



三州病院広報誌

和

なごみ

春・夏号
2013

第16号

<http://www.sansyu-hp.jp/>



患者様の作品

CONTENTS もくじ

ピックアップ

外来・薬局・医事課、療養環境委員会P1、2
患者様のこえP2
お薬の豆知識P3
わたしの趣味P4
地域交流P4
Let's あべこべ体操!!P5
院内・年内行事P6

PickUp

第16回
ピックアップ

外来・薬局・ 医事課



外来部門は、事務職員・薬剤師・外来看護師・精神保健福祉士（相談員）と他職種とのチームで構成されています。

“チーム間の情報を共有し、利用者様が安心して医療が受けられるよう努める”を目標に掲げ、“笑顔”をモットーに、患者様、家族の立場に立った外来作りを心掛けています。

外来部門では、医師をはじめ薬剤師による服薬指導や心理士による心理面談、管理栄養士による栄養指導、精神保健福祉士による各種の相談など各職種間で連携をとり患者様を総合的に支えています。また、スタッフの年齢層も幅広く安心できる顔なじみのスタッフ(数年、いや十数年の強者まで)に加え、春になりフレッシュな仲間も増え、皆様のニーズにお応えできる構成になっています。

新しい感性と長年の経験、それぞれ力を合わせて取り組んでいますので、ちょっと気になることや相談したいなあと思うこと、また、要望等がありましたらお気軽に声をかけてください。今後もニーズに沿った医療・福祉サービスを提供できるよう努めていきたいと思ひます。

療養環境委員会



私たちの委員会では患者様の療養生活がより良い環境で行えるよう、定期的に病院内の巡回を行って環境整備に努めております。

また、世界の子どもたちのポリオワクチン接種に役立つペットボトルキャップ収集を行い、皆様の協力を得て協会へ発送する業務を担っています。ペットボトルキャップ約860個でポリオワクチン代(20円)となります。今後とも皆様のご協力をよろしくお願い致します。



当院では院内に意見箱を設置し患者様・御家族が気軽に意見を伝えられる病院づくりに努めています。

意見箱に入れられた意見・相談・苦情等とそれに対する各部署の対応を紹介します。

意見内容	面会室で、入院している本人の様子をお聞かせくださればありがたいと思います。
回答	ご家族の皆様にご配慮が足りなかったことをお詫びいたします。スタッフ間で話し合いをして、面会時には積極的にスタッフのほうからお話をさせていただくように努めてまいります。
意見内容	デイケアに通所している者ですが、プログラム活動でとてもいい汗をかいたり、じっくり治療過程に大変満足しています。メンバーさんたちとも交流できて楽しいです。課外治療も愉快地に、びっくりすることや新しい発見に驚いております。どんどん社会普及し、社会復帰してほしいです。
回答	ありがとうございます。より一層、皆様に満足していただけるよう努力してまいります。宜しくお願い致します。



お薬の豆知識

こちらのページでは
当院で使われているお薬の一部について紹介します。

リスパダールコンスタ® (ヤンセンファーマ株式会社)



心の病気のひとつである統合失調症は、脳の中での情報のやり取りが上手くいかなくなる病気です。現実を正しく認識できなくなったり、考えがまとまらない、感情のコントロールが上手くいかない、などといったことが起こります。幻聴など幻覚、妄想を生じることもあります。このお薬は、そのような脳の中の情報のやり取りをスムーズにするよう働きかけます。今まで主に使われていた薬(定型抗精神病薬と呼ばれます)では、錐体外路症状(指や手足のふるえ、体のこわばり、つっぱり、ひきつけ、よだれが多い、目の異常運動、舌のもつれ、じっとできない、そわそわ感、無表情、うまく歩けない、など)が副作用として問題となりますが、このお薬(非定型抗精神病薬と呼ばれます)ではこれらの副作用が起こりにくく、また陽性症状(幻覚、妄想、興奮、など)に加え、陰性症状(何もしたくない、興味がわかない、など)に対しても良い効果が期待できます。一般的に統合失調症は、お薬を飲み続けることが必要であり、服薬の中断は症状の再発、悪化につながります。リスパダールコンスタは2週間に1回、通院時の投与で済むため血中濃度(お薬の効き目)が安定し、薬の飲み忘れがないという利点があります。

抑肝散® (株式会社ツムラ)



本来は小児の夜泣きや、かんの虫に対して使われてきた漢方薬ですが、イライラや不眠などに対し、様々な精神・神経疾患の補助薬として処方されることがあります。最近ではアルツハイマー型認知症に伴う不安や気分の落ち込み、暴言などにも効果があることが知られています。

リバスタッチ® (小野薬品工業株式会社)



軽度及び中等度のアルツハイマー型認知症の進行を遅らせる、貼り薬タイプの治療薬です。認知症では薬の飲み忘れや、服薬に時間や手間がかかるなどの問題があります。この薬は1日1回貼るだけなので、服薬の管理にあたる家族や介護者の負担が軽減されます。パッチ剤にペンで名前や日付けが書き込めるので、確認も簡単にできます。

☆わたしの趣味☆

私は鹿児島市郡山地区にある花尾地区岩戸というところに31年前に嫁いで来ました。岩戸には疱瘡（ほうそう）踊り保存会という伝統ある保存会があり、その一員として活動させていただいています。

三味線を弾く方が高齢ということで、「後継者を」という話があり、婦人部の何人かの人に話があり、私もその中の一人となりました。その頃、子どもも小さく親と同居していたので、三味線の練習はとても大変でした。

初めは三味線の持ち方、ばちの握り方から教えていただきましたが、とても難しく、途中で何回も何回も止めたいと思っていました。

年月が過ぎて、最近では何とか一通り弾けるようにはなりましたが、他の方との音

合わせなどとても難しいです。

毎年4月と9月に披露しており、次回は9月23日に行われる花尾神社大祭に奉納踊りとして参加します。

今後も、この保存会の後継者として頑張っていきたいと思っています。

認知症病棟 看護助手 末吉



病棟の敬老会で披露しました！

地域交流

餅つき大会に参加して



杵つきから餅を丸めるまで一緒に行い、最後は焼きたての餅をいただき、「こんなに美味しいお餅は久しぶりに食べるよ」と患者様も喜ばれていました。

また、子どもたちからお礼にいただいたもち米で鏡餅をつき、病棟へ飾らせていただきました。こうして継続して交流する機会を持たせていただき感謝しています。

平成24年12月、犬迫小学校から餅つき大会のお誘いをいただき、6月と10月に交流学习をさせていただいた認知症病棟の患者様と参加させていただきました。

昔ながらの石臼と杵を使う餅つきに患者様からは「懐かしかねえ〜」という声や「私のうちは兄さんがついて、私が手ごねの係りだったのよ」などという話をしてくださいました。子どもたちも患者様も参加し、



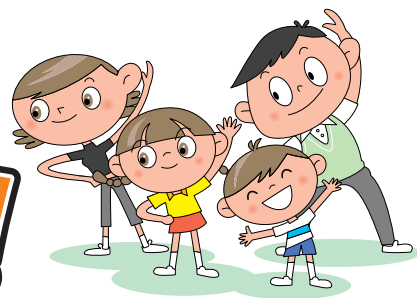
◀犬迫小の運動場で行われました



師長自ら力をこめて！「よいしょ！」▶

LET'S

あべこべ体操!!



寒さの厳しい犬迫町にも春が訪れ、気持ちの良い時期になってきました。しかし、冬の時期に脂肪を蓄え、ムダ肉、ハミ肉がついてしまった方はいませんか？夏に向けて、健康的に体をすっきりさせるストレッチ運動を紹介したいと思います。

その名は「あべこべ体操」。名前と動きはなんだか怪しいですが、動画サイトでは、手軽にできて効果的だとなかなかの評判です。作業療法室でも患者さんと職員も一緒に実践中です。

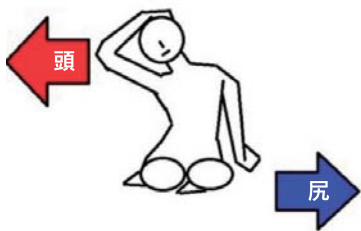
ここでは、手軽に出来て肩凝りに効果のある「あべこべ体操」の一部を紹介したいと思います。

1:首の向きと視線をあべこべに！



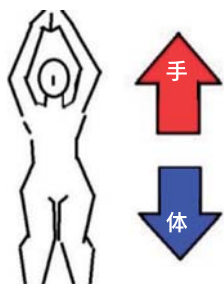
首を下に向けた時には視線を上に向けます。また首を上に向けた時には視線を下にします。これを何度か交互に繰り返すと首の後ろのこりがほぐれて行きます。

2:頭と体の重心をあべこべに！



腰を下ろすか椅子に座った状態で首を片手で引っ張ります。その際、おしりの重心を頭を引っ張っている手とは反対の方向にずらします。その後、反対の手で頭を始めと反対側に引っ張ります。そしておしりの重心も反対側にずらします。これを繰り返すと首の横のこりがほぐれていきます。

3:手の向きと体の重心をあべこべに！



立ち上がって行きます。体の重心を下にあずけ、両手は伸びをするように上へと引き伸ばします。その後は、体の重心を上へ引き上げるようにし、その際は手を下の方へ引き伸ばします。これを何度か繰り返すことによって肩や腰のこりがほぐれます。

ここで紹介した運動はほんの一部です。興味のある方は、毎週月曜日と木曜日の午前中に作業療法室に遊びに来てみてください。一人でやると怪しまれますが、みんなでやるとなかなか楽しいですよ～！

(作業療法室)

院内行事 楽しい行事がいっぱい!

平成24年度実施行事

12月 クリスマス会

1月 お正月ゲーム

2月 節分

3月 ひなまつり

Pick Up

12月 クリスマス会

病棟ごとにクリスマスツリーやリースで飾りつけを行い、クリスマスの雰囲気を出しました。パーティーではカラオケやゲーム、スタッフによる踊りで盛り上がった後、可愛いケーキをいただきました。昼食では季節感を味わっていただくために、栄養部が工夫をこらしたクリスマスランチを用意し、皆様に好評でした。



1月 お正月

今年は巳年。初夢は見られましたか。へびの夢は縁起がいいそうですよ。今年も当院では美味しいおせち料理で正月を迎えました。



一年を通して、楽しい行事がいっぱい!

4月 お花見 (院外レクリエーション)

10月 ゲーム大会

6月 のど自慢大会

11月 演芸会

7月 七夕

12月 クリスマス会

9月 敬老会

1月 正月ゲーム大会

- 毎月、誕生会も開催しています。様々な行事にボランティア大歓迎!
- 他にも各病棟、デイケアでも様々なレクリエーションを企画しています。



理念 基本行動指針


患者様を博愛の精神で受け入れ、
分け隔てなく、寛容の心で接します。

1. 患者様の人権に配慮し、
最善の医療とより高き入院生活環境を
提供します。
2. 精神科リハビリを促進し
早期退院に努め、
多くの方が地域で生活できるように努力し、
その家族を含めて支援します。
3. 常に医療について研鑽を怠らず、
医療人としての誇りと働き甲斐を持てる
環境の創造に努めます。
4. 関係機関と連携し、医療を通じて
地域への貢献に努め、地域と共に歩む
病院作りを目指します。

患者様の権利について

患者様が安心して、
より良い医療を受けられるように、
患者様の権利を尊重します。

1. 個人としてその人格を尊重される権利
2. 医師から十分な説明を受け、治療を受ける権利
3. 通信・面会の権利
4. 公平で差別をされない医療を受ける権利
5. 処遇等の不服を申し立てる権利
6. 医療上及び個人の秘密を守られる権利



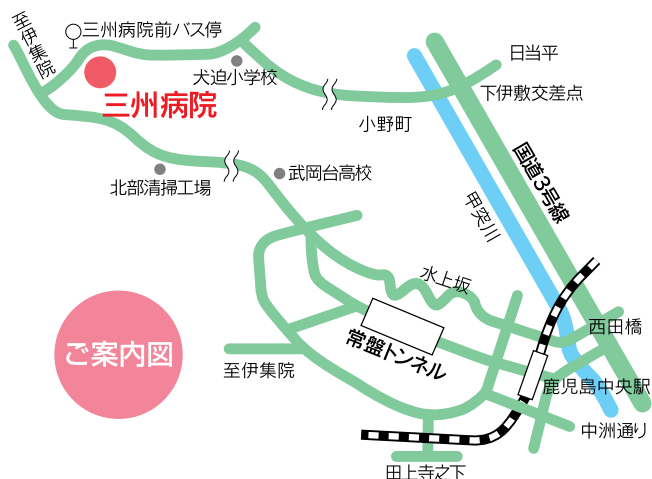
寒かった冬にも別れを告げ、待ち望んだ花咲き乱れる美しい季節
を迎えました。心うきうきする私の大好きな季節です。愛犬ラッキー
も行水できる日を待ちわびています。さて、「和」も早いもので
16号をお届けすることが出来ました。今後ともご支援よろしくお
願います。

ホームページアドレス <http://www.sansyu-hp.jp/>
☆ホームページでも広報誌がご覧いただけます。
(広報担当 井之口)

交通のご案内 鹿児島交通バス



山形屋バスセンターから犬迫経由伊集院線にご乗車いただき、
三州病院前バス停でご降車下さい。



日本医療機能評価機構
認定病院



特定医療法人 共助会

三州病院

〒891-1205

鹿児島市犬迫町7783番地1

TEL/099(238)0075

FAX/099(238)0079

診療科目 精神科・内科

<http://www.sansyu-hp.jp/>

診療時間 午前 9:00~12:00 (受付8:30~11:00) 午後 13:30~17:00 (受付13:30~16:00)

休診日 土曜日午後・日曜日・祝日

施設概要 病床数 233床
病棟 精神病棟 115床
精神療養病棟 60床
認知症治療病棟 58床

業務内容 ●精神療法 ●精神科作業療法
●精神科デイケア・テイナーケア
シヨートケア ●精神科訪問看護 他