

おあしす



特定医療法人 南山会

親切 安心 信頼

峡西病院・峡西老人保健センター・きづな
・アルプス訪問看護ステーション

2017 7

第31巻7号
(通巻359号)



哺乳類の中で顔に対する瞳の大きさの比率が一番大きいのが猫だそうだ。猫の一番の魅力はその大きくて神秘的ともいえる美しい瞳である。写真の猫は透き通った宝石のような水色の瞳をしている。猫の瞳の色は虹彩（黒目のまわり、人間の白眼の部分）に含まれるメラニン色素の量によって決められる。虹彩に含まれる色素が少量の場合には色素の色が現れず、少量の色素が長い波長の光（赤系色）をすべて吸収してしまった結果、残った青系色だけが人間の瞳にとらえられる。これは地球の大気が青と緑の波長を散乱し、空がその混合色である水色になるのと同じ現象である。つまり猫の透き通った美しい瞳の色は、澄んだ青空と同じ原理で成り立っているということだ。写真は信州塩田平・前山寺の三重塔（国の重要文化財）を囲む木柵の上を歩む猫。



峡西病院の理念

「その人らしさ100%」

峡西病院の方針

1
説明と納得の
医療

2
多職種の連携

3
「ここちよさ」の追求

4
社会参加の推進

きがる館新規OPEN!



5月22日に地域活動支援センター
きがる館が移転しました。

以前から利用して下さっているメン
バーからは、「前のところより明
るくなった」「畳の部屋が広くていい
ね」「トイレの数が増えて嬉しい」な
どの声が聞かれております。

駐車場から1〜2分歩きますが、
それもちよつとしたお散歩だと思え
ば楽しい気分です。

引き続き、仲間や地域との交流や
当事者活動、イベントなどを通じ

て、地域で生活されている障害をお
持ちの方たちが安心して充実した生
活が送れるようにお手伝いをしてい
きたいと思っております。

興味のある
方は是非、一
度足を運んで
みてください。
メンバー・ス
タッフ一同、
皆さまのご利
用を心よりお
待ちしており
ます。



外観



フロア

新住所 〒400-0222
南アルプス市飯野2842-1
TEL 055-282-4004
FAX 055-282-4845



和室

一日看護師体験



一日看護師体験が6月6日に行われ、巨摩高校の学生さん10名が参加し
てくれました。

午前中は各病棟に分かれてオリエンテーションを受けた後、血圧測定や
体温測定を行う体験をした後、午後からは作業療法室にて風船バレー大会
に参加しました。学生さんの感想を紹介いたします。

精神科で少し怖いイメージだったけど、全然そんなことがなくて、患者さんもあいさつしたら返してくれたり、血圧けんさも快く受け入れてもらえて本当にたくさんの貴重な体験ができました。ふうせんバレーやぬり絵でも患者さんとふれあえてとても楽しかったです。

私たちは患者さんと何を話せばいいかわからなかったりして、無言になってしまったけど、高島さんは気軽に話題を出していたので私も気軽に患者さんに話題をふって話せるようになりたいと思います。

この看護体験をしてみて、よりいっそう看護師になりたいと思いました。

初めて精神科ということにふれて、イメージが変わりました。患者さんも自分の個性をしっかり持っていて、いっしょに話しててすごく楽しかったです。精神科だからと言って特別なあつかいをあまりせず自分たちと同じような態度で面と向かって話している体験となりました。ありがとうございました😊

学生さんたちの感想を拝読し職員一同、感動いたしました。こちらこそ
ありがとうございました。

平成28年度 目標管理発表会

最優秀賞

- 「就労ツアー」プログラムを立ち上げ、
就労意欲の向上、選択肢を拡大する
八木澤ひかり（フレンズ）
- 患者さん一人一人に合ったオムツを選択し、
オムツの使用量を10%減らす
保坂みゆき（リスタート病棟）

敢闘賞

- 定期的にレクリエーションを行い、
充実した入院生活を送ることができる
小林朋弘（アスピール病棟）
- 個人回想法の関わりをまとめ、
日精看で発表する
慶野進（リスタート病棟）
- 訪問看護サマリーを作成し情報共有する
竹芝由美（訪問看護ステーション）

技能賞

- モチベーション向上によりOT参加を増やす
佐藤和加子（作業療法）
- 障害者の就職合同面接会を開催する
和泉和仁（きづな）
- 認知リハビリテーションの導入を試みる
河西江里子（アスピール病棟）
岡崎正子（作業療法）

殊勲賞

- 法人の魅力が伝わるHPに作り替える
川口 敦（相談心理）
齋藤由布（相談心理）
清水悠司（デイケア）
- 日勤のリーダー業務を介護スタッフが
担当していく体制を作る
立川由美（峡西老人保健センター）
- 急性期病棟看護計画の選択的展開
堀内正善（アスピール病棟）

当法人ではより良い病院・施設づくりのために、職員一人ひとりが一年間の目標を掲げて取り組んでいきます。優秀な成果を上げた人は、年に一度の「目標管理発表会」で前年度の取り組みを発表します。

今年の「目標管理発表会」は去る6月7日に開催されました。今年は各所属長からの推薦者が30名と多く選抜も大接戦でしたが、その中から11組（14名）が発表者として選ばれました。

患者様の楽しみの充実、業務の質の向上や効率化、コスト削減など、様々な視点から掲げられた目標はどれもレベルが高く、審査は難航しました。選考の結果、取り組み姿勢の優れたものに「敢闘賞」、取り組みの技法や目標の斬新さが優れたものに「技能賞」、成果や貢献度の優れたものに「殊勲賞」が贈られました。全てにおいて優秀だったものには「最優秀賞」が授与されました。

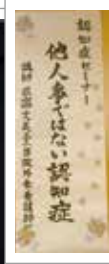
今年の目標管理発表会には、医学書院「精神看護」編集部の方が取材に来てくださいました。当法人の取り組みを高く評価してくださり、今回の発表テーマのいくつかについては、再度取材と記事投稿をしていただける予定になっています。

おあしすでも、来月号から各受賞者の取り組みなど目標とその成果を順次掲載していきます。

平成28年度 目標管理発表会



第1回 地域ふれあい祭り



6月10日(土) 第1回地域ふれあい祭りが開催されました。「地域の方に南山会のことを少しでも知っていただきたい」「地域で暮らす南山会の利用者さまと交流のある方々にお礼の気持ちも伝えたい」などの思いから、今回実行委員会を作り、武富外来看護師の認知症セミナー「他人事ではない認知症」を中心にピアノ演奏会、アロマ体験、「看護相談」「福祉用具展示」「オムツの相談」「食べ物色々相談」「お薬相談」「福祉介護保険相談」などなどの相談会も行いました。地域の方や老健・OT・病院の利用者さまご家族など27名の方に足を運んでいただきました。「セミナーの話がわかりやすかった」「色々な職種の人達が力をあわせてやっている感じが伝わり好感が持てた」「もっと早くから広報して大勢の人に来てもらわないともったいない」「お土産が沢山あって嬉しい」などの感想を頂きました。広報の方法など工夫してまた開催できるよう頑張りたいと思います。



OT だより

山梨県スポーツレクリエーション大会



6月9日(金)小瀬スポーツ公園体育館にてスポーツレクリエーション大会が行われました。のんびりとした雰囲気の中、恒例の運動会競技を皆で楽しみました。栄養課で作ってくれたポリウムのある美味しいお弁当で力をつけ、最後までがんばって来ました。

デイケア Channel チャンネル



今月のデイケア活動紹介

＜プログラム名＞ 木曜フリープログラム

＜活動日＞ 木曜日 月1回

＜活動内容＞

月に一度の「フリープログラム計画会議」でのメンバー中心の話し合いをもとに、活動内容を決定し、実施します。

一日かけての外出や、室内でのレクリエーションなど、参加者同士の交流、生活の中での楽しみなど、メンバーから提案される様々な目的のもと活動を行っています。

5月は、外出は芝桜を見に本栖湖へ！室内では「どでかプリン」作りと風船バレーを行いました！

＜参加者の声＞

●楽しいです。外出はお金がかかるけど、月1回だから楽しみにしています。

●室内の活動は色々作って食べるのが楽しい。「もぐらたたき」が楽しかった。

＜問い合わせ＞

興味がある方や参加希望の方はお近くのスタッフまでお知らせください。その後デイケアスタッフがご案内致します。



ろうけん Times★

6月になり梅雨入りの発表もありましたが、雨も降らず晴天が続き、暑い日もあります。それでもあじさいはきれいに咲いてます。6月の晴れた日にあじさいを見にドライブしてきました。



1Fではイオンのあじさいを見に行きました。今度はイオンでご飯でも食べたいと皆、口々に言っていました。2FもDCもラザウォークでご飯を食べてきました。



健康情報コーナー

えんげ
嚥下について

今回は、^{えんげ}嚥下について、作業療法室の佐藤さんにお聞きました。

Q. 「嚥下」とは？

食物を口から胃まで運ぶ飲み込み運動のことを「嚥下」といいます。

Q. その機能が衰えないためには？

首の周りや顔の表情筋、舌の筋肉を動かす運動、緊張をほぐすストレッチ、深呼吸などを行いましょう。

Q. 嚥下機能を維持するためにはどうしたら良いのでしょうか？

そのためには環境が整っていなければなりません。例えば姿勢であったり、雰囲気であったり、一番重要な口の中が清潔であったりと。これらを改善するために、歯磨きやうがいを行い、口の中を清潔にすることが大切です。

Q. 自分で出来る手軽な方法がありますか？

笑ったり・歌を歌ったり・早口言葉を言う事で、表情筋を鍛える事が出来ます。食物が口に入った後歯磨きが出来ないときは、お茶やお水で口の中をゆすぎましょう。

Q. 食事を美味しく食べることは・・・

栄養を取る事以外にも「脳への刺激」「唾液の分泌による殺菌作用や粘膜の保護（感染症予防）」「楽しみ・ストレス発散」など心と体の健康を保ち、人生を豊かなものにしてくれます。

嚥下機能の改善により、食生活の向上や心と体の健康維持・若返りも期待できるのです。

また美味しいものを食べた時って、食べているときも幸せ。食べた後からも思い出となって心に残りますよね！

◆出身地：岐阜県
◆好きな食べ物：甘いもの
◆好きな有名人：
木村拓哉、竹野内豊



高橋 尚美
看護師
(リスタート病棟)

◆出身地：南アルプス市
◆好きな場所：
デイズニーパーク
◆好きな有名人：
関ジャニ∞



伊藤 佐和子
調理員
(栄養グループ)

新
入
社
員
紹
介

特定医療法人南山会は常によりよい医療を行うことによって、地域社会に貢献することを目的として設立されたものである。職員は常に技術の向上に心掛けるとともに、知性を磨き品性を養い、自己の人間形成に努めるべきである。

■ 臨床倫理

1. 精神障害者を扱う医療機関として、患者様の人格尊重や意思の尊重、自己決定権の尊重を最大限配慮した医療を展開いたします。
2. 患者様の機能的状態や病状に対する説明、診療内容、必要な事項の説明を、わかりやすく丁寧に行います。
3. 当院での医療が納得して受けいられるように、患者様が他医療機関でセカンド・オピニオンを求める機会を支援いたします。
4. 当院での医療にとどまらず、かかりつけ医療機関・福祉介護施設・障害者社会復帰施設などとの連携を深めて、患者様の生活の場を重視した医療とケアを目指します。

日常の倫理的問題に適切・迅速に対処するため、職業倫理・臨床倫理に関する検討を定期的に行います。

万華鏡

小学校のクラス会開催の通知が7年ぶりに届きました。私はすぐに出席の欄に○をして返信しました。毎回、出席する人が多かったのですが人数がだんだん減り、今回は何人集まるのかと不安でしたが楽しみにしていました。

私の通った小学校の同級生は36名。1年生から1クラスだけだったため、クラス替えもなく変わり映えはしなかったけれど気の知れた仲間たちでした。ノートのクラスを書く欄に2組と書くのが当時の夢だった

なあと思い出しました。1年生から4年生まではベテランの女の先生が担任で、5年生のときに初めて男の先生になりました。大学を卒業したばかりの新米先生で、私たちとは年の差が12才、お兄さんのような先生でした。その先生が出席するということになり、会えるのを楽しみにしていました。でも久しぶりに集まったメンバーは11人。内、女性3名。ちょっと寂しい感じでした。ちょっと白髪がめだつ男性人の中で先生は同級生のように見えるくらい若く変わらない感じを受けました。近況報告を始めたなら、心筋梗塞を2回もした、がんの治療をした、関節の手術をした、酸素をいつも使っている、など病気の報告ばかりでした。7年前は子供の話がメイ

アスピール病棟 入倉一美

「あなたの趣味は何ですか？」聞くことも聞かれることも意外と多いこのフリーズ。実際、聞かれる側になると厄介に思ってしまう。とりあえず、長年続けていた水泳をあげるのが手っ取り早い気がするし、周囲の人からも「趣味は水泳でしょ？」なんて助言を頂くことがある。確かに、12年間習い今も月2回程市民プールに泳ぎに行く。しかし、自分の中では趣味が水泳といってもピンツと来ないのである。マイルールを決めがちな私は毎回1700m、同じメニューを同じ時間内でこなす。つまりルールから外れる時は不調を示し、一種心身のバロメーターになっている。また、黙々と泳ぐ私

私の趣味

に「高齢のスイマーが話しかけてくださり、お褒めの言葉を頂戴する事が自分の気を良くさせていることに気づく。そして、年1回県の体育大会に出場すると、加齢と体力・練習不足を実感したりもする。話は変わってしまうが、最近手に取った本の中でこんな文章に出会った。「趣味とは向上の苦しみに伴うもの。娯楽とは向上の苦しみがないもの」と。妙に納得。水泳は今の私にとっては娯楽として捉えた方がすっきりするのだろう。そんな違和感を解消してくれたおあしすの「私の趣味」のコーナーに感謝します。

アスピール病棟 村松 藍

こちら編集室

あつという間に今年も半年が経ってしまいました。

6月・・・『梅雨』の季節です。私は、この時期が1番嫌いです(笑)『梅雨』が明けてからの青々とした山を見るのが好きなので、早く『梅雨』明けして欲しい。

そうそう、職員駐車場に3匹の子猫がダンボールの中に放置されていました。

3匹とも保護してあげたかったんですが、1匹だけ家に連れて帰りました。真っ黒な子猫で病院に連れていき、生後1ヶ月の男の子。本当にかわいい！

名前は『ネス』とつけました(笑)最初は『ジジ』『大和』にしようと思っていたんですが、色々とおんなで悩み『ネス』になりました。人懐っこくて、いたずらっ子、まだまだ甘えん坊で、皆にかわいがってもらって、元気に走り回っています。

毎日、癒されています(笑)

ずっと気になっていた、2匹の子達も保護してくれたことを聞き、安心しました。兄妹仲良く元気に育って欲しいです！

【あ】

素敵な詩集が発行されました！

著者渡辺奈美子さんの詩集「私の描いた形」が、6月1日に発行されました。

この詩集は、昨年（28年度）の障害者文化展に1冊の作品集を出展したところ、審査員長の山梨県障害者福祉協会竹内正直理事長が、「たいへん共感と感銘を受けた」「この才能を忘れられては困る」と考えてくださり、別の2冊とあわせ、41篇に精選し、虹の詩文庫第一号詩集として、山梨県障害者社会参加推進センターの志村様の協力を得て、発行されました。この発行を嬉しく思い、感謝しております。

多くの皆様に、この詩集を読んでもういただけたいと思います。



今月の予定

7月

5日 セタゲーム大会
15日 オレオハワイアンズ
20日 アコーディオンコンサート



おあしす広場

今月もおあしすに素敵な作品が寄せられました。

風の吹く ゆれゆれ木々よ 緑さす

今福 和人

薫風に目ざめてみると紫蘭かな

阪本みずほ

薫風や村に昼餉のチャイム鳴る

塚原 光明

庭の木のそばで花火を上げるかな

忍冬

暑い日は 泳げや泳げ 海びらき

渡辺 あき

※掲載は五十音順です。

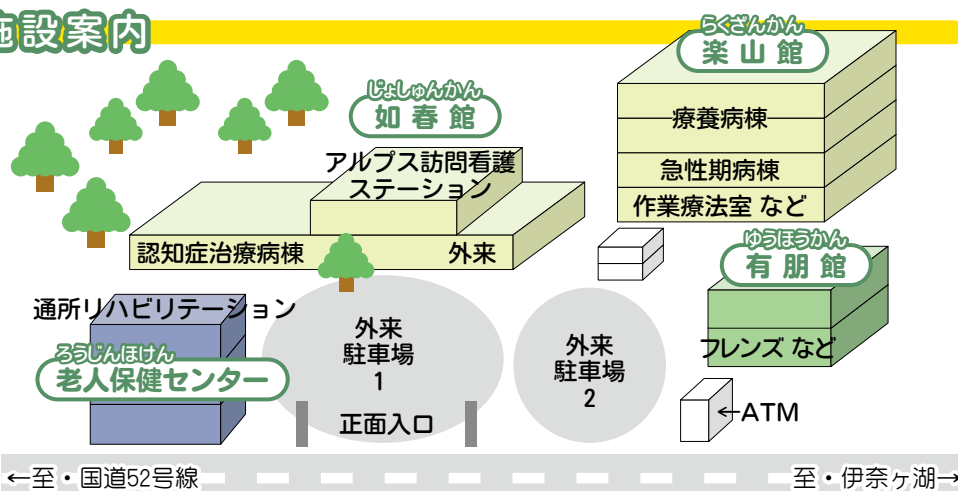
南山会 夏祭り

8月26日(土)

どなたでもご参加いただけます！
お気軽にお越しください！



施設案内



交通案内

- JR中央線
甲府駅より車で40分
- JR身延線
東花輪駅より車で15分
- 中央高速
甲府昭和ICより車で30分
- 中部横断道
南アルプスICより車で5分
- 山交バス
甲府ー南アルプス市甲西支所行き
(十五所経由) 鵜沢営業所行き
(西野経由) 鵜沢営業所行き
小笠原下仲町バス停徒歩5分

月刊おあしす第359号 1987/9/5創刊

発行所

〒400-0405 山梨県南アルプス市下宮地421
TEL 055-282-2151 FAX 055-284-4886
URL <http://www.nan-zan.or.jp>

特定医療法人 南山会

* 広報委員会 *

若杉 雄司、齋藤 由布、坂本 幸廣、近藤 忠彦
埜村 麻美、佐藤和加子、高根 綾、櫻井 千恵

次回360号も
お楽しみに！

印刷：株式会社 山扇印刷