

松ぼっくり

vol.20
2017 Autumn



やわらかな風の中



医療法人 為進会
寿泉堂松南病院

松ぼっくり vol.20

CONTENTS

リハビリテーションと精神科作業療法

寿泉堂松南病院 作業療法士
山本 剛三 1

松南だより

- 院内看護研究発表会 2
- 認知症サポーター養成講座 2
- 第5病棟家族懇談会 3
- 精神科家族懇談会 3

病棟だより

- 第3病棟行事・ドライブ 4
- 第2病棟行事・ドライブ 4

部門紹介 [地域生活支援室] 5

創刊20号を記念して 5

栄養管理室だより

- 日本の年中行事 6
- 「秋の七草」

新入職員紹介 7

寿泉堂松南病院の四季「夏」

- 院内行事
　　室内ゲーム大会 8
- グループホーム行事
　　初めての天空栽培 8

外来診療のご案内 9

- ミニコラム 9
- 編集後記 9



表紙

【アイロンビーズ】

ディズニーのプログラム「手工芸の時間」にて、メンバーが作った作品です。アイロン掛けが難しかったですね。

●リハビリテーションと精神科

※前回はリハビリテーションの総論をお話ししました。今回は精神科作業療法についてお話しさせていただきます。

【作業療法の作業とは?】

「作業療法」とはよくよく考えると変った言葉のように私自身は感じます。実際、作業療法士の私が感じるのだから一般の方はよりイメージがしにくいと思います。作業療法とは読んで字の如く、作業を用いる療法(リハビリテーション)です。ただし、ここでいう「作業」とは、一般的に用いられる「仕事」だけではなく、人間が生活を営む上での様々な行為を「作業」としています。

例えば、朝起きて顔を洗い、鏡を見て身支度を整えると「さて今日も頑張るぞ」と一日を前向きに迎えられたり、趣味の洋裁でスカートを作り散歩を楽しむと、楽しい気分になったり、友人とカラオケボックスに行って、歌を唄うと気分がスッキリしたり友人と笑い合ったりできます。そんな様々な作業活動を通してリハビリテーションにつなげていくのです。

【精神科作業療法について】

精神科疾患の方は、立つ・歩くなどの基本的な動作は行えるのですが、日常生活を送る事に支障をきたす方(うまく買い物が出来ない、人間関係に疲れる、日中の生活リズムが不規則になるなど)が多いと思います。そのような方のリハビリテーションの一つとして作業療法が求められています。

【実際の作業療法について】

では実際、作業療法とはどんな目的でどんなことをするのでしょうか。ここでは発症(再発も含む)から社会復帰までの段階ごとで説明します。

作業療法

初発や再発で入院を余儀なくされる患者さんは一日の生活リズムが崩れていることが多く見られます。言葉で「日中は起きていましょうね」と言っても、何もやることがないとどうしても昼寝などを多くとり夜間に覚醒してしまうことが多いと思います。そこで、まずは生活リズムを整える目的で簡単な思考で行える活動を患者さんと一緒に考えていきます。短時間でもいいから塗り絵をしたり簡易な板パズルをしたり、レクリエーションで歌番組を観たり、ゲームなどで体を動かすことも良いリハビリだと思います。

次に生活リズムが確立されるようになると、集中持続力の向上や認知機能(脳の働き)の向上を目的に、より工程が複雑でより思考を必要とする活動(計算やクロスワードパズル、ジグソーパズル、裁縫など)を行ってもらうことが多いです。この時期の患者さんは「入院した」ということだけで自信を無くしている方も多いです。一つの作品を作りあげたり、レクリエーションで他の方と一緒にゲームなどをすることで、少しずつ自信づけや前向きな感情を強化するのも良い事だと思います。また一度低下した体力の回復を目的に軽スポーツなどを行うこともできます。

病状が回復しいよいよ退院に向けて準備を整える段階になると、退院支援として「住まい」「お金」「日中活動」などを、患者さん本人と一緒に他職種が連携しながら考えていくことになります。

作業療法では地域生活を念頭に置いた生活技能(自分で食事を作ったり、時間の管理など)の習得を目標に、調理実習や公共機関の利用などを行います。



寿泉堂松南病院 作業療法士

山本 剛三

またこの時期は、患者さんによってはグループホームなどに繰り返し体験入所し、自信づけしながら退院後のイメージをはっきりさせていく人もいます。

数年前に比べて、現在はグループホームや就労支援事業などの社会復帰施設も増えてきています。患者さんの退院先も家庭だけでなく、グループホームへ一旦入所する方も多くなった印象があります。

また退院後は訪問看護やデイケアで生活をフォローできるようになっています。

【終りに】

日常の営みの中での作業(活動)を用いる作業療法は、利用者の方々に馴染みやすくかつ認知面の向上や自信づけなどいろいろな目的で行われ、作業内容も多種多様な活動を用意しています。私自身の理想として「活動を楽しんで行っているうちに、気がつくと心身が回復していた。」といわれるようなりハビリテーションが出来るよう今後も努力していくたいと思っています。



松南だより



院内看護研究発表会

今年の院内看護研究発表会は、患者のQOLの向上や、看護師の意識改革、患者一看護師関係の構築に関することなど4題の発表がありました。

- 1病棟「急性期病棟女性スタッフによるCVPPP(包括的暴力防止プログラム)の実践と効果」—女性スタッフの不安軽減への取り組み—
- 2病棟「音楽とストレッチが閉鎖病棟における患者に与える効果」—音楽が与える運動効果—
- 3病棟「申し送り時間短縮の試み」—申し送りリストを作成して—
- 5病棟「認知症患者へのハンドマッサージを通した関わり」—リラクゼーション効果の検討—



発表後、研究の有効性の是非、データの読み取り方や、今後の課題と展望に関する意見・質問が活発に出ました。

病棟の現状を知ると同時に、看護介入について考える有意義な時間となりました。これを機会に今後は看護研究に自主的に取り組む姿勢がみられるよう期待したいと思います。

(教育委員会 橋本 千明)



認知症サポーター養成講座



キャラバンメイトの菅野道代氏(豊心会グループホームすずらん紡管理者)を講師に迎え、認知症サポーター養成講座が開催されました。

認知症サポーターは、認知症症状が出現し始めた高齢者の方々を、居住する地域や、外出先で支援する役割を担います。この講座は、小学校や中学校などの教育機関、高齢者の方々と接する機会が多い金融機関や、スーパーなどの一般企業が受講しており、既に多くのサポーターがいます。しかしながら、高齢化社会を本格的に迎える須賀川市においては、より多くのサポーターを増やしていく必要があります。

自分が認知症になった時のタイプが予測できる三択質問では笑いも起り、和やかに講座が始まりました。参加した職員は、多くが自身の親を介護する世代になりつつあり、講座が進むにつれ、他人事とは思えないような話に、真剣に聞き入り時には涙する場面もありました。

終了後には参加者一人一人に認知症サポーターの証としてオレンジリングが配されました。

認知症病棟を有する医療機関である当院職員への講座開催は、大変意義あるものとなりました。



(リハビリテーション室 山本 裕佳里)

松南だより

第5病棟家族懇談会

第5病棟では年に2回家族懇談会があります。

平成29年の第1回目は7月に行われ、リハビリテーション室スタッフによるレクリエーションと個別面談が行われました。レクリエーションでは「お達者体操」「今日の日付の確認」「嚥下体操」「紙芝居」「漢字クイズ」などが行われました。

今回の家族懇談会から新たに加わった「嚥下体操」は、誤嚥性肺炎や嚥下機能の低下を予防する体操で、皆真剣に取り組んでいました。漢字クイズでは患者さんの答える速さに驚きました。名解答・珍解答が飛び出し、参加者の笑いを誘う場面もあり盛り上りました。

全体的に、ご家族と一緒にレクリエーションを楽しむ患者さんの、活き活きとした表情や笑顔がとても印象的でした。短い時間ではありましたが、ご家族の方にも普段見られない患者さんの一面をご覧になって頂けたのではないかでしょうか。この紙面をお借りして参加して下さったご家族の皆様に感謝申し上げます。

最後に、当日のレクリエーションで患者さんが誰も答えられなかった漢字クイズを紹介します。

？「躑躅」さて、この漢字は何と読むのでしょうか？

ヒントは須賀川市でも有名な花の名前です。興味のある方は調べてみてくださいね。

(第5病棟 佐藤 晶子)



精神科家族懇談会

6月22日に恒例の家族懇談会が開催されました。今回は22家族26名のご家族が参加して下さいました。看護師の佐藤英文さんからの「アルコール依存症とは」と題しての講話では「家族が陥りやすい罠」「対応のコツ」についての説明があり、家族対応だけではなく、看護師としても患者対応の参考となる講話でした。家族の方々も「なるほど」と頷いている姿は印象的でした。

家族懇談会の後は主治医との面談があり、各ご家族と治療方針の共有を図ることができ、大変有意義な時間となりました。

参加して下さったご家族の皆様には感謝申し上げます。ありがとうございました。

(第3病棟看護科長 高田 陽子)



病棟だより

第3病棟行事・ドライブ

5月末に第三病棟の行事で、須賀川の牡丹園に出掛けできました。

当日は天候も良くドライブ日和ではありましたが、最盛期が過ぎ、遅咲きの牡丹しか咲いていませんでした。それでも患者さんからは「久しぶりに牡丹園に来て楽しい」との声も聞かれ、表情良く散策されていました。

その後は少し足をのばし福島空港を一望できる展望台へ行きました。飛行機は飛んでいませんでしたが、タイミング良くセスナ機の離陸場面を見ることができ、自然と拍手が湧き上がり歓声が聞かれました。

おやつにワッフルとどら焼きを食べ、「外で食べるおやつはとても美味しかった」と好評でした。

(リハビリテーション室 折笠 晴子)



第2病棟行事・ドライブ

8月に入院患者さん8名と一緒に三春町にある「コムタン福島」に行ってきました。環境創造シアターという球体のスクリーンの中では、人類の誕生や宇宙の誕生について学びました。360度全方位内映像が体験でき、不思議な世界観に患者さんは驚きながらも真剣に映像を見て学んでいました。映像や模型で体験できるものが多く「勉強になった。」「面白かった。」と好評でした。また、東日本大震災を振り返る展示もあり、当時の大変な状況を思い出しながらも、少しずつ復興し、現在では震災前とほぼ変わらぬ生活ができていることに感謝したいと思いました。

病院への帰路の途中、「三春の町 田園生活館」に立ち寄りました。日差しが強くなってきたので多くの方がアイスクリームを買いました。郷愁を誘う風景を見ながら、冷たいアイスクリームがとても美味しく感じました。

(第2病棟 佐藤 三夏)



部門紹介 「地域生活支援室」

今回は、地域生活支援室についてご紹介させて頂きます。

当院の地域生活支援室には5名が在職しており、うち2名が看護師として外来業務や訪問看護・受診相談などを行っています。他3名は精神保健福祉士として、同じく訪問看護や、その他「受診したい」「入院希望」などの受診・入院相談や、「退院後の生活が不安」などの退院支援、家族支援、「入院費や生活費に困っている」などの制度や地域の社会資源について、院内外問わず、様々な内容の相談支援を行っています。

相談支援を主としていることから、直に患者さんやご家族の困っていることや悩みを聞く場面が多くあります。そのため、私達は患者さんやご家族様との関わりを大切にし、思いに寄り添うこと、相手の立場に立って一緒に問題を共有し、共に考えることを大事にしています。

また地域生活支援室は、地域と病院を「繋ぐ」窓口であり、更には人と人、人と資源など様々なものを「繋ぐ」役割もありますので、「こんなことを相談してもいいのかな?」「困ったけどどこに相談すればいいのかわからぬ」など、もし現在抱えている悩みがあったり、どうしたら良いのか立ち止まっている状況であるならば、いつでもご相談頂ければと思います。

(地域生活支援室 寺山由莉)



創刊20号を記念して

寿泉堂松南病院の広報誌「松ぼっくり」が創刊されたのは2006年でした。11年間で20号を発刊できました。「10年ひと昔」と言われますが、創刊号の記事を改めて見てみると職員の名札が現在のものになったこと、看護師のナースキャップが廃止になったこと、グループホーム「サザーンホーム」が開所したこと、などなど、確かにひと昔前の懐かしい出来事が多いです。

現在、「松ぼっくり」の新刊が発行されると、私はまず病棟で希望される患者さんにお配りします。病棟内を回ると多くの患者さんが手に取ってくれます。当院の職員をはじめ患者さんにも「松ぼっくり」が浸透してきていくことを嬉しく思う瞬間です。

さて、広報委員の顔ぶれは初回からの者や新しく抜擢された者、計6名で頑張っております。10号記念号の時も書きましたが、「松ぼっくり」は当院の職員の方々に記事の執筆依頼をする所から始まります。忙しい中、心良く依頼を受けていただきありがたく思っています。今後もよろしくお願ひ致します。

(広報委員会委員長 山本剛三)



栄養管理室だより

日本の年中行事

秋の七草



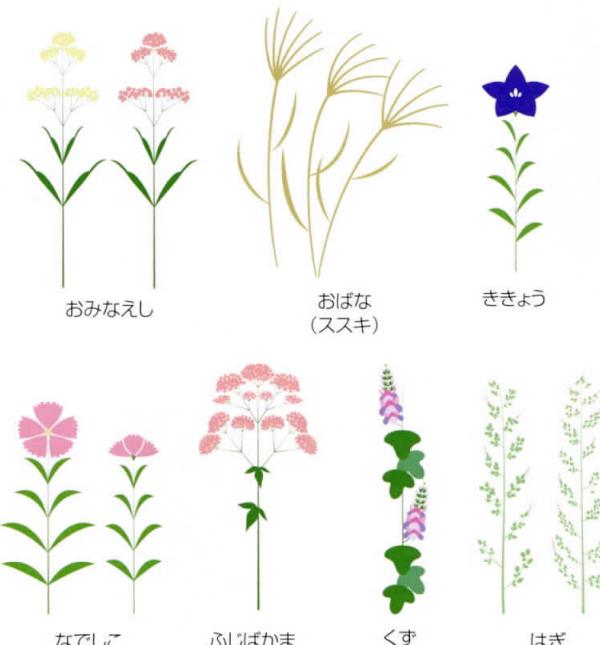
【七草の歴史】

古代より日本では、年初めに雪の間から芽を出した草を摘む「若菜摘み」という風習があり、これが七草の原点とされます。また、六朝時代の中国「荊楚歲時記(けいそさいじき)」に「人日(じんじつ)」(犯罪者に対する刑罰は行わざ人を大切にする日)である旧暦1月7日に「七種菜羹(しちしゅのさいこう)」という7種類の野菜を入れた羹(あつもの、とろみのある汁物)を食べて無病を祈る習慣が記載されており、「四季物語」には「七種のみ、草集むこと人日菜羹を和すれば、一歳の病患を逃ると申ためし古き文に侍るとかや」とあります。このことから今日行われている七草粥の風習は、中国の「七種菜羹」が日本において日本文化・日本の植生と習合することで生まれたものと考えられています。

【秋の七草の名称】

- 女郎花(おみなえし)
- 尾花(おばな)…現在の名称はススキ
- 桔梗(ききょう)
- 撫子(なでしこ)
- 藤袴(ふじばかま)
- 葛(くず)
- 萩(はぎ)

春の七草と違い、秋の七草に何かをする行事は特にありません。秋の野の花が咲き乱れる野原を「花野」(はなの)といい、花野を散策して短歌や俳句を詠むことが古来より行われていました。秋の七草はそれを摘んだり食べたりするものではなく、観賞するためのものであり、ゆえに「秋の七草粥」というのも存在しませんが、それぞれの草花には薬効成分があるようです。



【春の七草粥】

春の七草と言われる、せり、なずな(ペンペン草)、ごぎょう(母子草)、はこべら(はこべ)、仏の座(コオニタビラコ)、すずな(かぶ)、すずしろ(大根)を刻んで入れた粥を言い、邪気を払い万病を除く占いとして食べます。呪術的な意味ばかりでなく、お正月の御節料理で疲れた胃を休め、野菜が乏しい冬場に不足しがちな栄養素を補うという効能もあります。

(栄養管理室 深谷 直子)



ちょっと一般

「おすきなふくは?」

秋の七草の覚え方です。「おみなえし」「すすき」「ききょう」「なでしこ」「ふじばかま」「くず」「はぎ」の頭の部分をつなぎ合わせると、お好きな服は?になります。秋の野に咲く野の花を想い浮かべることができそうですね!

新入職員紹介



看護師
佐藤 和子

4月中旬から第2病棟配属となりました佐藤和子です。病院勤務は約2年ぶりで緊張しています。未熟な点が多く皆様にご迷惑をおかけしますが精一杯頑張りますので、ご指導よろしくお願い致します。



看護師
坂本 智子

6月より第3病棟に勤務しています。精神科での勤務は初めてです。勤めて看護の奥深さを感じました。患者さんやご家族の方の支えになれるよう日々学び、いつも笑顔で対応できるよう頑張っていきたいと思います。



看護師 よし たか
横山 貴崇

6月より第2病棟に勤務しています。経験、知識、技術共にまだまだ未熟ですが一日も早く仕事に慣れるよう頑張っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。



看護補助
大沼 沙織

今年3月より第3病棟に勤務させて頂いております。初めてのことが多く戸惑いながらではあります、皆様にご指導頂きながら努めて参りたいと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。



看護補助
伊東 由記

今年7月より第3病棟に勤務しています。直接患者さんと関わるため、やりがいを持ちながら勤務させて頂いております。今後も職員や患者さんとコミュニケーションを持ち快適に過ごせる環境づくりをしていきたいと思います。皆様どうぞよろしくお願い致します。



看護補助
緑川 竜

以前の職業とは全く違う職種のため色々と経験も知識も不足しており、5病棟の皆様にはご迷惑をお掛けしております。これから、しっかりと順序を辿って仕事をこなしていくけるよう頑張って参りたいと思います。



調理師
板橋 由子

栄養科でお世話になって今年で半年になります。調理関係での仕事は約15年位のブランクがあり、なお且つ病院食の提供は初めてです。自分自身どれだけ成長できるか頑張りたいと思います。



調理員
大橋 美香

2月より栄養科勤務となった大橋と申します。給食調理は初めての経験ですが先輩方にご指導を頂きながら、少しでも早く一人前となり患者さんの治療の一助となるよう努力してまいります。よろしくお願い致します。

寿泉堂松南病院の 四季 Four Seasons

夏



院内
行事

室内ゲーム大会

梅雨を吹き飛ばす

グループ
ホーム
行事

初めての天空栽培

果物作りに
挑戦

梅雨も明けきらぬ蒸し暑い中、当院初のホッカーゲームを行いました。このゲームは5人が一組となり相手チームと向かい合わせに椅子に座り、おもちゃのスティックでスポンジボールを打ち合うゲームです。患者さん5名が一致団結し1つのボールをステイックで追いかける姿は、サッカー日本代表のキーフレーズの『負けられない戦いがそこにある』を連想させるようでした。



途中、看護部長が率いた職員チームと患者さんの選抜チームとのエキシビションマッチが行われ、職員チームの気迫が会場を圧倒していました。

優勝は第2病棟チーム、準優勝は第1病棟チームとなりました。

選手の皆さんにはスティックを振り回すほどエキサイトしましたが怪我人も出ず、職員チームの3日遅れの筋肉痛だけで済むことが出来ました。職員の日ごろの運動不足、患者さんの意外な一面が垣間見られ、ジメジメとした梅雨を吹き飛ばすゲーム大会になりました。

(レクリハ委員会 川島 新)

今までではグリーンカーテンの目的のためゴーヤ栽培が多かったのですが、ゴーヤの代わりに果物は出来ないかといろいろ検討し、昨年より天空での果物作りを始めています。昨年は小玉スイカ2苗、プリンスマロン2苗の植え付けを行い、その結果、小玉ス



イカ6個とプリンスマロン2個を収穫できました。プリンスマロンの方は葉っぱがうどん粉病にかかりてしまい残念でしたが、それでも実が甘く完熟しており、入居者さんの誕生会などで利用し好評でした。

さらに、さやえんどう豆、赤玉ねぎを昨年11月に植え付けをし、今年の6月には収穫し入居者の皆さんにおすそわけきました。また、今年の夏は小玉スイカ赤色・黄色の2種類4苗のみに限定して天空栽培を始め、10個以上の実がなり入所者みんなで食べました。甘くておいしかったです。

(パインフォレスト 施設長 安藤 晃)

外来診療のご案内

●寿泉堂松南病院

	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat	日 sun
午前	河野創一	担当医	橘隆一	今泉修一	鈴木志郎	担当医	休診
午後	休 診						

当院の外来診察時間は下記の通りです。

- 1.診療時間 午前9時～午後12時30分 午後は休診です。
- 2.受付時間 午前7時～正午まで(新患受付は午前11時30分まで)
- 3.日曜日・祝祭日は原則として休診いたします。

●デイケア

午前	今泉修一	今泉修一	河野創一	今泉修一	今泉修一		
午後							

●寿泉堂総合病院 [心療内科・精神科]

	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat	日 sun
午前	今泉修一	休診	河野創一	鈴木志郎	橘隆一	担当医	休診
午後	休 診						

外来診察時間は下記の通りです。

- 1.診療時間 午前9時～午前11時30分 午後は休診です。 2.日曜日、祝祭日は休診いたします。

ミニ・コラム 雨の日だけ!?

渡り廊下の一角に雨の日にだけ現れるハートマークがあります。果たしてどこにあるのか?雨降りの日に探検気分で探してみてはいかがでしょうか?



編集後記

今年の夏は長雨と低温が続き、その影響でお米の実りが心配になり、平成5年の米騒動を思い出してしまいました。はたして刈取りの時期にはどうなっているのでしょうか?
「松ぼっくり」も何とか第20号まで続くことが出来ました。これもひとえに皆様方の協力のおかげです。ありがとうございます。今後ともよろしくお願ひいたします。

(広報委員会一同)

医療法人 為進会 寿泉堂松南病院

理事長 湯浅 大郎

院長 今泉 修一

●診療科目 精神科・心療内科
 ※精神科デイケア併設
 ※訪問看護はご相談に応じ、実施しております

●住 所 〒962-0403 福島県須賀川市滑川字池田100番地
 ●電 話 0248-73-4181(代) ●FAX 0248-72-8133
 ●ホームページ <http://www.jusendo.or.jp/shn>
 ●病床数 215床(精神165床、認知症治療病棟50床)

グループホーム「パイン・フォレスト」

●住 所 〒962-0403 福島県須賀川市滑川字池田91番地
 ●電 話 0248-73-4182 ●FAX 0248-63-1185

グループホーム「ザザーンホーム」

●住 所 〒962-0403 福島県須賀川市滑川字西山78番地

小規模作業所 「ショップしようなん」

●住 所 〒962-0403 福島県須賀川市滑川字池田100番地20
 ●電 話 0248-72-0201

公益財団法人 湯浅報恩会

●ホームページアドレス <http://www.jusendo.or.jp>

寿泉堂綜合病院 ●電話 024-932-6363(代)	寿泉堂香久山 居宅介護支援事業所 ●電話 024-932-6501
寿泉堂香久山病院 ●電話 024-932-6368(代)	寿泉堂香久山病院 通所リハビリテーション事業所 ●電話 024-932-6368
寿泉堂クリニック ●電話 024-939-4616(代)	いづみ訪問看護ステーション ●電話 024-921-5246

社会福祉法人 いづみ福祉会 介護老人福祉施設 スプリングガーデンあさか ●電話 024-937-3737	認知症高齢者グループホーム グループホームすぱりんぐ ●電話 024-937-3881
---	---