

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

2026

5

第40巻5号
(通巻465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

オープンセミナー

認知症という病と
認知症カフェへの期待

3月23日、山梨県立大学池田キャンパスで開催された第1回オープンセミナー「認知症カフェを知ることから始まるやさしいまちづくり」において、当院長・川崎洋介が「認知症という病と認知症カフェへの期待」をテーマに基調講演を行いました。

講演では、認知症を単なる「記憶の病気」として捉えるのではなく、「その人がどう生きるか」という視点の重要性が紹介されました。認知症は記憶力の低下だけでなく、「自分らしさが失われるのでは」という不安や恐怖を伴う、尊厳に関わる病でもあります。感覚から認識に至るプロセスのどこかに障害が生じること、私たちが当たり前に感じている世界が変わってしまう——その理解が、認知症の方の世界に寄り添う第一歩となります。

また、近年の研究では、認知症の危険因子の約45%が生活習慣の改善などで修正可能とさ

れ、特に「難聴」への対応が予防に大きく寄与することが紹介されました。補聴器の活用や運動、食生活の見直しなど、日々の積み重ねが認知機能を守る力になります。

さらに、ハーバード大学の研究を引用し、「良い人間関係」が幸福感だけでなく健康や認知機能にも良い影響を与えることが示されました。認知症カフェは、まさにその「つながり」を生み出す場です。認知症の人も家族も地域の人も、立場を越えて交流でき、「理解される」「受け入れられる」経験が自然と生まれます。

講演後には模擬認知症カフェが開かれ、参加者同士が和やかに語り合いました。認知症予防への関心も高く、多くの方が積極的に質問を寄せていました。認知症になっても、その人らしく生き続けられる地域づくりに向けて、私たち一人ひとりの理解と参加が求められています。

上田潤さん講演

「ともに生きていく」

3月26日、峡西病院認知症疾患医療センター研修会に、一般社団法人ヒトナリ代表理事・上田潤さんを講師としてお迎えし、「ともに生きていく」をテーマとした講演が行われました。富士吉田市を拠点に、多世代交流や不登校支援、高齢者支援など幅広い活動を展開する上田さんの実践には、地域共生社会を考えるうえで多くのヒントがありました。

上田さんは活動当初、高齢者の孤立防止のために様々な活動を行っていたそうです。しかし活動を続ける中で、現代社会には「生きづらさ」を抱える多様な人々が存在することに気づいたといいます。不登校の子どもと家族、働きたいのにうまくいかない若者、アパートを借りるだけでも困難に直面するLGBTQのカップルなど、年齢や立場を問わず支援を必要とする人々と出会ってきました。



一般社団法人ヒトナリ
代表理事
上田 潤さん

そうした経験から、子どもたちが安心して過ごせる居場所としてフリースクールを開設。「人とかかわることの楽しさを知ってほしい」「家と学校以外の世界を体験してほしい」という思いを大切にしながら、子どもたちの主体性を育む取り組みを続けています。フリースクールでは、イベントづくりも子どもたちが主役です。上田さんは、5W1Hにあたる基本情報と予算だけを提示し、内容は子どもたち自身に考えてもらうようにしています。限られた予算でどう工夫するか、利益が出たらどう活かすか——試行錯誤を重ねる中で、子どもたちの中に自然と「考える力」が育っていると感じているそうです。

実際に開催されたスマブラ大会では、フリースクールの子どもだけでなく地域の子どもたちも参加し、大盛況となりました。初めて出会った子ども同士が友達になっていく姿は、まさに「つながり」が生まれる瞬間でした。

上田さんの取り組みは、支援を「何かをしてあげること」ではなく、「関係性を築くこと」と捉え直す実践そのものです。地域の誰もが主語となり、できることを持ち寄ることで、共生社会の種は育っていく。その確かな手応えを感じさせる講演でした。

令和6年度 幸せ発表会

◆ 努力賞 ◆

リハビリテーションセンターG

櫻井 千恵

森澤 千恵

目標

リハビリテーションセンターのパンフレットを作成し、法人内外に周知し、リハビリテーションセンター新規利用者の獲得を目指す。

背景

令和6年度リハビリテーションセンターグループの事業計画は、「利用者のパーソナルリカバリーを促進していくために、利用者に丁寧な説明を行い、納得が得られる外来リハビリテーションを利用者と職員で協働して行う。又、リハビリ活動の内容を知ってもらい、地域の多様なニーズに応えるために企業や関係機関との連携強化を図る」でした。そこで

動機

上記の目標を設定しました。多くの方にリハビリテーションセンターの魅力を知ってもらうため、工夫を凝らしたパンフレットを作成し、法人内外に配布し、新規利用者を増やしていくことを目指しました。

リハビリテーションセンター利用者の高齢化により、介護サービス移行等にて生活充実型グループ利用者が近年減少傾向となっていました。地域の高齢者の方にリハビリテーションセンターのニーズはあるのか？情報収集のために社会福祉協議会への訪問などを行っていました。生活充実型グループだけでなく、目標志向型グループや復職準備型グループの新規利用者獲得に向け、どのような場所に働きかけていく必要があるか話し合いも行ってきました。そのうえで、法人内外への広報活動を積極的に行っていくこととしました。

具休策

①パンフレットの作成

今までパンフレットがあるのは復

職準備型グループのみだったため、生活充実型グループと目標志向型グループのパンフレットも作成することにしました。

デザインをどうするか？各グループの特徴がどうすれば伝わるか？話し合いを重ねました。

【生活充実型グループ】

年齢層の幅が広く、健康維持のため、また、余暇活動充実のため生活の一部として利用する方向けのグループです。

このグループのパンフレットは、アピールしたいことを分かりやすく伝えるために、字を大きく、写真を多く使用。体力という根や幹、希望や自分らしさを実りとした木のイラストを用いることで健康の土台づくりと明るく楽しいイメージを前面に出しました。

【目標志向型グループ】

就職、社会貢献等、自分の目標を叶え卒業を目指すグループです。

このグループのパンフレットは、イメージカラーの水色を主とし、爽やかさを出し、グループの様子が分かりやすいように写真を多く使用しました。また、利用対象者を明確に記し、学びと楽しみのメリハリを表現することを工夫しました。

②パンフレットを法人内外に配布、周知

法人内では、急性期病棟担当精神保健福祉士や作業療法士に相談し、急性期病棟開放エリアにパンフレッ

トを設置してもらいました。心理社会的治療プログラムでも参加者の方にパンフレットを配布させていたいただきました。

また、外来待合室やきがる館、アールプス訪問看護ステーションにもパンフレットを置いてもらいました。

法人外では、南アルプス市、荊崎市、甲斐市、北杜市の計画相談連絡会でパンフレットの配布とリハビリ活動内容の紹介をさせていただきました。

南アルプス市地域包括支援センター、就業生活支援センターにもパンフレットをお渡ししました。

結果

- ◎急性期病棟…見学・体験者7名、利用開始者5名
- ◎診療グループから…紹介者7名、利用開始者1名
- ◎関係機関から…相談見学・体験4名、利用開始者1名
- ◎外来のパンフレットを見て来てくれた方1名

今後について

配布先へのパンフレットの補充、声掛けを適宜おこなっています。また、法人外訪問看護ステーション、就労事業所連絡会にもリハビリテーションセンターの広報活動を継続しています。院内の新規獲得MVP賞もいただき、じわじわと効果を感じています。

OT・PT だより

私づくりの作品展

3月19日(木)OT室にて病院イベント「私のできること展」が開催されました。

各病棟の患者様、リハビリテーションセンター利用者様、老健、職員から多くの作品が展示されました。今までに作成された作品として「書道」「塗り絵」「貼り絵」「絵画」「手芸」など出品者113名、79作品が飾られました。

当日は病棟ごとに来室し展示されている作品を近くで見たり、テーブルに座り飲み物やゼリーを食べながら眺めていました。専用の用紙に入った作品の感想を書いたり「いいね」シールを貼るなどゆっくりと過ごしていました。



プログラム紹介

リハセンター行事企画プログラム

【活動曜日】 第1、2、3 金曜日 生活充実型プログラム

【活動内容】

今回ご紹介する活動は、リハビリテーションセンターにて開催される行事を企画するプログラムです。開催するイベントは、この企画プログラムに参加されている利用者や担当するスタッフが話し合いを重ねて決めていきます。最初は「北島三郎さんに歌いに来てもらえないか」「吉永小百合さんのお話を直接会って聴きたい」といった夢広がるアイデア出しから始まります。「レミオロメンさんなら県内出身のよしみで来てくれないでしょうか」などの意見に、「大きな予算がかかるから無理だよ」「いや、呼びたいと思う情熱的な理由が必要だ」といった言葉も飛び交います。プログラム参加者には、「行事に参加される方に楽しく素敵な時間を過ごしてほしい」という共通の思いがあります。イベントに来ていただけそうなアーティストにつながるのがある方は、リハセンタースタッフまでお知らせ頂けるとありがたいです。

リハビリテーションセンターだより

リハビリテーションセンター 生活充実型グループのプログラムの一環でいちご狩りに行ってきました。いちご狩りを初めて経験する方、また、いちご狩りが20~30年ぶりという方もおり、少しの緊張とワクワク感でいちご園に向かいました。ハウスに入れていただく真っ赤ないちごがたくさん実っており目移りしてしまいました。(欲張りなスタッフは中腰になりながらとにかく大きないちごを見つけようと頑張りました!) 30分間めいっぱい味わい、大満足でした。また一つ素敵な思い出ができました。



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

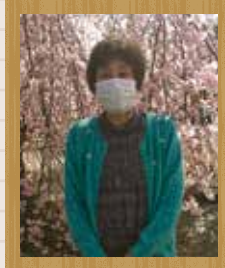
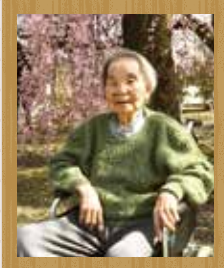
*ホームページをぜひ、ご覧ください。

関西病院 リハビリのご案内 検索

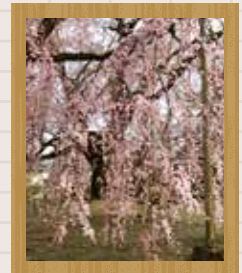
ろうけんTimes

TOPICS★

今月の



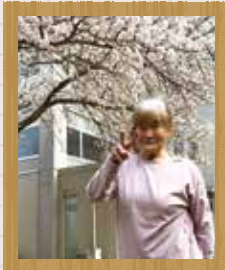
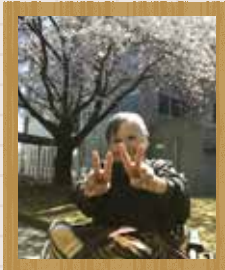
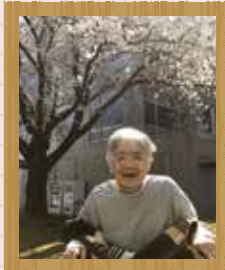
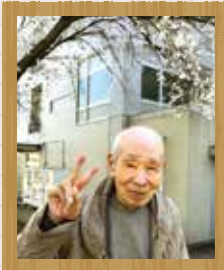
3F
通所
リハビリ



外出レクリエーションで、妙了寺へ桜を見に出かけました。境内には満開の桜が広がっていて、とても綺麗でした！「わあ、綺麗だね」「本当に満開だ」といった声も聞かれ、風に舞う花びらを眺めながら、春の訪れをゆったりと楽しんでいただけた様子でした。穏やかな陽気の中、心がほっと和むひとときを過ごすことができました☆

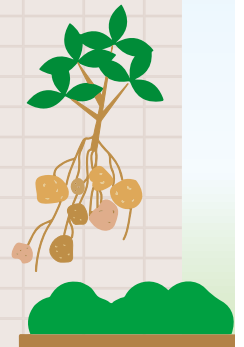
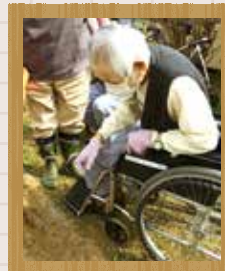
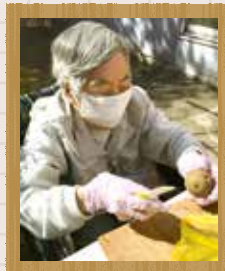
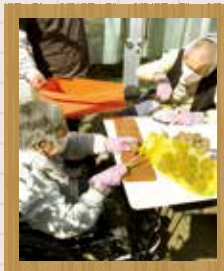
2F
認知症
専門棟

敷地内の河津桜からバトンを受け巨木の桜が芽吹きました♪ 山梨県は全国でも2番目の開花であり、日々暖かな気候に桜も人もウキウキし始めました(^o^)/ 穏やかな午後皆でちょっと外に出てお花見を楽しみ、頬にあたる気持ちの良い風に思わずニコリ笑顔が溢れていました(*^▽^*)



園芸グループでは、中庭の畑にじゃがいもの植え付けを行いました★ 種芋を一つひとつ丁寧に切って植えていきました(^_^)「たくさんできるかな」「収穫が楽しみだね☆」と会話も弾み、和やかな雰囲気の中で作業が進みました。これから芽が出て大きく育ち、たくさんじゃがいもが実ることを楽しみに見守っていきたいと思います\(^o^)/

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、Tさんにおすすめの本を聞きました！

本の題名：プロジェクト・ヘイル・メアリー

(作者：アンディ・ウィアー／訳：小野田和子／出版社：早川書房／出版年：2021年)

●読んだきっかけは？

今映画になっているので原作を読んできた。

●おすすめのポイントは？

上下巻ともになかなか厚みがあったので読みきれるか不安に思いながら手に取った。科学的な用語は難しかったが、記憶を失った主人公が自身の状況を把握していく部分がミステリの要素もあり、SF慣れしていない私でも読みやすい内容だった。

映画はまだ見ていないが、原作をどのように演出しているのかとても気になる。映画も評判が良さそうなので、映画からでも小説からでもぜひトライしてみたい。

「患者と医療者のパートナーシップ」指針

■基本方針

当院は最適な医療を提供すると同時に、患者様やご家族の医療や療養に対する希望・自己決定権を尊重して、患者・医療者のパートナーシップを大切にします。

■具体的対応と要望を反映するしくみ

- ・入院時診療計画を説明し、同意を得た上で文書を提供する。(医局・看護部)
- ・月ごとの総合診療計画実施書を説明し、同意を得た上で文書を提供する。(作業療法室)
- ・カンファレンスへの家族参加の呼びかけ。
- ・在宅に向けた医療スタッフの訪問と療養環境整備目的の相談を受ける。(訪問看護室)
- ・ソーシャル・スキル向上目的の訓練計画の立案へ、患者・家族の参加の呼びかけ。(臨床心理室・デイケア室)
- ・アンケート調査を通じて、要望事項の確認と対応の公開をする。(事務部)
- ・「ご意見箱」により病院管理者へ意見が届き、対応内容を院内に公開する。(接遇委員会)
- ・「家族教室」を定期的に開催し、必要な情報の提供と相談に応じる。(医療相談室)

■患者・医療者のパートナーシップを継続的検討

- ・指摘された問題や要望については、定期的な検討を行なっています。

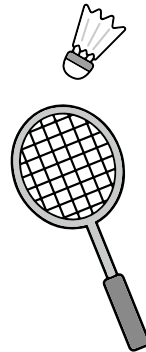
私には、中学1年生になった息子と一緒に楽しんでいる趣味があります。バドミントンです。小学4年生くらいから興味を持ちだし、最近では週末たまにですが、体育館に足を運んでいます。

コートに入れば親子という関係を超えて、ひとりのプレイヤーとして向き合っています。中学生になり、体つきもしっかりしてきた息子のスマッシュは以前よりも格段に速くなってきています。素早いフットワークでシャトルを追い



私の趣味

かける姿に、私は日々その成長を肌で感じ、驚かされています。これからもコートの上で共に汗を流しながら、息子の背中を追いかけたいです。シャトルが舞う時間は、私たちをつなぐ大切な幸せなひと時だと思っています。



「サウナに行ってデトックスしたい」と思うようになったのは、入職して1か月ほどの頃、先輩に誘われて温泉へ行った体験がきっかけでした。熱いお湯が苦手な私は、サウナの強烈な暑さと湿度に驚き、「なぜこんなに暑い場所に入るのだろう」と戸惑うばかり。汗が止まらず息苦しさを感じ、5分ほどで限界に。続く水風呂も冷たすぎて入れずにいました。先輩に励まされ、気合いを入れてようやく浸かったものの、身体が急激に冷えてすぐに出たくなるほどで、初めてのサウナは良い印象とは言えま

せんでした。

それでも月日が経つうちに、友人と温泉へ行く機会が増え、少しずつサウナに慣れていきました。汗をしつかりかき、水風呂で身体を冷やすと体が軽くなるような心地よさを感じるようになり、今では2〜3セット繰り返すのが定番に。疲れが抜け、夜もぐっすり眠れるようになりました。

サウナを続けるうちに日常でも体重計に乗る習慣がつき、体重維持や健康への意識も高まりました。無理なく続けられる自分なりのリフレッシュ方法として、心身の充実につながっています。



こちら編集室

2026年2月28日、イスラエルと米国がイランに対し軍事攻撃を開始しました。

テレビやSNSでは連日動向が報じられています。一見遠い国の話のようにも感じられますが、戦争の影響は私たちの生活にも影響を与えています。物価は著しく上昇し、山梨県でもガソリンが以前に比べ30円程高騰しています。

戦争の余波は医療現場にも現れてきています。石油などの資源が供給できないことで、医療器材の製造や輸送に影響が出ています。特殊な医療器材だけでなく日常的に使用するマスクや手袋などが不足してしまっている状況です。戦争が本格化すれば、日本も戦争に巻き込まれ、医療現場はさらに困窮することが予測されます。

「必要な時に必要なものがある」という当たり前が大きく揺らぐ可能性があるという事です。しかし、こうした状況の中でも、患者さんに必要な医療を確実に届けなくてはなりません。そのために一つの物品を大切に扱うこと、チームで情報を共有しながら柔軟に対応することの重要性を改めて実感する今日この頃です。

今月の予定 5月

- 12日 行動制限最小化委員会
- 13日 診療会議
- 15日 院内研修
「アンガーマネジメント」

今月の一枚




實相寺の山高神代桜が満開に咲き誇り、心まで華やかな景色でした。

「おあしす」に関するアンケートにご協力をお願いします

いつも「おあしす」をご愛読いただきありがとうございます。より良い広報誌を目指していくために、アンケートにご協力をお願いします。

■下記QRコードからアンケートへの回答をお願いします。

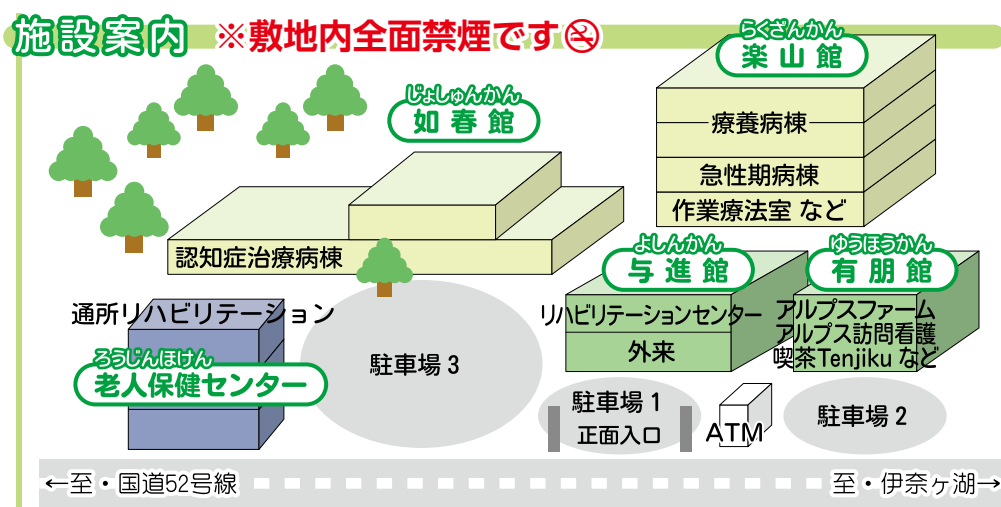


おあしす広場

今月もおあしすに素敵な作品が寄せられました。

- 夕焼や写真にのこる本を読み 今福 和人
- 出席の五月晴れにておだやかに 大森真知子
- 衣替え父のゆかたに思いかせ カナメ
- 牡丹花はみごとに咲いて雨を待つ 保坂五十鈴
- 春過ぎし屋根より高いこいのぼり 渡辺 あき
- 季節に合わせて手をつなごう 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