江市障がいのある人もない人も共に住みよいまちづくり条例」についての説明、第2部は事例を基にした意見交換の内容でした。

第1部については「条例制定

地域ケア勉強会



に至る経過や具体的な事例紹介も含め、障がいのある方への理解が深まった」「地域で意識を持つ重要性を感じた」など、第2部については「民生児童委員、ケアマネ両方の意見が聞けた事例検討で大変勉強になった。これから地域との関わりはもっと重要になると思う」「意見交換をすることで関わる上での基本的な視点を改めて見直すことができ良かった」などの感想がありました。

平成22年度から年1回「顔の見えるネットワーク作り」を目的に行っていますが、高齢者の介護サービスだけでなく、障がいサービスでも地域包括ケアシステムの構築が掲げられるようになり、このような勉強会はより必要になってくると感じています。
(貝谷)



ホームページのご案内

当法人の各種サービスについてホームページで紹介しております。スマートフォンにも対応しています。ぜひご覧ください。

アドレス

<http://www.yakumohp.net/>



クリスマスコンサート



12月22日、節目となる第20回のクリスマスコンサートが開催されました。今回は100名の参加で過去最高となりました。

これまで1年に2回の開催を10年間続けて来ました。途中、東日本大震災があり、復興を願

い、くにびきメッセでのチャリティーコンサートも行いました。開催当初は小さな輪が、今では梶村健三さんの絵画展と市内事業所の販売と大きな輪になった事に、感動を覚えます。

そして、初回から参加して下さっている「つくし」さん、実行委員の皆さんに、心より感謝の気持ちでいっぱいです。今後も参加された皆さんが笑顔いっぱいになれるコンサートを目指し、音楽という核を中心に輪が広がるように努めてまいります。ご参加下さいました皆さん、本当にありがとうございました！
(米田)



コンサートにはたくさんの方が来られました

(次回開催は夏のサマーコンサートを予定しています。多くの皆様のご来場を楽しみにしています)



ハンドベルを演奏するつくしさん





わたくしたちは心の声を大事にします
わたくしたちは医療水準の向上に努めます

八雲病院

医療法人 仁風会

○八雲病院（外来診療時間午前中のみ）

平日8：30—12：30／土 8：30—12：30

休診日…日曜日、祝日、お盆、年末年始

松江市大庭町1460-3

電話(0852)23-3456(代表)

FAX(0852)23-3495

・デイケアたんぼぼ（精神科デイケア）

※お問い合わせは代表まで

月曜日—金曜日 午前9：30—午後3：30

・デイケア八雲（重度認知症デイケア）

※お問い合わせは代表まで

月曜日—金曜日 午前9：00—午後3：40

○コスモス（自立訓練【生活訓練】事業所）

松江市大庭町1459-1

電話(0852)23-3360

FAX(0852)23-3370

○ビ・フレンドリング（地域活動支援センター・相談支援事業所）

松江市大庭町1461-3

電話(0852)23-4111

FAX(0852)23-4112

○雲陽の里（認知症グループホーム・介護保険）

松江市大庭町1459-1

電話(0852)23-3700

○居宅介護支援事業所 医療法人 仁風会 八雲病院

※お問い合わせは代表まで

ご意見箱

広報誌「遊便」に対するご意見・ご感想などございましたら、ぜひ下記までお寄せいただくと喜びます。今後とも医療法人仁風会、広報誌「遊便」共々よろしく願い致します。

〒690-0033

松江市大庭町1460-3

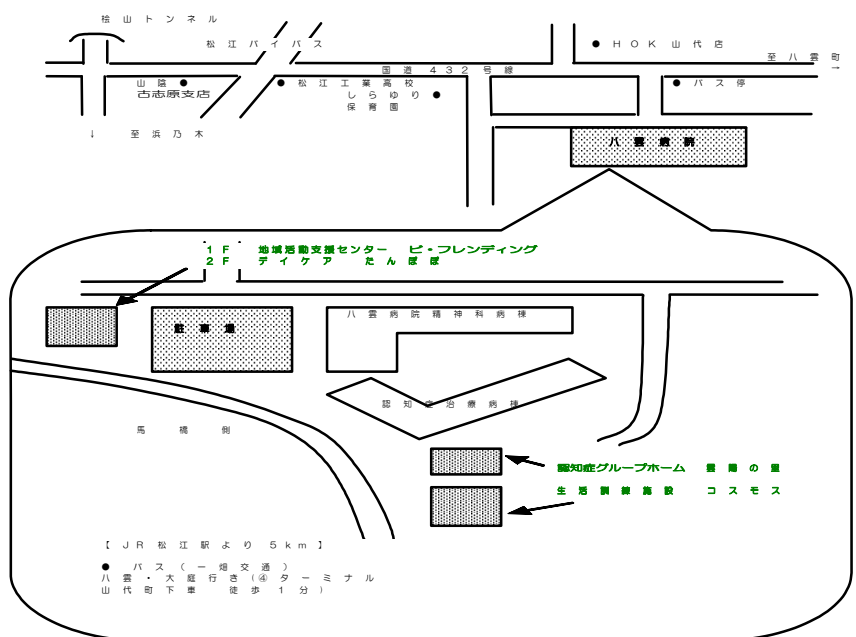
(医)仁風会 広報委員会

お知らせ

平素から医療法人仁風会広報誌「遊便」へのご理解、ご協力をありがとうございます。当広報委員会では「ご意見箱」を設置しております。以下のとおり、地域の方よりご意見がありましたので、ご報告致します。ご意見、誠にありがとうございました。

《ご意見》平成28年12月12日、男性が来院され、「ようやくではあるが、貴院もホームページが立ち上がったことは喜んでます。しかし、他精神科病院のようにDrの経歴や顔写真などプロフィールがない。是非、今後掲載するように検討頂きたい。」

【ご案内】



編集後記

今年久しぶりの大雪が降り、当院でも男性職員を中心に朝早くから雪かきに精を出しました。普段とは違う肉體労働に、みんな張り切って汗を流していたことを思い出します。今ではすっかり暖かくなり、気持ちも毎日明るくなりますが、気持ちを緩め過ぎずに目標を常に持ってがんばって業務に努めたいと思います。(若槻)