

雪がた

— 豊科病院だより —



豊科病院広報誌
平成30年 2月10日 発行
発行者 豊科病院広報文化委員会
〒399-8205
長野県安曇野市豊科5777-1
URL <http://www.shironishi.or.jp/>

豊科病院の理念

自他を問わず人間を愛し、慈しむ心に基づき、病める人、障害を持つ人、悩める人に常に自分の家族に接するように優しく接し、最良の医療・福祉サービスを提供し、地域の人々の要求及び個別的な要求にも応え、地域で人々が快適に生活できるような支援を行う。

いつでもスポーツ運動教室を利用

in デイケア

冬ともなると運動不足が懸念されますが、精神科デイケアではこうした課題を解消する一助として、1月16日にサンスポーツまつもごさんによるパソコンでもスポーツ運動教室を利用しました。この教室は、地域・障がい者支援施設団体に指導員が出向き、スポーツ技術の向上、活動の継続、健康の維持増進を図るために、スポーツ運動の指導支援を行うもので、希望する施設は、月に1回まで無料でサービスを受けることができます。当法人の城西病院のデイケアの方々も毎月利用しているそうです。

当日、男性の指導員さんが、柔らかな色とりどりのボールやコーンを持参されました。どれも一度は見ただことがあるけれど、なかなか集めにくい道具ばかりでした。

まず、準備体操として、柔らかいボールを抵抗に使う行う「マヌギムギュー体操」という全身の筋力を紹介していただき、皆で行いました。そして、イスで座ったまま行う「チアサッカー」や、全体を3チームに分け、ボールを蹴って相手陣地を狙う「ゴール型のゲーム」などボールを使ったゲームを約1時間行いました。どれも目新しいものばかりで、特



にボールをパスしていくゲームでは、四方八方からボールが飛び交い、相手のことや周囲のことを考えながらボールを投げる必要があります。心地よい緊張感を感じつつ、我を忘れて没頭することができました。

初対面の指導者の方と一緒に運動をすることに對し、初めのうちはとまどうメンバーさんもいらつじやいりましたが、実際に参加してみると、知らないうちに夢中になつていた「腰が伸びた」「足腰が不安だつたけれど、体調に合わせてくれたので楽しめた」と好印象でした。

精神科クリニックでは、今後もメンバーの皆さんに運動をする場を提供し、健康維持に努めて行きたいと思ひます。

平成30年新年式

1月4日に新年式が行われました。

関総長理事長は、4月に診療介護障害の3分野で報酬の改定がある。どれほどのプラスとマイナスになるのか不透明だが、影響は大きいと考えている。医療介護福祉業界は非常に厳しい状況に見舞われているが、向後好転するよう各事業所、職員は努力して欲しい。」と訓示しました。

続いて、五味洲病院長は、業務において、わからなければ聞けば良い。プライドよりも、どんな看護や介護ができるのか個々に考えて欲しい。私自身が大病を患っているが、医業を続けられる内は続けていきたい。」と、挨拶をされました。



エコキャップ集まる

トータルで486 kgに!

当院は、平成21年度よりエコキャップ運動を始め、現在もその運動を続けています。エコキャップ運動とは、ペットボトルのキャップを単なる「ゴミ」として廃棄するのではなく、再資源化したり、そこで得た収益を世界の子どもたちへワクチンに代えて贈る運動です。特に近年は、再生プラスチック製品に生まれ変わること、建築資材や公園のベンチとしても活用され、注目されています。

当院はこれまでに、平成22年9月に115 kg、続いて平成25年5月に154 kg、平成26年7月に73・5 kg、平成27年11月に63・5 kg、平成28年12月に41・7 kgのペットボトルのキャップを集め、エコキャップ運動をされている団体や、再資源化施設へお届けしてまいりました。そして今回は、1月11日に、39・0 kg 約1万6千800個(1個…2・3



今回は39.0 kg!

2名計算)のキャップを集め、まとめました。この運動を始めてから、トータルで486・7 kgに及びます。

当院は今後も「エコキャップ運動」を続けていく予定です。ペットボトルのキャップをお持ちいただいた場合、病院1階の公衆電話の横の箱に入れていただくか、職員に直接手渡していただく。

社会制度で安心 ⑥ グループホームの「案内」

豊科病院では、第一飛鳥荘』『第二飛鳥荘1』『第二飛鳥荘2』という3ヶ所のグループホームの運営をしております。今回はその紹介及びご案内をいたします。

グループホームとは、障がいがあり、一人暮らしに自信のない方、住居の確保が難しい方に、地域で自由に生活を送っていただくことを目的とした共同の住居です。

●なんでもQ&A

① どこからなの？

第一飛鳥荘と第二飛鳥荘は、精神障がい者の皆さんに、入院生活ではなく地域社会で生活をしていただきたい。』という願いから、昭和61〜62年にかけて無認可の共同の住宅』として運営をスタートいたしました。当時は、北寮『東寮』『南寮』『安曇荘』という合計4つの共同の住宅を、多くの皆さんにご利用していただいております。

平成4年には、南寮を第一飛鳥荘』として、東寮を第二飛鳥荘』

としてグループホームの認定を受けました。両荘とも、精神障がい者を対象とするグループホームとしては、国内で初めて認可を受けたグループホームの一つです。

そして、平成18年10月からは障害者自立支援法（現障害者総合支援法）に基づくグループホームとして、再スタートいたしました。

② どんな人が入居できるの？

グループホームは、障害者総合支援法に基づく事業ですので、障害者総合支援法の申請をしていただいた後にご利用出来ます。第一飛鳥荘と第二飛鳥荘は、主に精神障がい者の方が対象です。

③ 入居期間はあるの？

ご希望されれば無期限で入居することが出来ます。但し、身体的な疾病などで、グループホームでの生活が困難になった場合は、退去していただきます。

④ 入居費はどのくらいなの？

家賃、共益費、光熱水費、食費（朝夕の2食を合わせて、月に約4万8000円〜6万2000円）ご利用

いただけます。部屋のタイプによって入居費が異なります。

⑤ 利用規則はあるの？

入浴回数、就寝時間、門限などは、特に定めておりません。入浴は毎日可能です。共同生活のルールは、入居されている皆さんで話し合い決めていただきます。

⑥ どんなスタッフがいるの？

世話人、生活支援員、サービスマン管理責任者といった家族に代わる援助者があり、皆さんの食事を提供したり、悩みごとを聞いたり、掃除洗濯や買い物などのお手伝いもいたします。

⑦ レクリエーションなどはあるの？

第一飛鳥荘と第二飛鳥荘で、合同のレクリエーションが年に4回あります。①春の小旅行 ②夏の暑気払い ③秋の小旅行 ④年末の忘年会、が恒例になっています

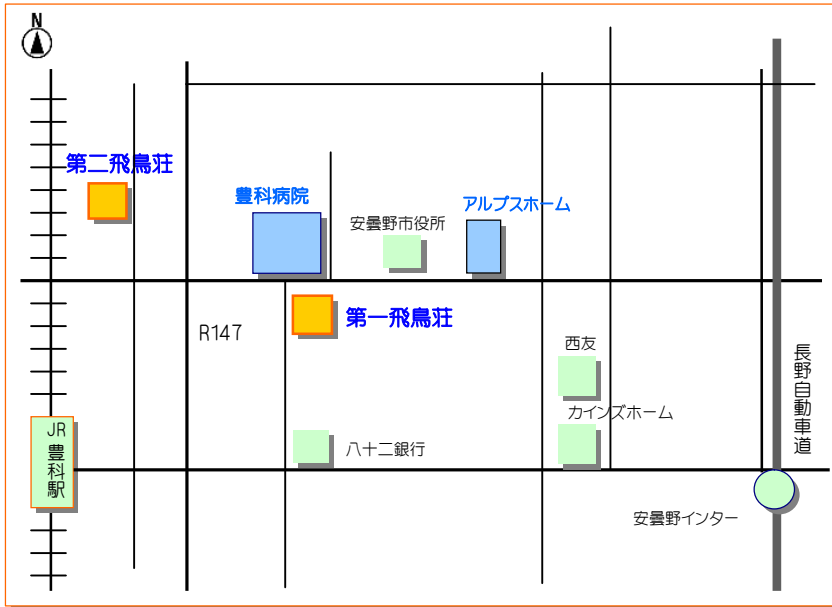
が、参加は自由です。レクリエーションの内容や場所は、入居されている皆さんで話し合い、幹事もしていただきます。

●入居を希望される方へ

入居を希望される方は、第一飛鳥荘第二飛鳥荘それぞれのスタッフ、もしくは豊科病院のソーシャルワーカーへ、入居の希望を申し出て下さい。障害者総合支援法の申請をされていない方は、障害者総合支援法の申請をしていただきますが、そのお手伝いもいたします。



第一飛鳥荘



■ 地図

■ 所在地

第一飛鳥荘
 住所：安曇野市豊科573-1-20
 電話：0263-72-5360

第二飛鳥荘1
 住所：安曇野市豊科4932-1-1031
 電話：0263-72-6076

第二飛鳥荘2
 住所：安曇野市豊科4932-1-3001
 電話：第二飛鳥荘1に同じ

外来 医師担当表

平成30年 2月 1日現在

	月	火	水	木	金	土
精神科	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	にしざと よしあき 西里 吉昭 医師	ごみぶち みつり 五味洸 満徳 医師	おかざき たかし 岡崎 隆司 医師 ※診察時間 9:30~	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	ごみぶち みつり 五味洸 満徳 医師
内科	いわさ たけひこ 岩浅 武彦 医師	休診	休診	しょうむら としたか 正村 寿山 医師	休診	休診

◎ 受付時間 午前 8:00~午前 12:00
 ◎ 診療時間 午前 9:00~終了まで
 ※ 午後は全科**休診**となります。
 ※ 日曜・祝日は全科**休診**となります。

※ご不明な点等は、受付へご確認下さい。
 お問い合わせ先 電話 0263-72-8400



～ 編集後記 ～

豊科病院広報誌『雪がた』第52号をお届けしました。お読みになっていかがでしたか？
 「氷河」…名前は聞いたことがある、という方もいらっしゃると思います。万年雪との違いは、たまった雪(実質的には氷)が移動していることだそうです。ヒマラヤやヨーロッパアルプス、南極などで有名ですが、実はその「氷河」、日本にもあるんです。
 今年の 1月、鹿島槍ヶ岳の北壁、大町市に「氷河」があることが認定されました。これまでは富山県(剣岳)では見つかってはいましたが、長野県では初となります。一般の人が直接行くことはかなり難しい場所ですが、個人的にはちょっと嬉しくなるニュースでした。

※表題「雪がた」について 春から夏にかけて北アルプスでは様々な雪形が見られ、当院からは常念岳の常念坊や、蝶ヶ岳の蝶などの雪形を正面に望むことが出来ます。雪形が季節の変化に合わせて融けるように、患者様の病も融ける・・・表題にはそんな願いが込められています。
 また、表題の写真は当院屋上から撮影しました。