

# 雪がた

—— 豊科病院だより ——



豊科病院広報誌

平成28年 7月28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、慈しむ心を礎に、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。

調理は、月に1回程度行ってきました。メンバーの方々が、計画から買出し調理の実施・反省までの過程を分担して行います。体力に自信のあるメンバーは買出しに。パソコンの打ち込みや文章をまとめる作業が得意なメンバーは文書作成を。料理には興味があるけれど実際の調理は苦手だというメンバーの方は、調味料

当院の精神科デイケアでは、今年度『不器用調理の会』という調理を主体とするプログラムを始めました。  
「これは、デイケアを利用しているメンバーの方々から、料理は好きだけれど最近やる機会がなくなった」二人で作るのは不安「おなかが減って昼休みにおやつを食べたくなる日がある」等のご意見を受けて始めたものです。

## 不器用調理の会『発足 in デイケア』

の計量や食材の保存洗い物などと、何らかの役割を皆さんに担当していただきました。何を作るのが献立が決まると、「中身は何を入れる？調味料は足りるかな？道具は手入れできている？」と、メンバーさんが顔を合わせると、自然に調理の話題になり、買い物リストがいつのまにか出来上がっていきます。

始めのうちは、調理が得意なメン



バーさんが中心になって調理をしてきましたが、回を重ねる内に、他のメンバーの方も調理の一部を担うようになってきました。

経済的な面も考え、安いお店を利用しよう。安売りの野菜を下ごしらえして、ストックしておく。などと皆で話し合い、調理経験のあるメンバーから、冷凍保存できる期間や下ごしらえの方法を教わり、冷凍保存するための容器の量や、味付けの工夫もするようになりました。

「これまでに、ひじきの煮物、チンジャオロース、餃子、筑前煮、かぼちのサラダ、ほうれん草とベーコンのソテー等を作ってきました。外見はいびつなものもありますが、お味は大好評。夏の間は食中毒の可能性が高まるため、冷凍保存は避ける予定です。」

調理に自信がない方でも、皆で助け合い、自分の良さを発揮しながら調理に挑戦する、文字



通り「不器用調理の会」を今後も続けていきたいと思えます。

## バラの日



6月14日に『バラの日』が開催されました。

『バラの日』とは、城西医療財団の職員の永年勤続者を表彰する催しであり、毎年6月に各事業所で開かれます。

永年勤続者は、5年間勤続した6年目の職員に『5年表彰』、10

年間勤務した11年目の職員に『10年表彰』というように5年毎に区切られて表彰されます。

関健理事長 総

長は、バラの日に表彰される永年勤続者が年々増えている。これからも一所懸命に力を発揮して欲しい。また、一所懸命の字のごとく、一つの所で末永く勤続して欲しいと思う。」と、祝辞を述べ、続いて、五味淵病院長は、自身が大病を患ったが、これからもこの職場の職員と仕事ができることに喜びを感じている。我々サービスマンは、患者さんや利用者さんが自分たちに教えてくれる、という事を忘れずに、これからも医療と介護を必要とされている方々のために、業務に励んで欲しい。」と、祝辞しました。

今年度は豊科病院と老人保健施設安曇野メディアを合わせて、27名の職員が表彰されました。



## ミニ花壇現る

6月21日、当院の西側駐車場にミニ花壇が現れました。

この花壇は、作業療法の園芸として、入院されている患者の皆さんが作られたものです。

草を取り、石を取り除き、耕し、園芸用の土を入れ、花の配置も患者さんが決められ、色々な種類の花を移植され、最後には柵も設置していただきました。

雑草だらけで、見た目も悪かった土地ですが、綺麗な花壇に生まれ変わりました。花壇を作られた患者の皆さん、ありがとうございました。



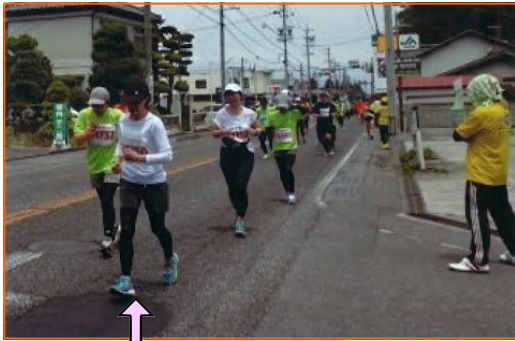
# 心の癒し(30)

残雪のアルプスが映る水田の水面、緩やかな水を湛えた拾ヶ堰、木々の緑と空の青。私が一番好きな安曇野の風景です。その中を走る安曇野ハーフマラソン(6月12日)、今年も完走することができました。

ゴール前の500mあんなに痛んでいだ膝が急に軽くなり、身震いするくらいのわけのわからない力が湧いてきて、自分が自分でないような感覚・不思議な体験でした。精神的にも身体的にも辛い時期を経て臨んだ大会だったので、特別な思い入れがあったからか、そのままグッシユで駆け抜けたゴールでは、恥ずかしながら自分にご感動してしまいました。今大会のゲストでもあった有森裕子さんがかつて言っていた「自分で自分を褒めたい心

境に近いのでしょうか、初めての自分に出合った瞬間でした。

トレーニングの時間、大会への出場、これは、自分一人だけではできません。身近な人の協力や皆さんの応援があったからこそ、実現できたことです。走ることを通じて、自分のために走れることへの感謝と、当たり前の「ありがとう」に気づくことができました。これが、今の私にとつての力と癒しになっています。



筆者 力走!!

## 関連法人 社会福祉法人 七つの鐘 よりお知らせ

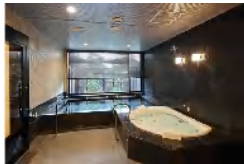
当城西医療財団の関連法人である社会福祉法人 七つの鐘「より、お知らせです。」

この度、安曇野市三郷一日市場に『サトピア ロピテル一日市場』というサービス付き高齢者向け住宅を開所しました。この施設はおもてなし付き高齢者住宅」として満足していただける、ゆとりとした生活空間や収納設備を供え、充実したシルバーライフを楽しく過ごしていただけます。高齢社会を生きる方々に、医療の安心・介護の安全・生活の安定を提供する高齢者専用の居住施設です。食事・朝夕の食、入浴、健康管理、等生活の基本サービスを受けることができるほか、訪問看護、訪問介護、訪問診療、訪問歯科診療、介護予防、ヘルスプロモーション、健康保持増進、等のオプションサービスも受けることができます。

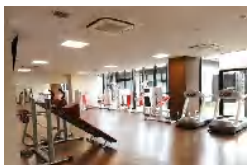
### Misatopia L'Hopitel Hitoichiba



屋上テラス



スパ&ジャグジー



デイサービスセンター山吹  
'S' ウェルネスクラブ 一日市場



ダイニング・ラウンジ



ロビー



レストラン森と湖

「ロストラン森と湖」は、入居者のご利用だけでなく、地域交流の場として開放されており、併設のオレンジカフェ認知症カフェは、認知症の方やご家族の相談にあずかることも、日中を過ごす時間



長野県安曇野市三郷明盛1491  
電話: 0263-77-8700 FAX: 0263-77-8722  
E-Mail: lhopitel@ak.wakwak.com

と空間を提供します。夜はおしゃれな Bar と  
して、大人の世界が演出されます。

隣には、認定やまぶきこども園  
も園「やまぶき学童館」があ  
り、幼児学童の世代、その親御  
さんの世代及び入居している高  
齢者の世代、三世代の交流の場  
となつてほしいと思つていま  
す。



認定やまぶきこども園

## 精神科外来よりお知らせ

7月より、精神科外来の体制が変わりました。

### 診察の曜日

●木曜日の診察を再開。

### 再診の受付時間

●7時から正午まで。

### 新患の受付時間

●水曜日と土曜日は、7時から正午まで。

●月曜日 火曜日 木曜日 金曜日は、7時から

11時まで。

### 診療時間

●木曜日以外は、9時から診察終了まで。

●木曜日は10時30分から診察終了まで。

変更点が多く、「ご迷惑をおかけいたしますが、  
よろしくお願い申し上げます。」

## 外来 医師担当表

平成28年 7月1日現在

曜日	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 みつのり 五味洵 満徳 医師	さとう あや 佐藤 彩 医師 ※診察時間 10:30~	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	ごみぶち みつのり 五味洵 満徳 医師
内科	いわさ たけひこ 岩浅 武彦 医師	休 診	休 診	まちだ りょうすけ 町田 良亮 医師 第1・3・5木曜日  にしざわ みちこ 西澤 理子 医師 第2・4木曜日	きのた らみや 木野田 文也 医師 第2・第4金曜日	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。



～・ 編集後記 ・～

豊科病院広報誌『雪がた』第43号をお届けしました。お読みになっていかがでしたか？

梅雨も明け、夏本番の 8月。そして夏といえばスイカ！やはりスイカは夏に食べてこそ旬ですね。美味しいスイカの見分け方は、縦じま模様がより細かい方が甘いと言ったことがあります。熟練した主婦だと叩いた音だけでも分かるらしいのですが、素人では力加減や叩いた音が全く分かりません。水分を90%も占めているスイカは、食べるだけでも十分な熱中症予防にもなります。連日続く猛暑の中、熱中症や水の事故には十分注意し、少しでも快適に過ごしたものです。そして、体調が悪いと感じた方は、早めの受診を心がけて下さい。当院は内科の外来診察も行っておりますので、ご利用ください。

### ※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。

(表題の写真は当院屋上から撮影しました。)