

# 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

2020

8

第34巻8号  
(通巻396号)



このコロナ禍真っ最中に、病院内に喫茶店をオープンしました。このようなときに飲食店開店などとは？と思う方もあろうかと思いますが、このような時にこそ少し立ち止まって何かを感じるのもよいのではないかと思います。そんな場所に利用していただけるよう、喫茶Tenjikuは、やさしさをそれも究極にシンプルに考えます。ということで、喫茶Tenjiku のやさしさについてまず「体にやさしい」：食材は大事です。五臓に負担をかけないものは、身体を自然な状態に保つことができ、身体からのサインもキャッチしやすくなる。次に「心にやさしい」：やさしい食は、やさしい心を育て、気持ちも穏やかに整えてくれる。そして「環境にやさしい」：自然や命に対してやさしくなれると、自ずとなすべきことを考えられるようになる。皆様 お近くにおいでの際は、ぜひお立ち寄り下さい。



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

# 喫茶 “Tenjiku” OPEN!!

6月24日、峡西病院有朋館1階にオープンしました。喫茶Tenjikuのこだわりの一部を紹介致します。

食材は契約農家からの朝取り野菜等を中心に、自家栽培によるハーブ類を主にメインメニューを考えており、同時に、野菜等は併設されております売店で、販売もしております。

また、店内は、少しだけ古いヨーロッパの雰囲気を出せるように、伊、英、仏などの家具やファブリックなどもそろえました。

そして、何よりも病院の職員の温かすぎるかわりが随所に感じられる空間になっております。

喫茶店主 小林さん



## 試食会の様子



### ◆◆◆ 駐車場のご案内 ◆◆◆

外来駐車場をご利用ください。10時～15時は、夜勤車用駐車場（如春館裏）もご利用いただけます。

### ◆◆◆ 営業時間 ◆◆◆

平日 8:30～17:30  
土曜 8:30～12:30

\*日曜・祝日はお休みさせていただきます

### ◆◆◆ お問い合わせ ◆◆◆

TEL・FAX 055-284-4825

### ◆◆◆ おすすめメニュー ◆◆◆

(税込み)

■ サンドウィッチセット …… 500円

サンドウィッチ・スープ・サラダ  
コーヒー

■ ケーキセット …… 400円

チーズケーキ・シフォンケーキ等  
コーヒー

■ コーヒー …… 150円～

# 令和元年度 目標管理発表会



など伝える必要があると考えます。これらのことを作業や面接を通して伝えるには限界を感じ、学習会を立ち上げました。また、就労継続支援B型の利用を通し半年以上、一般就労を継続することができた利用者さんがいた場合、事業所に支払われる報酬に加算が付くことも学習会を立ち上げた理由のひとつです。

### 目標

一般就労に向けた学習会を就労事業所と協働して実施する。

### 理由

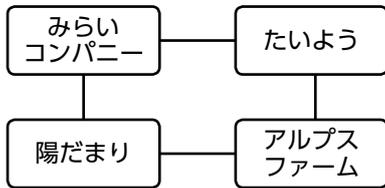
アルプスファームへ異動になった際、一般就労を目指している利用者さんがいました。そこでアルプスファームで応援できることを考えました。例えば

- ① 予定通りに利用ができていのか評価する。
  - ② 作業の物覚えはどうか、指示通りに動けるのか評価する。
  - ③ 人付き合い、人間関係はどうか評価をする。
- 作業を通し評価することはできません。しかし、就職にあたっては他にも
- ① 社会人としてのマナー
  - ② 就職に役立つ情報や制度
  - ③ 体調管理

### 学習会実施に向け大切にしたいこと

① 地域の就労事業所と協働して実施をする。

### 4事業所と協働



複数の就労事業所と協働することで各事業所の得意なこと、ネットワークを活かすことができる。

- ② アンケートを取りながら参加者のニーズを踏まえて学習会を企画・実施する
- ③ 来年度も継続して実施する

### 学習会の実施

これらのことを踏まえ4回学習会を実施しました。



地域の社会資源として定着させたい。必要とする人が使える資源としたい。

### 講義①

社会人としてのマナーを学ぶ

◇ 講師 ジット株式会社  
この講義では就職活動の際の身だしなみや挨拶、マナー、採用試験を意識した模擬面接を行いました。



ジット株式会社にて

### 講義②

ストレス対処について学ぶ

◇ 講師 峡西病院  
ストレスについて学び、不調のサイン、ストレスに対して何ができるのか話し合いを行いました。

### 講義③

就職に役立つ情報を学ぶ

◇ 講師 就業・生活支援センター 陽だまり  
就職先の探し方、ナビゲーションブックを活用して会社に配慮して欲しいことをまとめました。

### 講義④

企業が求める人材・就職者の体験談を聞く

◇ 講師 株式会社 NSD  
会社が求める人材、就職までに身に付けて欲しいこと、就職に至るまでの体験談等を聞きました。

### まとめ

・ 一般就労は遠い存在ではないと感じました。  
・ 自分のやってみたい仕事を見学したいなど参加者の反応があり就職に向けた気持ちや、さらに学びたいとの気持ちが高まりました。  
・ 今年度はコロナウイルスの影響で実施がまだ出来ていませんが、落着き次第、対象者を拡げ、実施することを考えています。

# 精神科リハビリテーションセンター

今回はデイケアの中で、リハビリメニューがどのような予定で組まれているのかを紹介します

峡西病院 精神科リハビリテーションセンター デイケア「フレンズ」  
月間プログラム (2020年7月) 生活充実型:HR 1

| 曜日 | 月    | 火                  | 水               | 木             | 金             | 土             |
|----|------|--------------------|-----------------|---------------|---------------|---------------|
| 日付 | 6    | 7                  | 8               | 9             | 10            | 11            |
| AM | HR1  |                    | フィットネス&DVD体操    | ウォーキング&軽スポーツ  | スポーツP         | フィットネス&DVD体操  |
|    | サークル |                    | エンジョイP(ちきり給)    | 定期面接          | 育てるP(園芸)      | レクリエーションプログラム |
| PM | HR1  |                    | ハッピープログラム(WRAP) | 創作活動          | 卓球(コーチ)       | 定期面接          |
|    | サークル |                    | リラクゼーションプログラム   | 自主企画P(文化/芸術)  | 自主企画P(DC行事)   | サークル活動        |
| AM | HR1  | スマイルプログラム(運動・認知リハ) | ウォーキング&軽スポーツ    | フィットネス&DVD体操  | ウォーキング&軽スポーツ  | スポーツP         |
|    | サークル | 定期面接               | 女性限定プログラム       | エンジョイP(ちきり給)  | お悩み相談         | 育てるP(園芸)      |
| PM | HR1  | チャレンジクッキング         | 公共/交通機関を学ぶ      | ドリームクッキング(企画) | 創作活動          | 週末の過ごし方(企画)   |
|    | サークル | フレンズG・うめG(自主企画P)   |                 | 月イチプログラム(企画)  | 暮らしサポートショッピング | サークル活動        |
| AM | HR1  | スマイルプログラム(運動・認知リハ) | ウォーキング&軽スポーツ    | フィットネス&DVD体操  | ウォーキング&軽スポーツ  | スポーツP         |
|    | サークル | レクリエーションプログラム      | 定期面接            | 定期面接          | 社会参加P         | 育てるP(園芸)      |
| PM | HR1  | チャレンジクッキング         | 企画型研修           | 病院イベント        | 創作活動          | 簡単レシビ         |
|    | サークル | フレンズG・うめG(自主企画P)   | 健康講座            | リラクゼーションプログラム | 自主企画P(文化/芸術)  | 自主企画P(DC行事)   |
| AM | HR1  | スマイルプログラム(運動・認知リハ) | ウォーキング&軽スポーツ    | フィットネス&DVD体操  | ウォーキング&軽スポーツ  | スポーツP         |
|    | サークル | レクリエーションプログラム      | SST             | ドリームクッキング(実行) |               | フィットネス&DVD体操  |
| PM | HR1  | チャレンジクッキング         | ドリームプロジェクト      | ドリームクッキング(実行) |               | 週末の過ごし方(実行)   |
|    | サークル | フレンズG・うめG(自主企画P)   | 情報/社会資源を学ぶ      |               |               | サークル活動        |



生活充実型プログラム

目標志向型・復職準備型プログラム

| 月  | 火    | 水                  | 木            | 金             | 土            |             |
|----|------|--------------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| 日付 | 13   | 14                 | 15           | 16            | 17           |             |
| AM | HR1  | スマイルプログラム(運動・認知リハ) | ウォーキング&軽スポーツ | フィットネス&DVD体操  | ウォーキング&軽スポーツ | スポーツP       |
|    | サークル | レクリエーションプログラム      | 定期面接         | 定期面接          | 社会参加P        | 育てるP(園芸)    |
| PM | HR1  | チャレンジクッキング         | 企画型研修        | 病院イベント        | 創作活動         | 簡単レシビ       |
|    | サークル | フレンズG・うめG(自主企画P)   | 健康講座         | リラクゼーションプログラム | 自主企画P(文化/芸術) | 自主企画P(DC行事) |
| AM | HR1  | スマイルプログラム(運動・認知リハ) | ウォーキング&軽スポーツ | フィットネス&DVD体操  | ウォーキング&軽スポーツ | スポーツP       |
|    | サークル | レクリエーションプログラム      | 心理教育(暮らし)    | エンジョイP        | 月イチプログラム(実行) | 定期面接        |
| PM | HR1  | チャレンジクッキング         | 企画型研修        | 病院イベント        | 創作活動         | 外部講師P       |
|    | サークル | フレンズG・うめG(自主企画P)   | ライフプランを考える   | リラクゼーションプログラム | 月イチプログラム(実行) | リハビリ紹介      |
| AM | HR1  | スマイルプログラム(運動・認知リハ) | ウォーキング&軽スポーツ | フィットネス&DVD体操  | ウォーキング&軽スポーツ | スポーツP       |
|    | サークル | レクリエーションプログラム      | 心理教育(暮らし)    | エンジョイP        | 月イチプログラム(実行) | 定期面接        |
| PM | HR1  | チャレンジクッキング         | 企画型研修        | 病院イベント        | 創作活動         | 外部講師P       |
|    | サークル | フレンズG・うめG(自主企画P)   | ライフプランを考える   | リラクゼーションプログラム | 月イチプログラム(実行) | リハビリ紹介      |

プログラム内容は

- ・ デイケア利用者の目標に応じて、グループで行うさまざまな活動、プログラムを用意しております。
- ・ 利用者の夢や希望についてお手伝いできるよう準備しております。
- ・ 状況や状態に応じて個別の課題を組み立てていくこともできます。

\* デイケアでは利用されているひとりひとりがその人らしく暮らせるように応援しています。  
 \* 次回より実際に行っているプログラムの内容を紹介します。  
 \* デイケアの月間プログラムは、峡西病院ホームページの「精神科デイケア」の中で見ることができます。

興味のある方、見学や利用をお考えの方は、スタッフまで気軽にご相談ください。

☎ 055-282-2151

# ろうけん Times ★

オレンジ広場にてベビーカステラやお好み焼きを作り美味しく頂きました。



# 新 入 社 員 紹 介

## 樋川 元気

- 職種：事務
- 所属：関西老健
- ◆好きな食べ物…甘いもの
- ◆好きな色…黒
- ◆好きな場所…家のベランダ

## 樋口 美和

- 職種：看護師
- 所属：関西老健（1階）
- ◆出身地…山梨県甲斐市
- ◆好きな有名人…ケツメイシ
- ◆好きな言葉…年中夢球

## 早川 夕佳

- 職種：介護福祉士
- 所属：関西老健（1階）
- ◆出身地…静岡県
- ◆趣味…読書・音楽鑑賞
- ◆好きな場所…自分の家

## 渡邊 香

- 職種：介護福祉士
- 所属：関西老健（2階）
- ◆趣味…方向音痴ですがドライブ
- ◆好きな食べ物…チョコレートとコーヒー
- ◆好きな有名人…ラグビーの稲垣啓太

## 渡辺 敏夫

- 職種：介護福祉士
- 所属：関西老健（2階）
- ◆出身地…南アルプス市（八田地区）
- ◆好きな食べ物…牛・豚・鳥肉
- ◆好きな場所…家

## 相川 美保

- 職種：調理員
- 所属：栄養グループ
- ◆出身地…山梨県
- ◆座右の銘…笑う門には福来る
- ◆好きな言葉…笑顔

## 鶴田 陽子

- 職種：調理員
- 所属：栄養グループ
- ◆趣味…サッカー観戦
- ◆好きな食べ物…お寿司
- ◆好きな色…黒

## 千塚 みつ江

- 職種：調理員
- 所属：栄養グループ
- ◆趣味…音楽鑑賞
- ◆好きな食べ物…ピザ
- ◆好きな言葉…温故知新

## 三村 ちる子

- 職種：調理員
- 所属：栄養グループ
- ◆趣味…書道・水墨画
- ◆座右の銘…一期一会
- ◆好きな場所…春は桜吹雪・秋は赤トンボ・夏の木陰・ワンちゃんと行く散歩道

## 名取 松枝

- 職種：調理員
- 所属：栄養グループ
- ◆趣味…御朱印収集・日舞
- ◆特技…着物の着付
- ◆好きな言葉…なせば成るなさねば成らぬ何事も

## 内田 ひとみ

- 職種：調理員
- 所属：栄養グループ
- ◆趣味…ドライブ・旅行
- ◆好きな食べ物…焼肉
- ◆好きな有名人…詩人 相田みつを

## 渡辺 清美

- 職種：調理員
- 所属：栄養グループ
- ◆出身地…身延町
- ◆趣味…園芸
- ◆好きな食べ物…チョコレート

私の憧れの女性靴師保さんがコラムを書き始めたのを見て、文章を書いてみたいなあと思っていたところこの「私の趣味」の原稿依頼を頂きました。なんてタイミングなのでしょう。運命的なものを感じてしまいました。

自他共に認めるオタクの私。趣味は色々あります。音楽が好きでライブに行くのも好きだし、ディズニーが大好きなのでディズニーに行ったり、色んな所へ旅行に行ったりすることも好きだし、ガーデニングという高尚なものではないのですが、DIYすることが好きで庭を掘り起こしては人工芝を植えこんだりコンクリートを練って石畳を作ったり、ひたすら砂利を運んで撒いたり…と多趣味？というか興味を持つとトコトンやっ

## 私の趣味

てしまう性格なんだと思います。このコロナ禍においては、なかなかさういったアクティブな趣味を実行することが出来ずに悶々とした日々を送っているのですが、最近娘の始めた「あつ森」というゲームを見てるのが楽しいです。見ているだけなので何をやっているのかはさっぱり分からないのですが、色々採取したりDIYしたりして自分の理想の島を作っていくのだそう。「出来たー」とニコニコしている娘を見ているだけで楽しい気持ちになって思わずハイタッチしてしまう事も(笑)。そろそろ色々なことが出来る年齢になってきたので、そのうち実際のDIYも体験させてあげたいですね。

ブリ工病棟 間邊佳央里

# 万華鏡

皆さん奈良にある「東大寺」に行ったことはありませんか。世界遺産のどっかい大仏さんがいる「東大寺」です。なぜか私は大人になってからこの東大寺大仏殿を眺めに行くのが好きなんです。歴史的エピソードに事欠かない東大寺ですが、そんなことが理由ではありません。石段に座って考え込むのです、しかも真剣に「瓦は何枚のつてるぞら、人間が担いで運ぶぞらか」「このでかい柱はどうやって立てるぞら」と考え

ていくのが楽しいのです。数字にこそしませんがそんなことを止めどもなく考えるのです。で、結局何から始めればこの大きな建造物が出るのであろうと行きつづけます。官立寺院ですから天皇の詔があり開始されたものですが、誰もが思ったのではないのでしょうか。「なぜに、ここまで大きなものを」と。発掘や文献調査より創建当時の大仏殿は今の規模で、多くの堂塔伽藍が建っていたそう。人もお金も物資も膨大な数字になることは計画段階からわかっていたでしょう。しかしそれを行うだけの価値を見出し、人々を納得させるだけのコンセプトがあったのだと想像します。文献には世情不安に疫病、まさに混沌とした時代背景が当時先進的な思想であった仏法に救いを求めたのだとあります。1200年以上が経過した現在でも

大きなプロジェクトを行おうとするとき、この「コンセプト」をしつかりと構築していきます。現に峡西老健では地域の施設として、リハビリを行う施設としてのコンセプトを再構築し、具現化していく過程にあります。多くに苦慮し葛藤しながらそれでも「前へ」と気持ちを鼓舞し進んでいきます。結果と思える日まで右往左往もがいていきます。

最後に奈良の観光雑誌には必ず東大寺は掲載されています。ですが東大寺は観光地ではありません。先人達が鎮護国家を願い、艱難辛苦の末に建立した仏法大道場です。どうか足を運ばれた際には先人に思いを馳せ、手を合わせる事をお忘れなきよう。コロナ禍が鎮まりこの世界を護り給う事を乞い願ひ上げます。

峡西老人保健センター 矢崎 勝也

## こちら編集室

家の中にいければ熱中症にはならない!と思っていまいませんか? 近年では室内での熱中症の発生が増えています。特に高齢者の熱中症患者の6割が室内で発生しています。熱中症にならないためにどんなことに注意すればいいのでしょうか?

熱中症は体の中に熱がこもってしまふことで発症します。高温多湿な環境で発症しますが個人差があり、小さな子供は水分を失いやすく、高齢者は喉の渇きを感じにくい為に熱中症になりやすいと言われています。熱中症予防の中で特に重要なことは①暑さを避けること②水分を摂ること③扇風機やエアコンを活用し、外出時には長時間直射日光に当たらないようにしましょう。また喉が渇いていなくてもこまめに水分を摂ることが大切です。脱水症状の治療に用いられる経口補水液は簡単に作る事が出来るので調べておくのもいいですね。

身体が疲れていると、熱中症だけでなく夏バテにもつながります。疲労回復効果がある食べ物は、豚肉・うなぎ・鮭・梅干し・柑橘類などです。効果のある食べ物と睡眠を十分に摂って、夏の暑さを乗り切る身体づくりをしましょう。

日本気象協会によると今年の夏の気温は全国的に平年並みかそれより高い予想と発表されています。まだまだ暑い時期が続くので、熱中症対策は忘れずに行いましょう!

(かな)

**今月の予定 8月**

6日  
クリニカルパス委員会  
治療プログラム委員会

17日  
病院機能評価委員会

**今月の一枚**

喫茶 “Tenjiku”

皆様のお越しを  
お待ちしております!



天竺喫茶



Instagramも始めました!  
ぜひご覧ください♪

今月もおあしすに素敵な作品が寄せられました。

**おあしす広場**

汗乾き ジョッキ飲む手も 軽々と 石川 理

散歩道紫陽花の咲く杜の中 石坂 克巳

風鈴や 涙止まりて 句作する 今福 和人

唯一人深夜の居室梅雨最中 大森真知子

小室山あじさい咲くも人はなし カナメ

庭に出て 愛でる桔梗の 美しき 恵 風

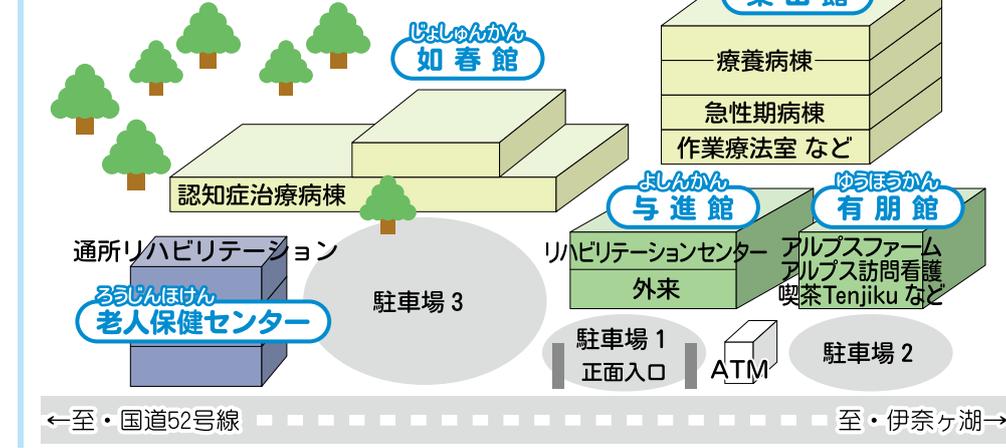
紫陽花の色づく夏の田植えかな 阪本みずほ

君を恋ふ一人静の咲きにけり 羽村 茂

夏の海 波が来た時 サーフインを 渡辺 あき

※掲載は五十音順です。

**施設案内 ※敷地内全面禁煙です**



**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-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