

心

の

翼



令和6年度に向けて

松浜病院 病院長 小 熊 隆 夫

この度の震災で被害に遭われた皆様には心よりお見舞い申し上げます。元日を襲った今回の地震には多くの方が驚かれたことと思います。様々な技術の発達が著しい昨今ですが、自然がもたらす災害に我々がいかに無力かをあらためて思い知らされました。被災地のいち早い復興を祈るばかりです。

さて、昨年来毎日聞かない日が無いくらいよく聞く言葉として「AI(人工知能)」があげられます。こちらの技術も驚くほどのスピードで進歩しています。もともとAIはITの発展とともに進化してきましたが、一昨年に関与されたChatGPTの登場で一気に身近なものになったような気がします。仕事で作成する資料から大学のレポートや夏休みの宿題の感想文など、私たちが苦労してやった記憶のあるものがいとも簡単にできてしまう世の中になったのです。この原稿もお任せしようなどと考えたのですが、どうにも使い方がよくわからずあきらめました。

今やあらゆる場面で使われるようになったAIですが、一方で我々人間は今後何を仕事として生活していくのだろうかという漠然とした不安を感じます。AIの普及で多くの職が必要なくなると予想されているからです。今後医療の中でも積極的に使われるようになると思いますが、実際に生身の人に対して行う処置や介助など、まだまだ人でなくてはでき

ないことも多いと思います。AIや技術の進歩と人が共存できるような未来になることを切に願うばかりです。

新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけが昨年の5月から5類となり、ここ何年か制約の多かった日常生活や経済活動が漸く以前の状態に戻りつつあります。一方でコロナ禍で盛んに行われたWeb会議やリモートワークは今でも普通に利用されるようになりました。また、買い物の支払は多くのお店でキャッシュレスとなりました。感染拡大が無ければこれほどの変化はなかったと思うのですが、改めて人間のしたたかさを感じた次第です。

世間で言われていたコロナ禍は終わりましたが、感染の不安が無くなったわけではありません。当院でもクラスターの発生がありましたし、職員が感染するケースも続いております。感染対策上院内でのマスク着用や面会の制限などは継続しておりますので、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

今後も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皆様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。なにとぞよろしくご願ひ申し上げます。





作業療法室からのお知らせ⑧

OCCUPATIONAL THERAPY

作業療法室 室長 近 英 樹

～皆さまは趣味をお持ちですか？～

「心の翼」のご愛読誠にありがとうございます。今回は「趣味」のお話をさせていただきます。趣味とは仕事・職業としてではなく個人が楽しみとしている事柄となります。仕事等でのストレスを軽減する役割がありますし、認知機能の向上及び認知症の予防になるとも言われています。では自分に合った趣味とは何でしょうか？それは時間を忘れる・時間の流れが速いと感じる活動（ギャンプル性は除く）です。そのような趣味をゆっくりと探すのも楽しいと思います。

～「やわらか頭教室」の紹介（対象：院内・外来患者さま）～

このプログラムは自分の考え方の癖を見つけて、それを客観的に捉えるトレーニングを行います。ゲームやクイズ形式で楽しく学ぶことができます。



やわらか頭教室の様子



ランニングやウォーキングも人気です。

栄養科通信 世界が認める健康食「和食」

「和食」は2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。様々な食材と、素材を活かした調理法に加え、低脂肪で栄養バランスに優れた「和食」は当院でも給食の基本になっています。

お米を主食とし、魚や大豆製品でたんぱく質を補い、季節の野菜と海藻を使って味噌や酒などの発酵食品で味付けする、この食習慣は日本人の長寿と肥満率の低さを支えていると言われます。



《本日の給食》

- 鮭イクラ丼 ● 車麩の煮しめ ● 粕汁 ● 黒糖ムース
- (610kcal、たんぱく質25g、食塩2.3g)

鮭に含まれる多価不飽和脂肪酸は全身の炎症を抑え、米と厚揚げに含まれる“幸せホルモン”の基となるトリプトファンや、黒糖と酒粕に含まれるGABAは精神を安定させます。身近なお惣菜で、何気ない毎日を心穏やかに過ごしましょう。

心理室から

こんにちは

今回は心理室の海津庄平さん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5年の3月から松浜病院に勤めております、海津庄平と申します。こちらに勤めるまでは他の精神科病院に勤務後、教員の仕事をしていました。まだまだ緊張しているところもありますが、皆さんどうぞよろしくをお願いします。

Q 普段はどんなお仕事をされていますか？

A 私は心理士として、外来患者様のカウンセリングや心理検査の仕事を行っています。また最近では当院で行っているリワークプログラムのスタッフとして、いくつかのプログラムを担当しています。リワークの仕事に携わるのは初めてで、まだまだ勉強することがたくさんあると感じています。

Q 最近のマイブームはありますか？

A 最近…と聞いていわかりませんが（笑）、筋トレや運動を毎日続けています。結果が出ると嬉しかったり、自分自身の気分転換にもなったりするので、今後も続けていきたいと思っています！



☆これからも心理室・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います☆

リワークのご案内

『復職に自信が持てない…』『再発しないか心配…』といった不安を抱えている**休職者**を対象に『**復職支援**』を行っています。

実施日：月曜日～金曜日 9:30～16:00
対象：気分障害（うつ病等）あるいは適応障害の治療中で、6か月以内に復職を考えている方
当院以外の医院・クリニックに通院中の方も**転院せず**にご利用いただけます。



復職への不安を解消しながら再休職予防のスキルを習得していく『**リハビリテーションプログラム**』を実施中。
ぜひご利用ください！

見学も随時受け付けております。お聞きになりたいことがございましたら、気軽にお問い合わせください。

問い合わせ先：025(258)8017 医療相談室

訪問看護事業開設に向けて

訪問看護 吉田 浩司

令和6年度からの訪問看護開設に向けて、本格的に準備が始まりました。開設目標は6月です。精神科訪問看護の必要性は高く、新たな事業所も増加傾向が続いています。

その背景には、地域医療の受け皿となる訪問看護体制が不十分であることが、原因の一つとなっています。精神科疾患は病態も多様で、利用者が抱える事情もそれぞれです。

しかし大切なことは、何よりも利用者様が安心して在宅生活を送ることができるよう、支援をしていかなければならないこと。そのためには、利用して本当に良かったと思えるような質の高い訪問看護の提供を心掛けていくことが大切です。

外来通院の方や、退院を控えて在宅生活に不安を抱えている方などがおられましたら、ぜひともご相談いただけますよう、今後ともご理解ご協力の程、よろしくお願ひいたします。



看護部だより

入職にあたり

訪問看護 吉田 浩司

訪問看護事業開設に向けて、令和6年1月から、勤めさせていただいております。

今まで精神科病棟経験24年、精神科訪問看護3年を経験し、心機一転して入職いたしました。入職当初は右も左も分からずでしたが、皆様が親切丁寧に教えて下さり、こちらに勤めることができ本当に良かったなと感じております。

私事ですが、現在は訪問看護事業開設に向けて、日々準備を進めている状況です。

訪問看護師としての業務は多岐に渡りますが、利用者の潜在能力を信じて関わりを続けることも大切です。

そのためには自分自身のケアもしっかりとしていきたいと思っております。

ワークライフバランスの充実も叶えられそうな職場環境なので、趣味のアウトドアやバイク等、仕事やプライベートを楽しみながら、日々精進していきたいと思っております。

入職して一年を振り返って

看護部東1病棟 近 明紀

私は4月に東1病棟に配属されました。そこでは認知症や寝たきり、慢性期の精神疾患患者さまを対応とした看護を行っていました。初めは慣れない業務や未収得の看護技術、患者さまとの意思疎通の困難など不安な事が多かったです。ですが、周りの皆さんの優しい指導と支援のおかげで不安も徐々に和らいでいき、自身も成長する事が出来た1年になったと思います。

看護の適応となる患者さまは高齢の方が多く、身体機能の低下から合併症を起こしやすいです。また精神疾患に由来した治療・ケアの拒否によって治療が進まない、その他の合併症リスクも増えるなど悪循環に陥りやすいです。そんな中で私には何ができるのか考えさせられる場面も多々ありました。その為、今後の課題として患者さまの身体を見る観察力、そこから何が要因で起こっているのか把握するアセスメント力、そしてそれに対処する看護技術を磨いていく必要があると感じました。

今後も自己研鑽を怠らず、患者さまの視点にたち個別性のある看護を行っていききたいと思っております。

松浜病院 外来診療担当表

(2024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	長谷川	長谷川	渡邊
		児玉	児玉		
内科	藤島	大越 大帯刀 ※下記参照	藤島	帯刀	帯刀
もの忘れ外来 (午後)				野澤	

※本表は2024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。

※火曜・内科：第1・3・5火曜日 大越医師 第2・4火曜日 帯刀医師

※もの忘れ外来：毎週木曜日 13:00 ~ 16:00

→もの忘れ外来は事前予約制となっております。

【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)



もの忘れ外来のご案内

診療日時：毎週木曜日 午後1時~4時 (予約制)
対象者：もの忘れが気になり始めた方、認知症が始まったかもと心配な方

既に認知症の診断を受けていて症状が進行してきた方など家族のみの相談(医師との面談)も可能です。

電話相談予約

お電話はご本人・ご家族・支援者等どなたからでも結構です。医療相談員がお話を伺い、予約をお取りします。

受付電話番号：025-259-3241

初診

医療相談員が追加でお話を伺います。

医師による診察。

もの忘れなどについての検査、尿検査、血液検査、画像検査等。

※院外でさらなる精査をお願いする場合があります。



再診

診断、症状や状態、治療方針等について説明し、治療を行っていきます。

※入院が必要と思われる場合は、午前の精神科の受診をお願いする場合があります。

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。

一般棟と認知症棟の2つのフロアでは、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、状態の維持・向上に努めています。また、外出・創作・料理などの集団リハビリテーションにも力を入れ、季節の行事も趣向を凝らして行っております。

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たらと、常に心がけて相談援助を行っていますので、いつでも事務室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。

編集後記

心の翼第19号が完成しました。2024年の年初、新潟でも多くの被害を齎せた能登半島地震や羽田空港の航空機衝突事故など大きな災害や事故が相次いで発生いたしました。お亡くなりになられた方々に謹んでお悔やみを申し上げますとともに、被災されました多くの皆様及び関係者の皆様に心よりお見舞い申し上げます。

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願ひします。

編集発行 松浜病院 広報委員会

☎ 025-258-8009