

雪がた

— 豊科病院だより —



豊科病院広報誌
平成29年10月11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。

この企画の経緯は、松本圏域障害者総合相談支援センター Wishさんから、日常は地域で精神障がい者の方々の生活の支援をしているが、その地域の側から退院の応援をしたい。」とお話をいただいたことが始まりでした。そこで、平

精神科病院に入院されている方の中には、退院はしたいけど何から始めたら良いのかわからない：「入院が長くなり退院することが不安：」「本当は退院したいけど言い出せない・・・」といった思いの方々がいらつしやるのではないでしょうか。そこで当院では、松本圏域障害者総合相談支援センターさんと共同で、そのような思いを持たれている患者さんの退院支援を企画、実施しております。

地域生活へのいざない
～二人の「案内人」来院～

成23年6月より、同センターの方々を講師に迎えて、病棟内で退院に関する患者さん向けの学習会を年に1回ずつ企画しました。

そして、昨年は同センターさんと当院の精神保健福祉士が、大々的に院内に入っていたく方法を話し合い、院内の作業療法部とコラボレーション

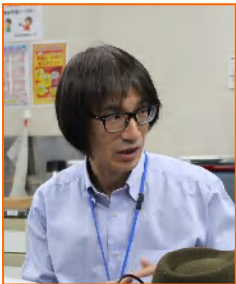


石田さん(左)と紅林さん

ンした参加型の5回のプログラムを実施しました。

今年も同センターの退院支援コーディネーターの紅林奈美夫さんに来院していただき、当院の作業療法士が打ち合わせ、8月～12月にかけて、作業療法のプログラムとして、退院についての学習や活動をしていただいております。

第1回(8月21日)のプログラムは、顔合わせと、スケジュールの紹介や患者さんの希望される生活の確認。第2回(9月4日)は、グループホーム等の住居を写真や動画で紹介。そして、第3回(10月2日)はピアサポーターの石田勝さんに来院していただき、地域での生活を知ろう」と題して、石田さんご自身の、入院～リハビリ～退院までの体験談や、退院後の暮らしや日中の過ごし方を説明していただきました。石田さんは、入院中に外泊してみて自信がついた。無理して働く必要はない。飛躍した目標でなくても、一歩一歩できることをや



れば良い。」と、当院の入院中の患者さんの質問に対して、一人一人丁寧に説明をされ、たくさんのツールをいただきました。

今後第4回以降は、個々の患者さんのニーズに合わせて、個別に外出して、具体的な生活の場を紹介していただく予定です。

この一連のプログラムは、入院患者さんに地域生活を徐々にイメージしていただく試みです。当院では入院患者さんの高齢化が否めないことから、退院後は就労ではなく、日中過ごす場所に主眼を変えていることも今回の特徴ですが、このプログラムを通じて、多くの方が地域に関心を持たれ、一人でも多くの方が退院に結び付くことができれば良いと思います。



ピアサポーター ピア(peer)は仲間や同僚という意味。ある問題をかかえる当事者が同じ問題を抱える者を仲間の立場で支援し合うことを「ピアサポート」という。精神保健領域におけるピアサポートは、精神障がい者が自らの体験に基づいて、仲間の障がい者を支援する活動を指し、支援する障がい者を「ピアサポーター」と呼んでいる。

笑顔がいっぱい!!! 3病棟でバイキング

今年も6月から9月にかけて、3つの病棟でランチバイキングが行われました。メニューは調理師が中心になって、普段の献立で出てないようなものを考えました。病棟ごとにメニューは変えて、D病棟ではbuffet形式で、それはめし、パスタ、エビ、

生春巻、わらび餅など9品、B病棟では一部buffet形式で塩やきそば、カップ寿司、トマトグラタン、かき氷など9品、C病棟ではかき揚げうどんかそば、ひつまぶし風カップ寿司、焼き鳥2種類、フルーツなど9品を提供しました。



今回はきざみ食の方にも形のあるものを食べていただけるようにと市販のソフト食を使い、鮭のハニーマスタード焼きや大根の煮物などを松花堂弁当に詰めてお出ししました。その結果、弁当の蓋をとった時の皆様の笑顔を拝見することができました。



当日はテーブルにお花を飾り、テーブルクロスや手作りのランチメニューを敷くなどして、いつもとちょっと雰囲気を変えてみました。皆さん食



欲旺盛で、麺類に関してはおかわりをしている方が多く見られました。特にデザート類はどの病棟でも好評でした。

当日は食事をお持ちすると、拍手で迎えていただきました。美味しかったです。お腹がいっぱい。デザートが美味しい。今度のバイキングはいつ? などと、大変好評でした。

今後も患者さんの笑顔が沢山見られるような行事食の企画をしていきたいと思っております。

地域で共に生きようフエスティバルに企画

9月2日、穂高交流学習センター みらいにて、第6回地域で共に生きようフエスティバルが開催されました。このフエスティバルは、精神障がい者の方々との交流や、障がいへの理解を深めることをテーマにしたイベントです。地域の方々や市民の方々に参加していただき、誰もがみなで楽しく過ごせる時間を作ることが目的にしています。

実行委員は、主に安曇野市内の精神保健福祉関係の施設や団体、その当事者の方々や職員、更



患者さんはバイキングの日をとっても心待ちにしてくださいませ。

には行政職員で構成されています。当法人も、当院の精神科デイケア、自立訓練事業所アルプスホーム、グループホーム第一飛鳥荘第一飛鳥荘小倉ホームの当事者の方と職員が、実行委員として企画、運営に参画しました。

フエスティバルのオープニングでは、障がい者の方々のダンスグループ「スーパーボーイズ」さんによるダンスが披露され、



華麗なダンスを披露されるスーパーボーイズのメンバー



会場は大変盛り上がりました。また、会場では、各施設や団体が、わたあめ屋、くじ引き屋、ダーツ屋、など各々出店し、当事者の方々も店員を務められ、それらに並行して、OXクイズ、スタンプラリーも行われました。そしてメインイベントでは、ドキュメンタリー映画『あい』がホールで上映され、閉会となりました。大勢の方が参加され、一日とても賑やかで盛り沢山なイベントとなり、フエスティバルのテーマや目的が達成できたのではないかと思います。

当院は今後も、このような精神保健福祉の啓発啓蒙のイベントに積極的に参画、参加してまいります。



学んで活かそう 和食のマナー In テイケア

精神科デイケアでは、品よく食事をすることをテーマに、対人技能の学習会を開催しました。その際、メンバーの皆さんから「食事のマナーを身につけたい」と、希望が出されました。そこで図書館からマナーに関する本数冊を取り寄せ、お箸の使い方お椀の持ち方蕎麦の食べ方などの作法を学びあうプログラムを全3回実施。初めて知る事もあり、何気なくやっていた動作が不作法であることにも気づかされました。

講座の総仕上げには、王滝で食事会を開きました。大きなお膳に載せられた焼き魚や豆腐・蕎麦などを堪能。自分も周りの人も、お互いに楽しく食事をすることの大切さを改めて感じる機会となりました。今後もデイケアでは、マナー講座を定期的で開催し、メンバーの皆さんの社会参加への一助になれば、と思います。

外来 医師担当表

平成 29年 10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 みつなり 五味洵 満徳 医師	休 診	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	ごみぶち みつなり 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	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。



～ 編集後記 ～

豊科病院広報誌『雪がた』第50号をお届けしました。お読みになっていかがでしたか？今年の「中秋の名月」は10月4日でしたが、皆さんはご覧になりましたか？このところ、朝晩の寒暖差が激しく体調を崩しやすい時季となっていますので、体調管理にはくれぐれもお気を付け下さい。山々の木々には紅葉が目立ちはじめ、安曇野に冬を告げる風物詩の「白鳥」も、ようやく北海道に飛来しはじめたようで、季節の移り変わりを感じる今日このごろです。

※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できます。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。)