

くまがわ

Vol.22

発行 2012年9月30日
八代更生病院 広報委員会



OT 作品
花、クッション、手提げ

Contents

- 看護の日 記念講演会
- よろしくお祈りします
- 熊本県精神障がい者家族大会
- 行事紹介
- 郷土料理の日
- NHK取材
- 新規職員紹介・辞令交付式

理念

地域社会に信頼される精神科医療をめざし、患者様に安全で安心される質の高いあたたかさで癒しの医療を提供します。

基本方針

1. 満足していただける医療を行います。
2. 快適な院内環境に努めます。
3. 専門知識の向上に努めます。

第4回 看護の日記念講演会

平成24年5月12日 麦島公民館



トでは「もっと（講演会の）機会をふやしてほしい」「わかりやすい説明で理解できた」などの感想をお寄せいただきました。

当院では、地域の皆様のお役に立ちたいと毎年講演会を開催し、今年も看護の日の5月12日に麦島公民館で、当院院長の宮本憲司朗医師が「うつ病・認知症予防のためのストレス対策」という演題で講演いたしました。

20～80歳代の地域の方々49名にご参加頂き、時には笑い声も上がり、皆様方から頂いたアンケート

講演内容の要約

- ・ ストレスとは 圧（抑圧）のことで、プールの中では膝に負担をかけずに浮いたり、ゆったりすることができるが、歩いたり走ったりすると水圧がかかる。それがストレス。そのおかげで筋力や抵抗力がつく。
 - ・ 人には生きる力と死ぬ力が備わっており、死んでいく細胞と生まれる細胞のバランスで生きている。20歳を過ぎると衰える力が徐々に勝ってくる。
 - ・ 脳には140億～200億の細胞があり、皮膚細胞が一週間で生まれ変わるのに比べ、脳細胞は寿命が長い。細胞からはたくさんの繊維が出ており、繊維を伸ばして何とでもつながるが、本当につながりたいものとだけつながることが大切。赤ちゃんの脳は3歳までに一気にできるが3歳を過ぎるとゴソッと減る。成長するために必要だから。
 - ・ 細胞には刺激が必要だが、酒・タバコ・睡眠不足は生きる力を弱めてしまう。飲酒するとアセトアルデヒドという毒が発生し、肝細胞を傷つけ肝臓がんになることもある。運動すると筋力がつき、生きる力が高まるが、運動のしすぎは体をサビつかせる酸で酸化してしまう。
 - ・ 認知症はアミロイドβという毒がたまる。誰でも溜まるが除去している。アミロイドβは毒性があり、神経や血管を傷つける。
 - ・ 免疫力を高めるためには外に出て楽しむことが大切。リンパ球や白血球は日光に当たると増加する。
 - ・ 飲みすぎ・食べすぎに注意し、塩分を控え肥満防止に努め、平穏で規則正しい生活をするこ
- とで認知症・うつ病を予防できる。

実際にはもっと詳しい内容でしたが、興味のある方は、ぜひ来年の講演会にご参加ください。お待ちしております。



熊本県精神障がい者家族大会に参加して

家族会 会計 田口 伊都子

6月6日(水)熊本県立劇場にて第42回熊本県精神障がい者家族大会がありました。

精神障がい者を取り巻く我が国の環境は少しずつではありますが、整備されつつあるように思われます。去年7月に厚生労働省は、従来の4大疾病(癌、糖尿病、心臓病、高血圧症)の中に精神疾患を加え、5大疾病とすることを表明しました。又、障害者自立支援法が廃止され、来年からは障害者総合支援法の施行が約束されています。

家族大会では、うきうき地域生活支援センター施設長の千代丸智也様から、「地域移行支援の取り組みについて」と題し、熊本県での取り組みについての報告がありました。

記念講演では「多職種チームによる訪問支援が、これからの地域を変える」と題して、大和診療所 藤田大輔様(ACT-ZERO 岡山顧問医)がお話をされました。“病気からの回復だけでなく、利用者や家族が自分らしい人生を生きられるようリカバリー(回復)を目指す”という理念のもと活動されておられる先生でしたので、とてもお話がよかったです。

最後に大会宣言。「安心して暮らせる地域生活の実現を！」とのテーマの下に、

1. 障がい特性を反映した障害者総合支援法の実現を
2. 家族に義務を強いる保護者制度の撤廃を
3. 家族の負担を軽減するための支援策を
4. 社会的入院解消のための社会資源の整備を

の4項目をスローガンとして掲げ、大会は締めくくられました。

よろしくお願ひします

4月から御採用いただきました押領司と申します。医局、病棟、外来の雰囲気良く、自分の選択が間違っていなかったと実感しております。

私は、昭和51年1月生まれの36歳で、バブルは小学生の頃に弾けてしまい、日本経済の失速だけが記憶に焼き付いているガラスの30代です。中高一貫でそのまま高校に進学いたしましたが、目標を持たずに大学に行くことに納得できず、高校を中退後いくつかのアルバイトを掛け持ちする生活をしていました。そのような生活の中で、大学入学資格検定をパスし、20歳になる直前に頭を丸め、受験勉強に勤しみ22歳の春に鹿児島大学に入学しました。ストレートで入学している同期と比較し4年遅れたことを、年を重ねる毎に後悔してきておりますが、それなりに楽しい人生が送れているのだと自分に言い聞かせています。

平成16年に大学を卒業しましたが、ちょうどその年よりスーパーローテーションが導入され、見切り発車が否めない研修内容に一番の被害を蒙った学年でもあります。私はほとんどローテーションしないで済むように工作し、2年間のうち1年間は麻酔研修、6ヶ月間は放射線科研修をして満足な研修内容が得られました。またこのローテーションで精神科の研修をさせていただきましたが、ECTで劇的に改善する患者様に衝撃を受けたものです。スーパーローテーション修了後、鹿児島大学麻酔科に入局し手術麻酔と集中治療は十分な経験を積ませていただきましたが、一番の希望であったペインクリニックについては未研修で現在に至っております。ペインクリニックや緩和医療では精神科領域の知識、技術が不可欠です。初めて院長先生と面談させていただいた直後、仲介して下さった方に『もし、この病院が採用して下さるなら、他の病院の面談はしなくていいので、この病院でお話を進めて下さい』と申し上げました。我が師を得たり、の心境であります。

早く仕事を覚え、病院に貢献できるように頑張りますのでどうぞ宜しくお願い致します。



医師 おおりのうじ ともかず 押領司 友和

音でひとつに

平成24年3月13日
八代更生病院食堂



少し肌寒さが残りながらも春のあたたかさを匂わせるような晴れの日、デイケア、OT病棟の合唱やスタッフによるバンド、ゲストの輪歌茶会による合唱で盛り上がり、理事長院長と一緒に交わり病院が一つになりました。

来年も、ゲストを招いて外からの空気を取り入れ盛り上げていこうと思います。

春に桜

平成24年3月30日
麦島公園

今年も麦島公園へ花見に行ってきました。天候も良く春風が心地よい一日で、午前には〇×ゲーム、午後はゲートボール・キャッチボール・ミニバレー等、余暇の時間を過ごしていました。昼食は栄養科の手作り弁当に「うまかな、おいしいね」等の声が聞かれ好評でした。病院へ帰る時にも「歩くのはきつかったけど、楽しかった」と一日を満喫され、来年も満開の桜の花の下でみんなと楽しみたいと思う一日でした。



去年の雪辱を晴らす優勝

平成24年4月14日
太田郷公民館



八代地区看護協会主催によるビーチバレー大会に昨年に続き今年も参加しました。

昨年は惜しくも準優勝だったので、今年は絶対優勝を合言葉に練習の時点からスタッフ全員、気合が入っていました。

当院から2チームの参加を含め全19チームが参加する中、2チームとも負けず、得失点差で見事Aチームが優勝の栄冠に輝きました。

来年は1, 2フィニッシュを目指しがんばりたいと思います。

総合優勝しました～

平成24年4月25日
八代市鏡総合グラウンド

今年は天候が心配される中行われた、春季城南地区球技大会。

午前中は曇り空の中何とか競技は行われたのですが、お昼を食べ終えるころには、天気予報通り雨が降ってきて、屋外で行われるゲートボール、ソフトボールの決勝はじゃんけんで行われました。

それぞれ、ミニバレーは2位、ソフトボールは3位、ゲートボールは2位でしたが、見事総合優勝に輝きました。

今秋に行われる球技大会でも良い結果が残せるようにがんばりたいと思います。



阿蘇に行ってきました

平成24年5月15日
阿蘇ミルク牧場



毎年恒例となっているバス旅行が5月15日にありました。今年の旅行先は阿蘇のミルク牧場でした。患者様も前から楽しみにされていました。しかし、当日の天気は、あいにくの雨模様となっていました。阿蘇に向かう車内では○×ゲームなどをして、患者様と職員の笑い声が混ざり合い、楽しい雰囲気になりました。目的地のミルク牧場に到着してからはショッピング、牛小屋の見学などをして楽しみました。なかなか間近で牛を見る機会はないのでとて

も良い経験になりました。雨模様という事で少し寒かったのですが、阿蘇名物のソフトクリームをおいしく頂きました。帰りの車内も賑やかでした。また、来年が楽しみです。

みんながんばりました

平成24年6月7日
パークドーム熊本

熊本市のパークドーム熊本で行われた“くませいフェスタ”に今年も参加しました。

くませいフェスタは熊本県精神科協会が主催し、県内43もの病院が集まり行う、親善レクリエーションです。今年も千人を超える参加者がスタンドを埋めていました。

競技は玉入れ、綱引き、○×ゲームなどに患者様が参加し、職員はリレーや応援合戦を行い各ブロックで競い合いました。

当日は熊本サプライズキャラクターの“くまモン”が登場し、くまモン体操を踊り会場を盛り上げていました。



ひまわり会のNHK取材 (心理教育)

～安川副院長が放送大学で薬理学の講義をする～

今年度、安川副院長が放送大学での薬理学講義を担当することになり放送大学の取材がありました。薬理学の中で心理教育やアドヒアランスのところがテーマです。

私たちの所ではテキスト（あせらず・のんびり・ゆっくりと）等使用し、心理教育を毎月実施しています。今回はテキストの中の「何故、内服薬を飲むのか？～リカバリーを信じて～」でした。副院長の講義が始まるとメンバーからの活発な発言が聞かれ、とても良い収録になっています。放送大学で勉強中の方はご覧下さい。



郷土料理の日

東日本大震災から一年が経ちました。今回は東北応援メニューとして東北地方の郷土料理をあつめました。

【すっぽこ汁】

「別名おくずかけ」ともいわれる汁物で、数種類の具材と乾麺が入ったとろみのついた汁物です。仙台地方で春や秋のお彼岸の時期に食べられる一品です。

【ずんだ】

広い東北地方で食される郷土料理です。名前の由来は「豆を打つ」ことを「ずだ」といわれることからずんだという名称が生まれたといわれています。



すっぽこ汁レシピ(1人分 87kcal)

材料 (1人分)

干しうどん	4g	うすくちしょうゆ	2g
じゃが芋	7g	こいくちしょうゆ	6g
人参	7g	酒(みりん)	3g
干し椎茸	1g	食塩	0.3g
ごぼう	7g	だし汁	適量
油揚げ	10g	片栗粉	1g
こんにゃく	10g		

①干し椎茸は水につけて戻し戻した汁はとっておきます。油揚げは油抜きします。片栗粉は少量の水につけ、乾麺のうどんを食べやすく折り、別の鍋で、たっぷりのお湯で茹でておきます。

②ごぼうはささがき、戻した椎茸、じゃが芋、人参、

油揚げは1cm角、こんにゃくは食べやすい大きさに切ります。

③干し椎茸の戻し汁にだしを加えて(ない時はだしの素で)じゃがいも、にんじん、ごぼう、こんにゃくを加えて煮ます。

④火が通ったら、椎茸と油揚げを加えてしょうゆ、塩、酒(みりん)で味を調え火を止め、水溶き片栗粉を加えます。

レシピ紹介 管理栄養士 二田口 佳子

辞令交付式



よろしくお願ひします

新規職員紹介



看護師
岩本 美幸



看護師
白濱 洋一



看護師
板床 孝行



看護師
松田奈留美



看護師
藤野 博史



看護師
山本 辰弥



看護師
野田 誠也



准看護師
吉田 陽平



准看護師
徳永 由美



准看護師
松永みゆき



准看護師
小野田 充



准看護師
樋口 敏也



看護補助
高山 優



看護補助
西岡 志郎



看護補助
西濱 春美



看護補助
岩瀬 勇貴



看護補助
川端 夕香



看護補助
前田 直美



看護補助
平松 孝昭



看護補助
松本 稜平



看護補助
豊永 千明



調理師
山崎 京子



調理師
堺 美幸



調理師
白石 綾香



調理補助
吉岡 里美



医事係
四倉 諒



医局秘書
石地 満美

外来診療案内

		月	火	水	木	金	土
午前	新来	○	○	○	○	○	
	再来	○	○	○	○	○	○
午後	予約外来						休診

※精神科医が担当します

診療科目

精神科・心療内科・内科

受付時間

新来 午前 8:30~11:30 (月~金)

再来 午前 8:30~12:00 (月~土)

午後 13:30~16:00 (月~金)

新来は予約制で月~金曜日の午前中のみとなります。

交通のご案内



患者様の権利

1. 個人として、その人権を尊重される権利
2. 自分の受けている治療について知る権利
3. 良質の医療を受け、選べる権利
4. 公平で差別されない医療、及び、対応を受ける権利
5. 安心、安全な環境で治療を受ける権利

JR八代駅から……車で15分
 バスでお越しの際は八代駅方面から
 産交バス植柳経由南平和町行き
 又は植柳経由君ヶ淵・破木・坂本駅行きにお乗り下さい
 産交バス千反町バス停より徒歩3分
 ゆめバス病院前バス停より徒歩3分



医療法人 山田会



八代更生病院

〒866-0043 八代市古城町1705

TEL (0965) 33-4205

FAX (0965) 35-8275

URL <http://www.y-kousei.jp/>

mail info@y-kousei.jp