

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

2021

6

第35巻6号
(通巻406号)



この富士山に見覚えがありませんか。心当たりがないという方は財布を開いて、千円札の裏側を見てください。千円札に描かれた富士山は、本栖湖北西岸から岡田紅陽が撮った写真「湖畔の春」を元絵にしています。岡田紅陽は富士に魅せられ、生涯をかけて富士山の写真を撮り続けた写真家です。逆さ富士が見事ですが、めったに現れないとか。現れるのは風の穏やかな5、6月の午前中に限られると聞いて、私も名作をものにしようと出かけたのですが、残念ながら逆さ富士は現れず。千円札は2024年にデザインが変わる予定で、新札の表面は日本の細菌学の父、北里柴三郎に、裏面は葛飾北斎の代表作「富嶽三十六景・神奈川沖浪裏」になります。



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
「こちよさ」の追求

4
社会参加の推進

峡西病院

炊き出し訓練イベント開催



● イベント開催までの経緯

峡西病院防災委員会とレク行事委員会が合同主催し「炊き出し訓練イベント」を開催いたしました。

当院のレク行事委員会は病院行事を企画運営する役割を担っており、当院を利用されている方の「療養生活における楽しみ」につながる活動を提供しております。また、患者様が気軽に関心を持って参加できる内容を企画し運営するとともに、これらの活動に対する反響を次の機会に活かしていくことを大切にしてきました。

一方、全国的な自然災害の経験から、防災意識が高まる中で、当院における被災時の準備に取り組みできたのが防災委員会でした。

この二つの委員会が協働し、当院を利用されている患者様に「災害に



● 内容

イベントでは、当院の非常食試食体験会、防災〇×クイズ、消火器を使った訓練を行いました。

試食会では、当院に備蓄されている非常食のうち、水やお湯だけで作ることができる「白飯」「わかめごはん」に加え、レトルトの「カレー」「豚汁」を用意し、参加者に召し上がっていただきました。白飯は水分量を調整しお粥の提供も行いました。今回は初めての炊き出し訓練ということで、非常食への最初のイメージを持っていただくために、お湯を使い、温めた非常食を提供いたしました。参加者には、非常食に対する感想をいただくためのアンケートも実施いたしました。「味」や「食べやすさ」の項目においては、60%強の方に「おいしい」もしくは「食べやすい」という回答を頂きました。

このことは、両委員会において、非常食が事前の想像よりも好評であったと理解しております。一方で、お湯が使えず水によって調理した場合には、もう少し評価が下がることも想像しました。被災時の食事提供において、他の手段の検討や食事内容の計画に参考にいたします。アンケートへのご回答ありがとうございました。



● イベントを通して

今回の開催によって、さまざまな気づきがありました。簡単に調理できる非常食ですが、皆さまに安全に清潔に提供し、被災時でも安心して食べていただくためには、多くの工夫と協力を要するものであることを学びました。頭の中でいろいろな想像をしてみても、やってみないと分からないこと、やってみたら新たな発見があることを今回のイベントで体験できました。防災委員会、レク行事委員会ともに次回の企画を検討中です。被災時の心の準備への取り組みにご理解いただきまして、次のイベント開催時に再びご参加いただけることを心より願っております。今回のイベントに、ご参加いただきましたすべての方に感謝いたします。ありがとうございました。

レク行事委員会 工藤 伸治

防災への関心を持つきっかけとして、知識、情報を得ることができクイズを行いました。参加者全員に〇×の札によって回答いただきました。全問正解者は2名という難問でしたが、アンケートの自由記述から「防災に関する知識が深まりました」「楽しく学ぶことができました」という感想をいただきました。出題の中から一問だけご紹介いたします。

◆問題 「エレベーターに乗っている時に、地震の揺れを感じたら、すぐに一階のボタンを押す。〇か×か」
(↓正解は左下にあります)

消火器を使った訓練も同会場で行われました。院内のさまざまな場所で見かける「赤い」消火器ですが実際に手に取って使ってみたという方は少ないのではないのでしょうか。いざという時には、病院スタッフのみならず、発生現場にいる方に協力要請する可能性もあります。今回の体験が「自分や仲間を守るため」に役立つことにつながればと思っております。



◆クイズの答え

×(解説:地震発生時エレベーターがどの階の近くにいる、上下どちらに進もうとしているか一瞬で判断することが難しいため、すぐに全部の階を押すことをすすめています)

『高齢者プロジェクト』

が始まります

当法人では、平成元年8月に認知症治療棟『リスタート病棟』を開設しました。平成元年といえば、世間では任天堂からゲーム機のゲームボーイが発売された年で、テトリスが流行していた年。映画では、宮崎アニメの「魔女の宅急便」が、洋画では「インディ・ジョーンズ最後の聖戦」が大ヒットした年でした。

また、平成5年4月には隣接して介護老人保健施設『峡西老人保健センター』を開設しました。その年は、サッカー界ではJリーグが開幕し、ワールドカップにおいては「ドーハの悲劇」の年でした。また現在では当たり前の人々が活用しているインターネットも、この年に国内で初めて郵政省（現在の総務省）が、商業用での利用を認可しました（と、昔を懐かしむようなトーンで書き始めましたが、当時幼稚園児や小学校低学年だった私にはどの出来事ももう覚えており、この記事もインターネットで年ごとの出来事を検索しつつ、ネットの恩恵に深く感謝しながら執筆しています）。

サブカルチャーなども交えて当法人内の施設が開設された年の出来事を振り返ってみましたが、既にどちら

らの施設も開設から長い年月が経ってしまっていることがお分かりいただけるかと思えます。

『リスタート病棟』も『峡西老人保健センター』も開設当時は、高齢者や認知症の方に向けてベストな治療やケアを提供すべく、先達が懸命に考えた末に生まれた建物であったはず。しかし年月が経てば、当然施設は年季が入ります。患者様や利用者様に提供する治療やケアの内容も変化します。それだけでなく、私達の価値観や考え方も変化していきます。

たとえば言葉ひとつにしても、昔認知症は広く一般的に「痴呆」と呼ばれていました。しかし「痴呆」の「痴」も「呆」も、あえて細かい解説はしませんが、侮蔑的な印象や偏見を生みやすい危うい文字です。専門家たちからもそのような指摘があり、結果として平成16年に「痴呆」は「認知症」に刷新され、広く啓発されました。これは、当事者や家族の目線に立つことの大切さに時代が徐々に気付き始める、時代の変化の象徴的な出来事だったのかもしれない。さらにその後、令和元年には

「認知症施策推進大綱」という国家戦略が策定され、その中では「認知症の本人が自らの言葉で語り、認知症になっても希望を持って前を向いて暮らすことができている姿等を積極的に発信していく」と謳われています。つまり、昔はサービスや治療の「受け手」として捉えられがちだった当事者が、主体性を持った普及啓発の「担い手」として期待される。これも時代の変化だと思えます。説明が長くなってしまいました。このように変化し続ける時代の中で数十年前も伸び伸びと私達の行いたい活動ができる建物を再構築するため、また年季の入った建物を建て替えるため、当法人では今年度『高齢者プロジェクト』を立ち上げました。プロジェクトでは、改めて当法人が高齢者、認知症分野でこれまでどのような活動をしてきたのかを再確認するとともに、これまでの活動の枠組みや既成概念にもとらわれな

い「何か」を生み出したいと考えています。まだまだ始動したばかりなので今後の方向性は何もお伝えできないのですが、単に病院や施設の業務を改善したり、新しい建物を建てたりするだけではなく、地域にお住まいの方達に向けても当法人に何ができるのかを考えていきたいと思っております。ご期待ください。

認知症疾患医療センター

川口 敦



クレル病棟のちあきさんが書いてくださいました。

「私の好きな事」

私は中学生の時からB'zの音楽が好きです。最初に良いなと思ったのは、孤独のRunawayでした。刑事ドラマのオープニングでした。そのエンディングの「愛しい人よGood night」も良かったです。母にCDコンボを買ってもらって聴きました。高校生の時の学園祭でB'zを歌った下級生がいました。その時B'zが30年間売上や動員数で国内トップでいてくれたら良いなと思っていたら本当に30年間トップでいてくれています。大ヒットしたのは「太陽のKomachi Angel」だそうです。その後もミリオンヒットです。これからもまだまだ活動して行ってほしいです。FMフジでたまにB'zの曲が流れます。とてもうれしいです。良かったら皆さんに聞いてもらいたいです。

OT・PT だより

グループの名称が変わりました

「作業療法グループ」は、4月から相川理学療法士を迎えて「作業療法・理学療法グループ」にグループ名が変わりました。略称もOTグループからOT・PTグループと言う呼び名になります。PTが理学療法の略です。

今までの精神科作業療法のプログラムに加えて、精神療養病棟にて「疾患別リハビリ」という運動機能の維持向上を目指した理学療法士の関わりが始まっています。その様子も少しずつお知らせしていく事ができたらと思います。よろしくお願ひします。



精神科 デイケアだより

Q & A

* プログラムに参加しない時は どんな時間の使い方をしていますか？

★プログラムの参加は強制ではありません。自分の利用目的に合った過ごし方や、リハビリの計画に沿って、個別活動に取り組んでいる方もおられます。

【例】

- ★他のメンバーとの交流（会話など）
 - ★音楽鑑賞や動画鑑賞
 - ★パソコンを利用した活動
 - ★フィットネスルームでの自主トレ（エアロバイク、ルームランナー、筋トレなど）
 - ★休息
 - ★趣味の活動（読書、資格取得のための勉強など）
- ※ご不明な点がある場合はお問い合わせください。

プログラム紹介

復職準備型プログラム

「認知機能リハビリ」

【活動曜日】 パソコンセッション 火曜午後
言語セッション 木曜午後

【活動場所】 ミーティングルーム3

【活動内容】

認知機能リハビリ専用パソコンソフト「J-Cores」を主に使用し、認知機能（注意力、記憶力、順序立てて考える力など）をトレーニングしていくプログラムです。火曜日はパソコンのセッション。木曜日はゲームを上達するための工夫を話し合ったり、生活や仕事に認知機能がどのように活かされているかを話し合います。2つのプログラムを組み合わせて参加することで、より効果的なリハビリを行うことができます。

・自分の苦手な分野が理解でき、他の方の手法も聞けてとても良かった。
・何回も繰り返し行うことで上達していると感じます。また、話し合う事で気付きも多いです。

スタッフより

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

* ホームページがリニューアルされました。ぜひ、ご覧ください。

関西病院 リハビリのご案内 検索

ろうけん Times ★

こどもの日にちなで、こいのぼり制作しました！
その後は、皆で美味しくたい焼きを食べました。



本の紹介コーナー

今回は、B病棟の中込綾乃さんにおすすめの本を聞きしました！

漫画の題名：ドアD

(作者：山田悠介／出版社：幻冬舎／出版年月日：2009年8月6日)

●読んだきっかけは？

中学生の時に図書室の先生にお勧めを聞き、読みました。その後、私が本を読み始めるきっかけにもなった本です。

●おすすめのポイントは？

ドアDはテニス部に所属する8人がある日突然見知らぬ部屋に拉致され、殺人ゲームを強いられるという内容です。人間の本性が垣間見える展開にハラハラドキドキしながらも、次が気になり中々しおりを挟んで休憩ができなかったことが記憶に残っています。自分だったら、と想像が掻き立てられる言葉の描写を楽しんでいただきたいです！

山田悠介さんはデビュー作であるリアル鬼ごっこを代表とするホラーやミステリーが有名ですが、感動ものやサバイバル系もオススメなので是非読んでみてください。自分次第で未来は変えられるのです。



新入社員紹介

秋山 和美

医療事務(事務グループ)

◆趣味：ヨガ

◆好きな食べ物

…チョコ・お肉・パン

◆好きな有名人

…嵐(櫻井翔)

依田 梨奈

看護師(リスタート病棟)

◆趣味：読書

◆出身地：山梨県甲州市

◆好きな色：赤

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。

長引くコロナ禍で趣味に変化を来たした人も多いのではないのでしょうか。

私も旅行やドライブが以前から大好きで、休みの日には気晴らしドライブやプチ旅行を計画していましたが、最近はおめつきりと出掛ける事も無くなりました。料理も好きですが、ここまでは「またご飯の支度か…」と嫌気がさしてしまいます。

こんなご時世でも密を避け気軽に計画でき楽しめる趣味が山登りです。と言っても、私はすぐにへこたれる軟弱登山者。道中のおやつタイムと頂上で美味しいご飯を食べるのが一番の目的なので、ハイキングやピクニックと

私の趣味

言った方が正しいでしょうか。子供たちも成長し体力もついてきたので、最近は親子登山を楽しんでいます。

五月の連休には、北杜市白州の日向山に行つて来ました。山頂は花崗岩でできた白砂が一面に広がっており、「天空のビーチ」と言われるだけあって、まさに絶景でした！普段ゲームやネット三昧の子供たちも、最高の眺望にたっぷりの開放感を味わっていました。

県境をまたいでの外出がなかなか難しい今だからこそ、地元山梨の自然を思う存分楽しみたいと思います。夢は、親子で山梨百名山制覇！

外来グループ 小堀さつき

万華鏡

私の長女は小学1年の5月からずっとバレーボールを頑張ってきた。友達から誘われたのがきっかけだ。長女はその気になりスポーツ少年団に入団した。夕方から21時まで週3回、週末は朝も早くから県外遠征か一日練習や練習試合。毎回厳しい練習に耐えて頑張ってきた。

私はスポ少の練習や遠征にほぼついて行き、子供のバレーをみてきた。長女の学年は5人いる。時には言い合つて泣いたり、泣かしたりもしたが、つらい時、必ず傍

にいて支えてくれた。今ではとてもいい関係だ。

そしてそれは、子供達だけではない。保護者、特に母親5人組。本当に信頼できる大人になってからの友達。そして戦友である。

もちろん、母達も何事もなく、ただ仲良しだった訳ではない。話し合いを何度も重ね、わかり合うまで時間もかかったと思う。細かい出来事なんて忘れてしまうほどの長い時間を一緒に過ごしてきた。また、何かあると、家族以上に親身になってくれて、みんなを支えてくれた。なんだか改めて言うとうと恥ずかしいが、本当に私はこの母達が大好きだ。

長女が中学3年になった令和2年4月、コロナウイルスの流行だ。試合も1つなくなり、県外遠征もなくなつた。最後の総体は無観客

での試合となつてしまい、観戦することはできなかった。体育館の前でドキドキしながら試合結果を待った。なんと、県で優勝することができた。これ以上ない嬉しさだった。

小学校からずっと一緒だった子供達も春から高校生となり、一緒にチームでバレーの試合に臨むことはなくなる。出来る事ならば、ずっと一緒にいたかったが、慣れ親しんだ環境から離れ、新たな環境に飛び込まなければならぬ。もちろん、子供達がそれぞれの道で活躍できることを心から願っている。そして、母達もまた、新たな環境で喜びを分かち合える仲間と共に、子供の追っかけを続けていくのである。

峡西老健 支援相談員
森本 美咲

「ちちら編集室」

魔法の言葉「ありがとう」

*5月の第2週は母の日

「母の日は日頃の感謝を伝える特別な日です。いつもは照れくさくてなかなかいえなかつたりする「ありがとう」について考えてみました。

*「ありがとう」はいろんなランキングで1位に

- ・21世紀に残したい言葉ランキング第1位
- ・彼氏に求めている言葉ランキング第1位
- ・自己肯定感を育む言葉ランキング第1位
- ・子供が大人から言われてうれしい言葉ランキング第1位

*感謝上手はとても魅力的

「ちょっとしたこと」と思えるような場合でも「ありがとう」と感謝の気持ちを伝えると、相手の方にも喜びを与えられます。また、つい言い過ぎてしまうのが、「すみません」この言葉も「ありがとう」に変えると、とても素敵なイメージになります。

*「ありがとう」の語源

お釈迦様が説かれた「盲亀浮木の譬え」にあり、「人間に生を受けることは、亀が丸太の穴に首を入れる事よりも、難しいことなのだ。有り難いことなのだ」「有り難い」とは「有る」ことが難しい」ということで、「めったにないこと」を言います。

*「ありがとう」の反対語は

「有り難い」の逆だから「あたりまえ」です。夫々だからそれくらいしてくれてあたりまえ。親々だから子供を養ってあたりまえ。子供々だから親の言うことを聞いてあたりまえ。

「あたりまえ」という心から「ありがとう」の感謝は生まれにくいことですね。私事ですが、今回をもって広報委員を退任となります。

今まで「ありがとう」がございました(和)

今月の予定 6月

1日(火)
目標管理発表会

22日(火)
高齢者プロジェクト



今月は、峡西老人保健センター 河西崇子さんのペットです。



ぷう
♂
(0歳)



わが家のペット



新しい家族が増えました。
お座り、まで、が出来るようになりました。
猫達と仲良く遊んでいます。

おあしす広場

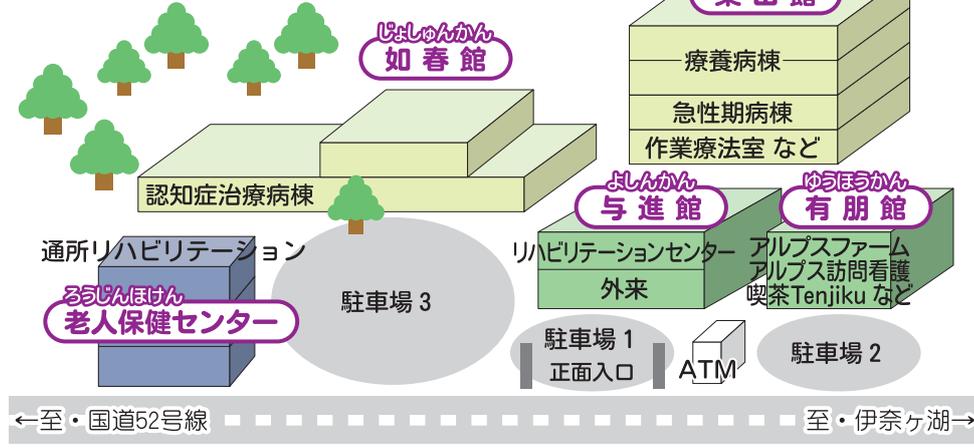
今月もおあしすに素敵な作品が寄せられました。

花の色	あやめ人形	紫に	渡辺 あき
どの風も	木の葉光らす	五月かな	塚原 光明
子供らの	声が聞こえる	五月かな	阪本みずほ
昔見た	あじさい寺の	蓮の花	恵 風
五月晴れ	川面に集う	鳥の群	カナメ
深夜にて	手紙したため	泣き入りし	大森真知子
忘れたいから	こんな日にはと		
電話して	母の日に生き	氷川君	今福 和人
ジャンパーを	着るか着まいか	朝五月	石坂 克巳
チューリップ	彼女を思う	思いやり	石川 理

※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