



令和5年度に向けて

松浜病院 病院長 小 熊 隆 夫

昨年に開始されたロシアによるウクライナへの軍事侵攻は、エネルギー価格や食料価格の高騰の原因となり、他国の市民生活にも大きな影響を与えることとなりました。冷戦後まとまりかけたかのように見えた世界は、各国が自国第一主義に傾き始め、経済的な新興国の台頭と世情不安が世界を分断へと導いているようです。

今年の初めにアメリカのコンサルティング会社による「世界の10大リスク」が発表されました。毎年発表されるものですが、今年の上位は「ロシア」や「中国」でしたし、「エネルギー危機」や「アメリカの分断」などなすけるものばかりでしたが、9位は「Tik Tok boom」というタイトルでした。Tik Tokがなぜと思いましたが、このアプリを利用するZ世代と呼ばれる若者たちがリスクとなるという指摘でした。確かに肯定できる部分もありますが、この世代の若者たちが世界を変えようと奮闘している姿は、様々なメディアで報道されていたように思います。スウェーデンの環境活動家のグレタ・トゥーンベリさんや、2014年にノーベル平和賞を受賞した人権活動家のマララ・ユスフザイさんなどご存じの方も多いでしょう。報道番組でも若いコメントを見かけることが多くなった気がします。

この世代の若者は、政治・経済・環境などについて様々な不安の中で育ってきたと言えます。どちらかに偏るのではなくリベラルで、多様性を尊重し現実的です。デジタル化社会に慣れているので情報収集能力が高く発信力もあります。上の世代から見ると中々理解できない若者たちですが、私たちが考えている以上に彼らは自分たちの未来を考えているのだと思います。世界の未来は決して明るいとは言えぬ今日ですが、人の未来には期待できるのではないかと考えています。

さて、3年余り続いたコロナ禍ですが、時間の経過とウイルス自身の変異によって大きくその対応を変えることとなりました。これからは以前の日常生活をある程度取り戻せるのではないのでしょうか。但し感染への不安が解消されたわけではないので、今後も感染対策を徹底し、安心・安全な医療を提供できるよう努めてまいります。また、社会や医療の動向を注視し、患者さまに寄り添い必要な医療とは何かを常に意識しながら、当院に関係する全ての人々の人権を尊重しつつ、質の高い医療サービスを提供してより一層信頼される病院を目指します。なにとぞよろしくお願い申し上げます。

<松浜病院の中長期的展望>

- 1) 若手人材の確保と育成を行う
- 2) チーム医療の推進と診療の質の向上を目指す
- 3) 栄養科施設を含めた新病棟の整備を行う
- 4) 情報システム機能の円滑な運用を行う
- 5) 外来機能を集約して外来部門として統合する
- 6) 急性期病棟を含め病棟機能の再編を検討する

<松浜病院の令和5年度目標>

- 1) 病棟再編に伴い適切な病床管理を行うとともに、チーム医療を通じて病床利用率及び回転率の向上を図る
- 2) 病診連携を強化するなどして、長期入院患者の退院促進を進め、地域移行機能強化病棟の安定的運用を図る
- 3) 感染症対策を徹底して、感染予防に努める
- 4) 迅速で正確かつ安全に心がけ職務を実行する
- 5) より良い接遇を行い、患者サービスの向上を目指す
- 6) 職務の中での経費・時間の節約と効率的な利用を行う
- 7) 若手人材の確保と育成を行うとともに、全職員の教育・技能向上を援助する

作業療法室からのお知らせ⑦

OCCUPATIONAL THERAPY

作業療法室 室長 近 英 樹



今回も心の翼のご愛読ありがとうございます。皆さま、運動はされていますか？ 当院でもいろいろな運動をしていただける機会があります。体育館を利用した入院患者さま用のスポーツクラブやふまねっと（認知機能改善による歩行安定訓練）、外来リハビリ室の運動器具の自由利用（筋トレ器具、卓球台）などです。継続した運動は、ストレス発散・耐性UPやさまざまな認知機能の発達・改善に繋がります。特に卓球はその点について素晴らしい運動と言えます。卓球は競技となると体力・精神力も使う非常にタフなスポーツですが、実はリハビリに利用しても優秀です。お互いに打数を数えたり、しりとりをしながら続けたり、利き手を使わなかったり、点数板を使わないなどの楽しみ方を追加すると、短期記憶、注意力、ワーキングメモリーなどの認知機能もグイグイと改善していきます。認知症の予防としてもしリハビリ卓球は注目されています。皆さんも宜しかったらいかがでしょうか？^^



(スポーツクラブの様子)



継続的な運動を

栄養科通信

病院食でも外食気分

新型コロナウイルスへの対策がようやく緩和されてきました。4年ぶりの外食や、多くの人との出会いを、誰もが心待ちにされていたと思います。

当院の給食は、度々「病院食らしくない」という評価をいただきます。もちろん“良い意味で”です。入院中でも飽きることなくお食事を楽しめるよう、外食気分が味わえるメニューを定期的にご用意しております。新潟市民が大好きなラーメン、カレー、ミートソース、タレカツ丼はもとより、のっぺい煮、枝豆、菊、酒粕煮など様々な新潟グルメが揃うので、他県からご利用される方であれば旅行気分も感じていただけるかもしれません。（令和5年度は特別企画『全国味どころ御膳』を予定しております。）



- あっさり醤油ラーメン
 - 焼き餃子
 - 杏仁豆腐
- (531kcal、食塩相当量4.9g)



- 牛丼風すき焼き
 - ワカメサラダ
 - いちご
- (560kcal、食塩相当量2.5g)

地域連携室から

こんにちは

今回は令和3年に入職された宮澤ケースワーカーにインタビューしたいと思います！！

Q 簡単に自己紹介をお願いします！

A 令和3年4月より松浜病院のケースワーカーとして勤務しております、宮澤と申します。これまでは障がい者就労支援施設や相談支援事業所で勤務しておりました。入職して約2年経ちますが、覚えることもたくさんあり、試行錯誤の毎日です。不慣れな点多々ありますが、患者様、ご家族様の話をきちんと聞いて一つずつ迅速な対応をしていきたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。

Q 普段はどんなお仕事をされていますか？

A 患者様、ご家族様、他医療機関や地域援助事業者からの受診・入院相談の調整、初めて外来に来られた方の予診、自立支援医療など各種制度の説明や診断書受付、退院支援などをおこなっています。

Q 最近のマイブームはありますか？

A 休日は大食い番組や旅番組を見てリフレッシュしています。以前より食べる量は増え、代謝は落ち、年々おなか周りが気になっております。栄養も偏り、健康診断の結果も心配な為、ささやかな抵抗として毎日青汁を飲んでます。健康維持、体型維持の秘訣のある方、こっそり教えて下さい。



☆これからも地域連携室・医療相談室一同みな様のお役に立てるよう努めていきたいと思っております☆

松浜病院デイケアセンター『あっと歩夢』のご案内

当院デイケアでは、統合失調症などの精神疾患の方を対象としたデイケアの他、うつ病などの気分障害を対象としたリワーク支援（復職支援）も行っています。今回はリワーク支援についてご紹介させていただきます。担当の遠山心理士にお話をお聞きました。



Q：リワークとは？

A：うつ病などで休職されている方を対象とした、復職と再休職予防のリハビリテーションプログラムです。復職をすることが最終目的ではなく、復職後に仕事や対人的ストレスを受けても再発しないための方法を身につけていきます。

Q：対象となる方は？

A：・当院外来あるいは、リワークプログラムのない医院・クリニックに通院中で、うつ病などの気分障害あるいは適応障害と診断されている方(当院以外に受診されている方も利用可能)
・6ヶ月以内に復職や再就職を考えている方

Q：どのようなプログラムを行っているの？

A：一部ですが紹介します。
病気との付き合い方、ストレスの対処法や自己表現方法を学んだり、実践的練習をする「心理教育」や「グループワーク」の他に、運動、リラクゼーションプログラム、創作、個人ワークなどを組み合わせて実施しています。

Q：最後に

A：辛い体験がありながらも、グループメンバーに支えられ、目標に向かっていらっしゃる利用者様にスタッフも励まされ、一緒に悩み、日々活動しています。「仕事に戻りたいけど自信がない…」とお考えの方はぜひ一度見学にいらしてみてください。

<お問い合わせ> 松浜病院デイケアセンター **あっと歩夢** ☎ 025-258-8012 (直通)

看護部だより



入職しての1年半を振り返って

看護部東2病棟 白井 優智

私が松浜病院に入職して、約1年半が経ちました。中途採用ということで新しい職場への不安や緊張がありましたが、優しく丁寧にご指導していただき、日々の業務が充実していると感じています。

入職当初は、初めての精神科看護ということで、統合失調症や双極性障害などの患者様との関わり方が分からず、どのように接すればいいのか悩んでいました。しかし、患者様も入院生活に不安を抱えているため、私は常に患者様の立場に立って物事を考え、看護をするように心掛けてきました。自分よがりな行動をするのではなく、相手の立場に立って考えることで、より個別性に合わせた看護ができると思います。今は患者様から話しかけられることも増え、少しずつではありますが患者様との信頼関係が構築できていると感じます。

今後も精神科看護師として成長できるように、勉学に励み、患者様の立場に立った看護を心掛けていきたいと思っています。



一年を振り返って

看護部東2病棟 大塚 亜美

私は一年前、東2病棟に配属となりました。私が入職したタイミングは病院の病棟大編成と重なり、先輩方も混沌とした中で業務にあたられていました。そんな忙しい中でも新人の私を温かく迎えてくださり、頼りない私に熱心にご指導くださいました。そのおかげでこの一年間、前向きに学びながら過ごす事ができました。

東2病棟は急性期症状の患者様や、体調を崩された患者様がたくさん入院して来られます。精神疾患を患った患者様に対して、初めはどのように接したらよいかわからずに戸惑う場面が度々ありました。良かれと思いかけた言葉一つが患者様の精神状態に影響を及ぼし、それが不穏状態に繋がりがねない繊細さも孕んでいます。コミュニケーションひとつ取っても技術が必要な専門性の高いものであり、患者様と接する際には目的を持ったコミュニケーションを行うことが重要であると感じるようになりました。

患者様の疾患に対する知識や患者様のニードを把握する能力など、私にはまだまだ力及ばないところがたくさんあります。2年目の目標として、新たな看護技術の習得や業務をそつなくこなせる力を養うと共に、患者様に対する観察力やアセスメント力、コミュニケーション能力も磨いていきたいと思っています。

松浜病院 外来診療担当表

(2023年4月1日現在)

	月	火	水	木	金
精神科	小林	小熊	野澤	小林	小熊
	野澤	渡邊		新藤	渡邊
内科	藤島	帯刀	帯刀	藤島	帯刀

※本表は2023年3月に作成しているものであり、実際の担当表とは異なる場合がございます。

【診療受付】 8:50~11:00 初診の方
(月)~(金) 8:50~11:30 再診の方

【休診日】 土・日曜日と祝日

【精神科の診療は予約制です】

診療をご希望の方は、電話などで前日までにご予約を入れてください。
ご不明な点がございましたら医事課受付までお問い合わせください。

【予約やお問い合わせ先】

☎ 025-259-3241 (医事課)



奨学金制度のご案内

(看護師を志す学生の方へ)

松浜病院では将来看護師として松浜病院に勤務する意志のある看護学生に対して2種類の援助をしています。

①奨学金貸与

看護師養成施設(看護大学を含む)に在学する期間、月額8万円を貸与します。尚、資格取得後松浜病院に貸与期間と同じ期間勤務すると返済を免除します。

②学資金貸与

養成施設に在学する期間、月額4~6万円の学資金を貸し付けます。尚、この学資金分については松浜病院勤務後、元金のみ分割で返済していただきます。

上記①・②を併用すると月額最高14万円となり、勉学の助けになるものと思います。

募集定員もありますので応募の可否も含め詳細は、下記担当者にお問い合わせください。

(平日9:00~17:00)

担当：松浜病院事務部長 野口

☎ 025-258-4501

注) 准看護師養成施設は、①の奨学金貸与制度は対象外です。

介護老人保健施設 松浜さくら園

松浜さくら園には一般棟と認知症棟の2つの入所フロアがあり、松浜病院の本館に併設されています。どちらのフロアも温かい言葉かけと優しいスキンシップ、安心・安全な看護・介護・リハビリテーションを目指し、日々ご利用者様と関わらせて頂いております。

一般棟と認知症棟ともに、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士がそれぞれご利用者様の身体機能、認知機能の状態に合わせた個別リハビリテーションを行い、在宅療養支援に努めています。

イギリスのビバリッジ報告で有名な“ゆりかごから墓場まで”という言葉があります。さくら園としては、入所前から退所後まで利用者様とご家族様の支援をさせて頂いております。介護や制度等でお困りの事も多々あると思います。是非お気軽に声を掛けて頂き、相談をしながら、一緒に問題解決に向けて二人三脚で歩いていけると、常に心がけて相談援助を行なっていますので、いつでも事務所にお立ち寄り下さい。

○お問い合わせ先

☎ 025-258-3993 (9:00~17:00)

FAX 025-258-3991

※お気軽にお問い合わせ下さい。

脳トレ

時間や日にちを計算しましょう。

- ① 7分+18分+38秒+24秒=
- ② 1週間+5日+3週間-12日+4日=
- ③ 今日が9日の土曜日の場合、一週間後は何日の何曜日?

答え ① ② ③

※ 解答は編集後記の下にあります。

編集後記

心の翼第18号が完成しました。ウクライナ情勢や燃料費高騰に加え物価高など、暗い話題ばかりではございますが、今年はコロナ禍で途絶えたヒト・モノの往来や、イベントの復活が期待される年でもあります。活気に満ちた年、明るい話題に多く触れられる年になることを望みたいところです。

心の翼で松浜病院・松浜さくら園の活動を広く知ってもらい、みなさまと一緒に患者さま、利用者さまの明るい未来づくりに邁進します。今後ともよろしくお祈りします。

編集発行 松浜病院 広報委員会

☎ 025-258-8009