



三州病院広報誌

# 和

なごみ

秋・冬号  
2018

第27号

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



デイケア利用者様の作品です

## CONTENTS もくじ

シリーズ！犬迫探訪☆	P1.2
患者様のこえ	P2
新人さん！いらっしゃ〜い！	P3
鹿児島マラソンに参加しました(NEW!)	P3
三州デイケア☆活動紹介	P4
私のオススメの1冊	P4
SST活動報告	P5
Good Job(グッジョブ)ルール	P5
院内行事	P6
地域活動報告(ソフトボール交流試合)	P6

# シリーズ！犬迫探訪☆

## 第5回

私たちの地域である“鹿児島市犬迫町”をもっとたくさんの方々に知ってほしい!ということで、犬迫町にある施設やお店などの紹介をしていきたいと思います。

### 『どんこ村開拓団』

「どんこ村開拓団」は、小山田町にある約5000m<sup>2</sup>（バレーボールコート約30面分）の耕作放棄地の田んぼを利用し、子供たちに向け、米づくり体験を行っています。収穫したお米をもとに東日本大震災をはじめ、日本各地の震災や水害の被災地への支援に繋がっています。

この活動は、東日本大震災を機に始まりました。震災被害により親を亡くした子供は約3000人と言

われており、町内会にて、その震災孤児や遺児達に何かできることはないか、話し合った結果、有志が集まり、「どんこ村開拓団」を結成するに至りました。

「どんこ村」の由来は「カエル」の意味を持つ、「どんこ」と、どの子供（どんこ）もという意味を重ね、カエルの輪唱のように、この活動の輪が広がっていけばよいという願いを込めて付けられています。現在、どんこ村開拓団の村民は30名おり、主な活動としては、年に4回、田植えから稲刈り、収穫したお米を使って、もちつき大会や菜の花祭りを行っています。

どんこ村の執事、梶 孝二さんは「農業やボランティアを通し、子供たちに心の豊かな人間になってもらえたら嬉しい。ここで経験したことをそれぞれ持ち帰って、考え、自ら動ける大人になってくれたらと思います。」

どんこ村の村長、迫 武博さんは「東日本大震災が起こって、7年が経ち、世間では、少しずつこの出来事が風化していますが、まだまだ傷の癒えない方々がたくさんいます。私達は、ものを渡し、支援しているだけではなく、震災の被害にあった人々に、『私達は、あなたの方のことを忘れていませんよ』という気持ちを渡しているんです」と話してくださいました。

今回は、犬迫町近くで、精力的に活動しているボランティア団体があると聞き、どんこ村開拓団の方にお話を伺いに行かせていただきました。村民の皆様、とても熱い想いを持って活動されており、私達もお話を伺う中で、こんなにも見ず知らずの人たちのことを想い、その人達の為に行動できる方達がいることに、心揺さぶられるばかりでした。

ご興味を持たれた方は是非、ご連絡をされてみてください。





## 米づくり体験

田植え、稲刈り、収穫祭などの米づくりを体験します。

- 開催時期：6月～11月
- 対象：小学生とその家族
- 体験時間：2時間程度
- 料金：1家族1,000円(年間)

申込・問合せ先

事務局 梶 孝二様 | TEL:080-5210-3567



患者様の  
の

当院では院内に意見箱を設置し患者様・ご家族が  
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。

患者様の  
の  
こえ

意見内容	外来の本はマンガがいいと思います。外来の順番待ちだから合間をふさぐためにもマンガがいい。	
回答	待合室の雑誌類につきましては、普段ご利用になる患者様の年齢や性別など考慮して設置している所です。今後、雑誌設置の検討をするときの、貴重なご意見として参考にしたいと思います。ご意見ありがとうございました。 (事務長)	
意見内容	水飲みを設置してもらえて有難いです。操作も簡単なので飲みやすいです。 ありがとうございます。	
回答	ウォーターサーバー設置への御意見ありがとうございます。皆様のご意見が私たちスタッフの励みになります。また、お気づきの点がありましたらお知らせください。 ありがとうございました。 (事務長)	

# 新人さん!いらっしゃ~い!



4月から新たに2名の仲間を迎えましたのでご紹介します。  
フレッシュな気持ちで病院に新しい風を吹かせてくれることを期待しています☆

**質問** ①趣味・特技などがありますか? ②今後の抱負を教えてください。



**小野 晴輝**(看護師)

- ①音楽鑑賞
- ②就職してから数か月で、まだ分からないことばかりですが、先輩方から多くのことを学び、頑張っていきたいです。また今後、業務にも慣れ、技術を身につけ、患者様に寄り添った関わりをしていきたいと思います。



**松坂 拓之**(看護師)

- ①ゴルフ、競馬、麻雀
- ②オールドルーキーですが、一日も早く精神科看護師として一人前になれるようにがんばります。

## 鹿児島マラソンに参加しました

近年、健康ブームやマラソンブームでジョギング、ランニングをする人が増えてきました。当院の職員もマラソン人口がだんだんと増えており、前回の鹿児島マラソンでは4名参加し完走しています。しかし、私達、広報委員を含め、走らない者にとっては「お金を出してまでなぜ走るのか」「走ることの良さってなに?」という疑問だらけです。そこで今回は、当院の鹿児島マラソン完走者2名にインタビューし、マラソンの良さについて聞いてみました。



- ①名前 ②何回目のマラソン ③参加しようと思ったきっかけ
- ④走ってみての感想 ⑤来年も挑戦しますか?

- ①四藏 幸夫
- ②指宿菜の花マラソン、鹿児島マラソン 含め20回くらい。指宿では表彰台にも立ちました。
- ③50歳を過ぎてても  
※サブスリーで走れるのか、過去の自分への挑戦を試してみたくて。
- ④練習不足を痛感。練習時間が欲しい。
- ⑤もちろん。抽選に当たれば。

- ①池田 恵美
- ②3回目(鹿児島マラソンは2回目)
- ③40代に入り、何かに挑戦したいと考え、50歳になったらホノルルマラソンを走りたいと思いました。手始めに第1回の鹿児島マラソンに参加しました。
- ④道中は痛みと己との闘い。そんな中、沿道の応援は力をもらえます。知り合いの人の応援を頂くとパワーが出ます。
- ⑤とりあえず、応募申し込みはします…。

※サブスリー：フルマラソンを3時間以内で走りきること

## 三州ダイケア☆活動紹介

## 創作活動

数ある活動の中から  
今回ご紹介するのは…

## 遠足：そうめん流し

夏をテーマに創作活動で壁画を作りました。  
金魚と藻に色塗りし、大きな水槽に泳がせました。  
個性豊かなカラーの金魚たちが楽しげに泳ぐ作品が  
完成しました。  
暑い今年の夏に、少しの涼しさを感じられる作品と  
なりました。



今年の夏の遠足は、そうめん流しで有名な「唐船峡」  
へ行ってきました。綺麗に澄んだ水と、少しひんやり  
した森の空間のなかで、皆で囲んで食べた流しそうめ  
んは、とっても美味しかったです。途中、道の駅にも  
立ち寄りアイスクリームも頂き、夏の遠足を満喫でき  
ました。



※ダイケアを利用してみたい方、興味を持たれた方はいつでもご相談ください！メンバー募集中です！

## 私のオススメの1冊



「さくら ももこ」さんのエッセイと出会ったのは中学生の時でした。こんなに笑える本があるのかと思い、それ以降エッセイは「さくら ももこ」と決めていました。沢山の作品を出されていますが、今回は「さくら日和」をおすすめします。この「さくら日和」はひとつひとつのお話が短く、ちょっとした合間の時間に読みながらクスクス笑える本です。なかでも息子さんの「ママはさくら ももこなのではないか？」という疑惑が深まっていく話や、くいしんぼう同盟を結成する話等、タイトルだけで興味をそそられます。挿絵もかわいくてスラスラ読めるので、ちょっと疲れた時や、モヤモヤしている時に読み、クスクス笑うのが私のオススメの読み方です。あの「ちびまるこちゃん」を生み出した方は、やっぱり个性的でユーモラスで、人生を楽しむのが上手な人なんだろうなあと感じます。

いろんな方とこの楽しさを共有したいと思い、病院外来の本棚に置いてみましたので、興味のある方はぜひ読んでみてください。

地域移行機能強化病棟：内菌 志穂

## ＜追伸＞

記事を掲載する事が決まった後に、この度の訃報を聞き、何かの縁を感じました。さくらももこさんのご冥福を心よりお祈り申し上げます。  
(広報委員)

# SST活動報告



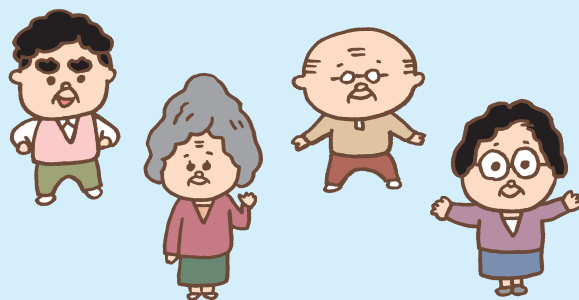
SSTとは、人と上手に関わる為の挨拶の仕方や相手に何か頼みごとをしたり、断ったりするなどのコミュニケーションの練習です。

当院では、半年間を1クールとしており、最初は、うまく練習ができず悩んでいた患者様も、回を重ねるごとに笑顔が見られるようになります。また、退院された患者様からもSSTでの練習が役に立ったとの声も聞かれています。

## 【修了された患者様の声】

クール終了後には

- 「楽しかった。ほめてもらえた」
- 「緊張したが、意見を言えるようになった」
- 「更に良い話しかけ方を学んでいきたい」
- 「皆と話したり、練習したりして楽しかった」



次回は「SSTを修了され、退院された方々の声」を紹介していきます。



久保師長

①所属 看護部 ②病院に勤めて何年 24年目

広報誌「和」第25号のアンケートで、「長年、三州病院に勤めているスタッフの近況について知りたい」とのご意見を頂き、『Good Jobルール』と題し、今回で2回目の連載となりました。スタッフの私生活や仕事に対する思いや姿勢など皆様にお伝え出来ればと思います。

平成6年に入職し、その当時はまだ20代。仕事をしながら子育てに励んできました。

“精神科看護は、子育ての参考になる”と言われながらも、反省することばかりでしたが、やっと子供たちも巣立ち、一段落したところです。今後も元気に患者様への支援を行う為にも、筋トレとエアロビクス、家庭菜園や米作りを楽しみ、自分の時間を大切にしています。

私の仕事への思いとして当院の看護理念「患者様主体の看護」をもとに患者様がその人らしく生活できるように支援していくことを前提に、「なりたくて病気になったのではない」の言葉を大切に、患者様へ常に愛情をもって看護を行っています。

病棟の責任者を任せられ、多くの勉強をさせていただいております。スタッフ一人一人が創造的な看護を実践できる職場環境をつくること、また働きやすい職場環境づくりを中心に、能力開発の支援と人材育成の一つとして適宜勉強会を取り入れています。今後も、患者様へ質の高い看護サービスを提供できるようスタッフの皆様にご協力いただきながら更に努力してまいります。

# 院内行事 楽しい行事がいっぱい!

平成30年度(4月~9月)

様々な行事の中から

**Pick Up**

**6月** のど自慢大会

**9月** 敬老会

各病棟から選ばれた患者様が素敵な歌声を披露され、皆さん、手拍子などをして大変盛り上がりました。

また、職員による余興もあり、工夫を凝らしたダンスと仮装を披露しました。



今年も認知症治療病棟で敬老会を行いました。

スタッフからのお祝いの舞い(余興)や、患者様参加型のゲーム大会を、楽しんでいただきました。

また、90歳以上の方と古希や米寿といった節目の方をオリジナルの表彰状でお祝いしました。



平成30年度行事予定

**12月** クリスマス会

**1月** 正月ゲーム

**2月** 節分



- 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。

## 地域活動報告

### ソフトボール交流試合(デイケア)

平成30年6月、当院グラウンドにて薩摩川内市のファミリーホスピタル薩摩デイケアの皆様が来院され、ソフトボールの練習試合を行いました。晴天に恵まれて暑い中、お互いに真剣にプレーし、ホームランが連発してはボール拾いが草むらを駆け回り、結果は1勝1敗と互角の試合となりました。試合後はお互いに「またやりましょう!」「お元気で!」と声を掛け合っている姿が印象的でした。

久しぶりのソフトボールの試合に、選手も応援者も「面白かった!」といい笑顔を見せておられました。次は勝てるよう、頑張ってお練習していきたいと思っております!

対戦相手も募集しています!(外来リハビリ室)



## 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い入院生活環境を  
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

### 編集後記

今年の夏は、猛暑が続き、台風も多かったのが嘘のように、とても涼しく過ごしやすい秋となりました。冬は、エルニーニョ現象の逆である「ラニーニョ現象」により厳冬になるそうです。肌寒くなっていきますが、皆様、体調にはくれぐれもお気を付け下さい。

広報委員になり、初めての広報誌発刊でした。皆様から寄せられた声を活かし、沢山の方々に喜んでもらえるように作っていきたいと思います。宜しくお願い致します。

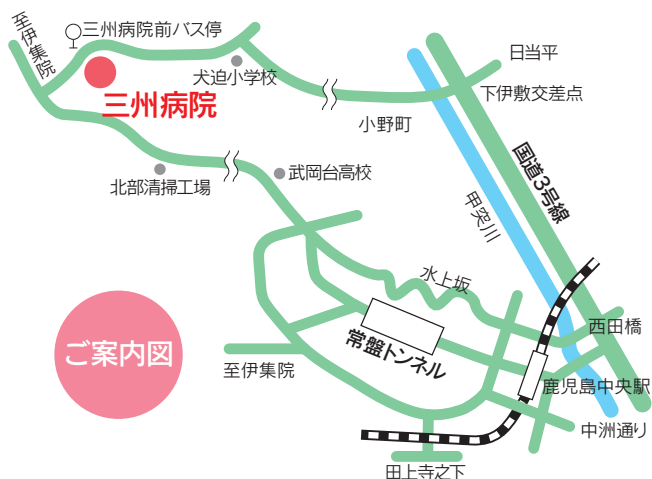
ホームページアドレス <http://www.sansyu-hp.jp/>

☆ホームページでも広報誌がご覧いただけます。(広報担当 後迫)

## 交通ご案内 鹿児島交通バス



鹿児島(金生町)のりば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ください。



ご案内図



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/>



↑QRコードより  
モバイルサイトへ

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 206床  
病棟 精神病棟 ..... 95床  
地域移行機能強化病棟 ..... 60床  
認知症治療病棟 ..... 51床  
業務内容 ●精神療法 ●精神科作業療法  
●精神科 テイクア・テイナイトケア・ショートケア  
●精神科訪問看護 ●もの忘れ外来 他