

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

2025

3

第39巻3号
(通巻451号)



—— 峡西病院の理念 ——

「その人らしさをともに創造する」

人生の新しい目的や意味を一緒に考え、
より良い人生を伴走していく

毎週金曜にレクを開催して います @アスピール病棟

当院のアスピール病棟では、毎週金曜の午後に病棟レクリエーション（病棟レク）を開催しています。今回は、病棟レクの内容についてご紹介します。

病棟レクは、精神科リハビリテーションの一環として、その人のパーソナル・リカバリーを、当法人の理念で言えば「その人らしさをともに創造する」ことを目的に、作業療法士をはじめとする多職種チームワークで実施しています。参加される方にとって、安心・安全な場となり、親切で、安定したリハビリテーションの場となるように心がけています。

活動内容については、毎月定例で実施しているもの（例：制作活動）から、季節に応じたもの（例：クリスマス会）、リハビリテーションに特化したもの（例：体操）まで、幅があります。

アスピール病棟では、そのときの年齢層が大きく変化します。そのため、どのような活動を選択するかについて、スタッフも悩みながら進めています。できるだけ多くの方にとって有益となるような

活動を選択しています。

今年度、新たに取り入れた活動を2つ紹介します。

1つ目は、回想法という活動です。回想法とは、高齢の方が今までの人生や体験・思い出などを振り返り、気持ちの安定や脳の活性化などを図る手法の一つです。今回は、昔懐かしの映像（旅行・遊び）を見ながら皆さんと思い出を語り合いました。

2つ目は、「私らしい生き方を指して」という活動（ワーク）です。病気の有無に関わらず、調子を崩したときには「私らしさ」を失いがちです。ワークでは、自分にとって元気になる活動は何かを探りながら、「私らしさ」の回復を目指していきます。

これからも、新たな活動を取り入れていきたいと考えています。参加される方にとって、「その人らしさ」を回復し、新たに創造できる場でありたいと、スタッフ一同願っています。

リハビリテーション部

OT・PTグループ

心理グループ

長澤 成田

令和6年度新任者 集合研修に参加して

昨年10月に入職し、クレル病棟（認知症療養病棟）で精神保健福祉士（PSW）として、日々、患者さんやご家族の「その人らしさ」を大切に、病棟スタッフと共に業務に向き合っております。

令和7年1月27日に開催された本研修に参加させて頂き、法人内のふたつの事業について、今年度入職した17名の参加者と学び、分かち合いました。

アルプス訪問看護ステーションでは、芦沢美紀所長より、精神科訪問看護として、地域の中で利用者さんとの信頼関係を大切に、服薬管理や受診の支援、リハビリや他機関や地域との連携等多くの役割を担っている事が話されました。「訪問は受け入れられた時にスタートできる」の言葉通り、信頼関係を築くために大切な基本姿勢を学びました。

きづなグループでは、和泉和仁館長より、①就労支援（アルプスファーム）②居住支援（グループホーム）③相談支援（計画相談支援・地域移行支援）④活動支援（地域活動支援センター・きがる館）の

各事業やピアサポート委託事業や地域の会議運営協力等、病院や者と連携し、地域で暮らす患者さん利用者さんの生活を重層的に支援している事をお話し頂きました。

参加者からは、地域での事業について「初めて知った」との感想も出され、病院や老健施設以外の法人事業を知る事で、法人全体への理解がより深まる機会となりました。

後半の「わかちあい」の場では、法人の魅力や働く中で嬉しかった事を各グループで語り合いました。面接の際、窓に柵がない病棟を見て入職を決めた話や、子どもの発熱で休まなくてはならない時の周囲の優しさ等、今後、法人と一緒に働く仲間として、共感し励まし合うあたかな場となりました。様々な経験を経てこの場で一緒にあった同期のご縁やつながりを大切に、今後も支えあい、励ましあい、元気に働き続けていきたい。そんな思いが溢れる研修でした。ありがとうございました。

右田 厚子

ケアする病院ネットワーク 第1回 立ち上げ記念研究会

ケアする病院ネットワーク

特定医療法人南山会はこの度、全国10施設の医療機関と共に「ケアする病院ネットワーク」を発足しました。このネットワークの目的は、患者の尊厳を尊重し、拘束せずに転倒や危険行為を回避する医療を日頃から実践する全国の医療機関が集まり、互いの取り組みから患者中心の医療の在り方について理解を深めることです。2025年2月7日に東京都内で開催された第1回立ち上げ記念研究会には、医師を含めた多くの医療従事者が参加し、具体的な取り組みの模様や実践事例が紹介されました。

それに伴い、認知症患者も増加し、そのケアがますます重要になってきます。認知症の進行速度や見られる症状には大きな個人差があります。が、進行に伴い判断力や危険を認識する力が損なわれる場合があります。そのため、筋力の低下したふらつく足で歩きだして転倒したり、治療に必要な点滴など自ら抜いてしまったりすることがあります。こういった場合、医療機関では安全のために患者を拘束することがあります。が、拘束は患者の身体機能や精神状態に悪影響を及ぼすことが指摘されています。

研究会では初めに、群馬県沼田市にある内田病院院長の田中志子先生より「患者さんの尊厳を尊重し、必要な治療と患者の尊厳を調和させた医療の実現を目指す」とお話がありました。また第1回立ち上げ記念研究会では、厚生労働省医政局医療課長の林修一郎氏が記念講演を行い、過去の診療報酬改定の取り組みや今後の医療におけるケアの展望についてお話がありました。その後、各医療機関の実践事例が紹介され、発表者同士の意見交換も行われました。

今後の展望

このネットワークの発展によって、拘束しない医療の意義が全国に広まり、患者一人ひとりが尊重される医療の提供が実現することが期待されます。全国の医療機関が連携し、知見や技術を共有することで、医療の質が向上し、患者が安全かつ尊厳を保ちながら治療を受ける環境が整うことを引き続き目指して参ります。

高齢化社会と認知症患者の増加

日本では高齢化が進み、2040年までに85歳以上の高齢者が1000万人を超えることが予測されています。

拘束しない医療の意義

ケアする病院ネットワークは、患者の尊厳を尊重し、拘束しない医療を提供することを目指しています。



南山会理事長
川崎 洋介

リスタート病棟の個別活動

リスタート病棟には「認知症リハビリテーション」という個別リハビリテーションの枠組みがあり、必要な方には歩行訓練なども行います。また、ご家族やご本人との話し合いの中で、その方が大切にされている事や好きだったことを伺い、俳句作りや書道、お花を生けるなど、活動がその人らしさを創造する手掛かりになることを目指しています。しかし「昔はもっと出来たのに…」と、がっかりされる方もいます。難しさも感じながら一緒に活動をしています。

2月6日に、ピアサポーターのお話を聞く交流会「あつと晴れ晴れプログラム」が開催されました。当院では、令和元年頃から、2ヶ月に1回、同じ疾患にかかったことのある地域で暮らすピアサポーターに来て頂き、当事者ならではの、より具体的な地域での生活、工夫のようなお話を聞ける機会を設けています。今回は、自分が元気になる食べ物で自己紹介した後、「昨年の良かった事を振り返り、今年やってみたいこと、希望について」というテーマで語り合いました。「無理なく、楽しく、普通で過ごしていきたい」「みんなで、仲良く、健康で、元気に過ごしたい」など、よい1年にしてほしいこと、甘酒をいただき、閉会となりました。



OT・PT だより



プログラム紹介

生活充実型プログラム さくらら会

【活動曜日】 毎週水曜日 午前

【活動内容】

リハビリテーションセンターには、2020年3月まで実施されていた外来作業療法で行われていた内容を継承したグループ活動があります。それは「さくらら会」です。さかのぼること20年以上前に発足しました。担当スタッフが何度も交代している中で、現在の参加メンバーによると「さくらら会のメンバーがやってみたい活動を実現し達成感と楽しみを共有する」という中核の考え方は変えることなく、さまざまな活動に取り組んできた」といっています。さくらら会での活動は「自分の希望することを提案し、仲間とともに叶えていく」というプロセスがあります。ある体験から得られた感覚が次の希望につながるという経験をくり返し、今の「さくらら会」があります。積み上げてきたことを振り返ると「かけがえない思い出がたくさんあること」に気づきました。



リハビリテーションセンターだより

第27回 障害者文化展

今年度も障害者文化展が開催されました。峡西病院からは35作品の出展となりました。フェルトやビーズを使った可愛い手芸、油絵風・ボールペン・色鉛筆・iPadなど様々な画材で描かれた絵画、日々の練習の成果を存分に発揮した力強い書道など、それぞれの感性の輝く作品が揃いました。素晴らしい作品ばかりでしたが、その中で創作自己表現グループがチラシを使って作ったちぎり絵『感謝を込めた花束』が奨励賞を受賞しました。また来年度の障害者文化展を見据えつつも、日々みんなで芸術を楽しんでいきたいと思えます。



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

*ホームページをぜひ、ご覧ください。

峡西病院 リハビリのご案内 検索

ろうけんTimes

TOPICS

今月の

やってきました、節分です。鬼のお面や新聞を丸めて作った大きな豆？を使って、DCに潜む鬼を退治するために豆まきを行いました。鬼退治が終わり、ひと汗かいた後は、カワイイ鬼の手作りお菓子を召し上がりました(*´ω`*)

3F 通所 リハビリ



2F 認知症 専門棟

認知症専門棟のグループ活動『制作』では、ひなまつりに向けて、折り紙で飾り扇子作りをしました。



それぞれがデザインを考えながら貼り付けました。満足のいく作品が出来て良かったですね(o^^)☆!(^^o)



一般棟では、数名の利用者様が、玄関で節分の豆まきを行ないました。力を合わせて鬼を払ってくれたお陰で、老健の利用者様や職員みなさんが元気で過ごせると思います。これからもお互いに身体に気を付けていきましょう(#^.^#)



1F 一般棟



* 峡西老健のホームページもご覧ください。

峡西老健 検索



峡西老健の理念

優 優しさ

友 友愛

結 人と人

～あなたに優しく、あなたを想い、あなたと結ぶ～

本の紹介コーナー

今回は、Aさんにおすすめの本を聞きました！

本屋大賞をご存知でしょうか。来る4月9日に「2025本屋大賞」が発表されます。

本屋大賞とは新刊書を取り扱っている全国の書店の書店員が過去1年間で読んだ本の中から「面白かった」「薦めたい」「売りたい」と思った本に投票して選ぶ文学賞です。先日ノミネート作品が発表されました。

- アルプス席の母 (早見和真)
- カフネ (阿部暁子)
- 禁忌の子 (山口未桜)
- 恋とか愛とかやさしさなら (一穂ミチ)
- 小説 (野崎まど)
- 死んだ山田と教室 (金子玲介)
- spring (恩田陸)
- 生殖記 (朝井リョウ)
- 成瀬は信じた道をいく (宮島未奈)
- 人魚が逃げた (青山美智子)

この10作品の中から本屋大賞が決まります。
皆さんも是非ノミネート作品や大賞に輝いた作品を
読んでみてはいかがでしょうか。



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。

■ 職業倫理

1. 患者の人格の尊厳と権利を尊重し、心のこもった対応をして信頼を得ること。
2. 最善の医療を提供するために、常に学術的知識と技術の習得に努めること。
3. 自らの義務と責任を自覚して人格を高めること。
4. 職場内外の医療専門職の権利を尊重すること。
5. 医療の公共性を重んじて地域社会に貢献するとともに、法規範を遵守すること。
6. 良質の医療を提供するために、自ら心身の健康保持と増進に努めること。
7. 精神障害者に対する理解を深め、精神障害者とその障害を克服して社会復帰をし、自立と社会経済活動への参加をしようとする努力に対して協力すること。

やつと最近になって「コロナ禍」という言葉を耳にしなくなったが、その言葉が幅を利かせていた2022年の秋、無性に「どこかにでかけたい」気分から、一人で旅に出る事にした。行き先は青森。目的は3つ。1つは徹底的に「乗り鉄」すること。1つは青森魚菜センターで「のつけ丼」を食らうこと。そして1つは青森駅のホームのあるものを見に行くこと。

県庁所在地の中心駅と言えば人通りも多く、数多くの列車が往来するイメージを想像しがちで、我が県都甲府駅も平日休日問わず混雑していることはこ

万華鏡

承知の通りかと。青森駅も高度経済成長期には青函航路の本州側の玄関口としてすさまじい賑わいを見せていたと聞く。役割が船から青函トンネルに変わっても北の玄関口として長連の特急や寝台列車が数多く停まる賑わいのある駅だった。ところが東北新幹線が延伸されると賑わいは隣の新青森駅に移りそれに伴い特急は減便、寝台列車にいたっては姿を消した。鉄道好きの私にしてみれば何とも淋しい限りである。私が訪ねたときも300メートル超えの6つのホームに2両編成の普通列車と、4両編成の特急が静かに停まっていたのみだった。

そんな青森駅のホーム、人気のない港寄りに歩いていくと写真のような連絡船乗り場を案内する表示がホーム上に残されている。連絡船が廃止されてから30年以上経つのに何故消されない(消さない)のだろうかと思議な心持になる。



そしてこの案内表示を見ると「津軽海峡冬景色」が空耳のように聞こえてくる。栄枯盛衰とはまさにこの事と感させられる。このホームの表示は青森駅が歴史を造って来たんだ、今の日本の発展を担ってきたんだと無言で主張しているようにも思える。

かつてこの駅を行き交った多くの人々がいて、経済活動があったからこそ出会える光景だと思ふ。その歴史に想いを馳せることができるのが旅の楽しさだと思っている。先人の努力のおかげで楽しい旅が出来ることに感謝している。

S・H

私は二児の母親です。出産前はアクティブで多趣味でしたが、今は育児に追われて自分の時間が減り、趣味ってなんだろう？と考えてしまつてくらしいです。現在は趣味と言えるようなものは思いつかなかつたので、その時のことを思い出してみようと思います。

7年くらい前になります。私の趣味は「山遊び」でした。夏は登山、冬はスキー、スノーボードに出かける日々でした。登山は以前の職場で趣味としていた同僚が多く、誘われて始めたのがきっかけです。すっかり魅力にハマつてしまい、友達を誘つたり、簡単な山なら単独で登つたりしました(親になつた今振り返ると、女一人で山に入るなんて家族は心配だつただろうなと反省しています)。何も考えず無心になつて登り、

私の趣味

頂上に到達したときの達成感は何とも言えません。頂上からの景色も最高です。現実逃避にはもってこいでした。下山して温泉に入るまでがワンセットです。山小屋などに山バツジというものが売っていて、それを集めていました(笑)

冬になるとスタッドレスタイヤに履き替え、スキー場のオープンを心待ちにしていました。雪化粧した山はとても綺麗でスポーツだけでなく山々の景色を見ることも目的でした(運動神経は良くないのでスキースノーボード自体は下手です)。

この趣味は再開できるのかはわかりませんが、本当に毎日楽しかった思い出です。将来、子どもたちが山にハマつたら是非ついでいきたいです。

K・I

こちら編集室

もうすぐ春ですね。桜の季節になりますね。北杜市の山高神代桜はご存じでしょうか。武川町の実相寺境内にそびえる、福島県の三春滝桜・岐阜県の淡墨桜とならぶ日本三大桜のひとつです。推定樹齢2000年とも言われるエドヒガンザクラの古木です。その想像を絶する悠久の時を超えて咲き続けるさまは神々しく、見る人は思わず手を合わせるとも言われ、全国から桜を愛でるひとたちの崇敬を集めてきたといわれています。

その他にも「日本のさくら名所百選」にも選ばれた大法師公園の桜や富士山を背に咲く河口湖畔の桜、身延山・久遠寺のしだれ桜など桜のきれいな場所がたくさんあります。春休みにもなるので子供を連れてお花見に行ってみようと思います。

今月の予定 3月

- 3日 看護中堅者研修
「ACPと意思決定支援」
- 6日 防災訓練
- 7日 リハビリテーション部
集合研修
- 13日 病院イベント
「私のできること展」

今月の一枚

職場からの富士山

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。

陽浴びてや峡西病院和むこと
我らたのしき南アルプス
今福 和人

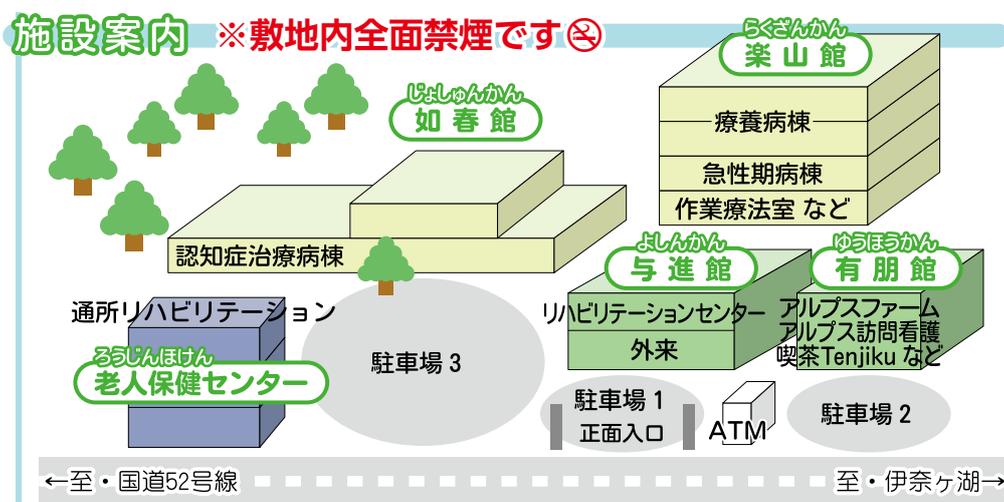
たんぽぽをつみしお散歩楽しむ子
カナメ

木々みのり櫛形山に霞立ち
春来たりなば雪ふり積もる
保坂五十鈴

桃の花3月3日のひな祭り
渡辺 あき

築いてきた足跡を大事に
渡辺奈美子

※掲載は五十音順です。



- 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