

地域と福祉と精神科医療をつなげる 心のおたより

くるだより

2024年
春号
Vol. 49

〒791-3161 愛媛県伊予郡松前町大字神崎 586 番地 電話 089-984-1201(代表) 医療法人光佑会 くるだ病院

医療・福祉関係機関及びご家族の皆様へ

暖かい日が続くようになりましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

令和6年度は法律や制度の改正が重なる年となりました。精神保健福祉法の改正に伴い、下記の内容が変わりました。



【医療保護入院の入院期間の法定化】

- ・医療保護入院の入院期間が、最長6か月となりました。
- ・精神保健指定医による診察の結果、医療保護入院の継続が必要と判断された場合、『医療保護入院者退院支援委員会』を開催し、家族等の同意を得た場合に、入院期間が更新されることになりました。

【精神科病院での虐待の通報制度の新設】

- ・精神科病院で働く人からの患者さんに対する虐待について、都道府県等への届け出や通報の制度ができました。

詳しくは、担当の退院後生活環境相談員または病院の職員へお尋ねください。
ご家族の皆様にもご協力いただく内容もあるため、今後ともよろしく願いいたします(^^)／

KURODA HEARTS



新年度が始まりました。

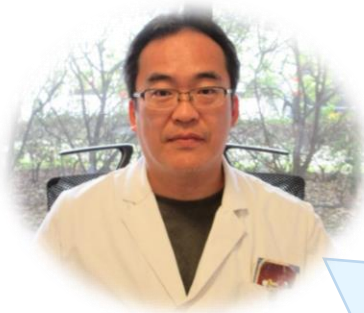
毎年言っていることですが、今年も新たに当院に入職された方々がいます。緊張と不安を抱えつつも業務に取り組んでいる姿を見ると、私どももとても新鮮な気持ちになります。

年度が変わるとともに、私どもは新たな診療体制を提供することとなりました。若く有能な医師が入ったことで世代交代を図ることとなり、私自信は外来診療から退くこととなりました。これまで通院してくださっていた患者様には大変心苦しく思っております。

前向きな経営方針とご理解を頂き、今後ともくるだ病院をよろしく願いいたします。

From Norio Kuroda

本年度4月より当院副院長に就任しました、竹内副院長より皆様にご挨拶申し上げます。



たけうち ともひろ
竹内 友浩 副院長

この度副院長に就任することとなりました。当院で勤務することになって10年余りがたちましたが、その間様々な移り変わりを思えば短い様で長いような不思議な気持ちになります。

世の様々な方面では後に戻れない変革が起こり、当院も様々に翻弄されながら、今ここにあります。この地域に根ざすものとして、一個人として、一仕事人として、一家庭人として、あらためて前を向いて歩いていかなければならないと思います。皆様に気づきや納得がもたらされ、心豊かな生活が送れますように。

医療法人光佑会が、皆様にとってもより良い発展を遂げていけますように、尽力致しますので、御協力の程、よろしくお願い申し上げます。

先生のご紹介

本年度4月に着任された尾崎先生のご紹介をします。

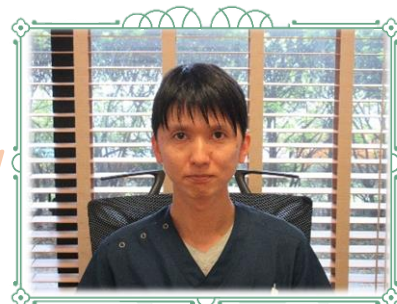
尾崎先生に質問です。

①血液型 ②星座 ③出身地 ④趣味 ⑤好きな物 ⑥苦手な物 ⑦好きな言葉



- ①…A型 ②…天秤座 ③…松山市 ④…スポーツ観戦
⑤…動物 ⑥…暑さ ⑦…健康、感謝

2024年4月から勤務させて頂いております尾崎優樹と申します。これまで大学病院、四国中央病院にて計10年間精神科医として勤務していました。この度地元に近いくるだ病院で勤務できることを大変嬉しく思っています。至らぬ点も多く、皆様には多々ご迷惑をおかけすると思っておりますが、精一杯頑張りますので、今後とも何卒よろしくお願い致します。



おざき ゆうき
尾崎 優樹 医師

新入職員 紹介

質問！①趣味・特技・好きなこと
②一言お願いします



あみもと ほのか
網本 帆夏
＜ 看護師 ＞

いながき えみ
稲垣 恵美
＜ 事務員 ＞

うえだ ひろゆき
上田 裕幸
＜ 運転手 兼 看護補助者 ＞

- ① 映画鑑賞、読書、温泉
② 患者様とご家族に安心感を与えることができるよう誠実な看護を実施していきます。
- ① ライブ、旅行に行くこと
② 病院の事務は初めてなので早く覚えて慣れるように頑張りたいです。
- ① 病院通いとお医者さんの知り合いを増やす事
② スタッフと通所者さん達の間の身体状態なので、出来るだけ足手まといにならない様努めます。

就任挨拶

本年度、新しく新設した地域医療推進センターのセンター長より皆様にご挨拶申し上げます。

令和6年4月1日付にて、くろだ病院内に新設された地域医療推進センター センター長に就任いたしました、森 豊美です。就任に当たり、皆様にご挨拶申し上げます。

平成9年6月に旧黒田病院に就職し、約27年の歳月が流れました。一般科病院での勤務経験しかなかった私を、黒田典生院長先生はじめ、当時の諸先輩方から御指導を頂きながら今日まで精神科看護に携わることが出来ました。

平成16年に現在のくろだ病院に移転後は、主に認知症治療病棟で看護業務に従事し、さくら病棟看護師長を経て、平成24年4月から、看護部長として12年間、患者様・ご家族様、関係機関の皆様、そして、黒田院長をはじめとする病院スタッフの皆様方に、様々な形でお力添えを頂きましたこと、この場をお借りして心より御礼申し上げます。

さて、精神科医療におきましては、平成16年に示された「入院医療中心から地域医療中心へ」という精神保健福祉施策の実現のために様々な地域移行支援がなされております。また、令和6年度の医療・障害福祉・介護のトリプル改定では、入院から退院後の地域生活まで医療と福祉等による切れ目のない支援を行えるよう、医療と障害福祉サービス等との連携を一層推進するよう求められています。

精神障害の有無や程度に関わらず、障がい者本人の意思を尊重し、地域社会の一員として、安心して、その人が希望する自分らしい暮らしをするための支援、また、医療と地域、サービス等関係機関との連携の強化等、微力ではございますが、精一杯取り組んでまいります。

今後とも、皆様からのご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

地域医療推進センター センター長 森 豊美



お花見会

令和6年3月27日くろだ病院でお花見を開催しました。

病院全体でのお花見もコロナの影響で久しぶりでした。前日までの悪天候とは違い、当日は満点の快晴となりました。残念ながら当院の桜は恥ずかしがりやの為、例年と変わらず遅咲きで咲いてはいませんでしたが、みんなでカラオケや俳句を行い、いつの間にかみんなの顔は笑顔で満開となっていました(#^^#)
この笑顔を絶やさないう、職員一同患者様に看護介護を提供できればと思っております。

最後に一句： 「春の風 くろだの庭に 桜咲く」 お粗末でした！

認知症カフェ『ひととき』再開のご案内

コロナ禍に伴い活動を休止していた認知症カフェ『ひととき』が介護老人福祉施設『こより』1階カフェスペースに場所を変えて戻ってきました！

開所時間内はお好きなタイミングで来ていただけるので、ぜひ気軽にお越しいただき、一緒に“ほっ”とするひとときを過ごしませんか？

毎月第1木曜日の13:30~15:30を予定しております。

詳しくは同封しているチラシをご参照ください(^^)/





新看護部長より、皆様にご挨拶申し上げます。

令和6年4月1日付で看護部長に就任いたしました、日野貴嗣です。
近年、精神科医療を取り巻く環境は年々厳しくなっています。
しかし、私たち看護部は厳しい状況でこそ、基本を忘れず、ここに
寄り添い患者様や地域に選ばれる医療・看護が提供できるよう、
日々研鑽を積んでまいります。

微力ではありますが、皆様のご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

くるだ病院 看護部長 日野 貴嗣



技能実習生のご紹介

令和6年2月より、当院にも技能実習生が2名来て
くれましたので、インタビューをしてきました(^^) /

Q. どうして日本に来ようと思ったのですか？



ナコ インさん

介護の仕事が好きで、患者さん
のお世話をしたいと思って日本
に来ました。
今は、患者さんがご飯を食べる
お手伝いをしたり、おむつ交換
などいろいろなお世話をしてい
ます。

一生懸命仕事をして、お金
を貯めたいと思って日本に
来ました。
日本語を勉強していく中
で、介護の仕事をしたいと
思うようになりました。



ハイ マーさん

Q. 患者さんのお世話をするとき心がけていることはありますか？



まず声をかけること、そして優しくすることを
心がけています。自立して生活できるよう手助
けしたいです。

自分のお父さんだと思ってお世話するようにし
ています。

Q. 日本でしたいことはなんですか？



東京ディズニーランドに行ってみたい。
お寿司を食べてみたいです。

東京に行ってみたいです。
うどんや焼肉を食べてみたいです。

～実習指導員よりひと言～



ナコさんは、とてもまじめで周囲の
ことをよく見てテキパキと動いてく
れる、笑顔の素敵な女性です。
困ったことがあったら何でもすぐに
相談してください。
これからも楽しく一緒に仕事をして
いきましょう。（野間指導員）



マーさんは、いつもニコニコして
いて、患者様にも常に笑顔で接し
てくれており、明るく元気な人で
す。
みんなで一緒に頑張りましょう。

（前田指導員）



重度認知症患者デイケア ひととき

昨年1月に開所し、あっという間に一年を迎える事が出来ました。
いろいろな“ひととき”を過ごしてきましたが、今回は推しのひとときをご紹介します。

ボクササイズ

令和6年3月6日（水）、『ボクササイズ』を行いました。「激しい動きで皆が参加するには難しいのでは!？」と心配される方も多いですが、ひとときのボクササイズは、ボクシングの動きを取り入れた椅子に座ったまま出来る全身運動です。



最初は、「無理よ」「よくわからん」と話されていた方々も、次第に笑顔で生き生きとミットにパンチする姿を見せてくださり、密かにこのファイティングポーズ、お好きな方は多いと推測しています。

さあ今日も皆でイチッ、ニッ、イチッ、ニッと笑顔で老いをパンチング〜!!

お花見からピクニック

令和6年3月27日（水）福德泉公園へお花見に行きました。

桜の開花時期と踏んで予定した企画でしたが、桜は蕾のままで、お花見はピクニックに早変わり!?(笑)少し肌寒さもあり失敗ではと心配していたのも束の間、ウィンドブレーカーのフードを被って顔だけを出す等可愛く面白い一面を見せてくださる方や、ひざ掛けに包まりながら談笑し、途中陽気な日差しに助けられ、皆でお弁当を頂きました。



土手に敷いたシートの上に転がりぼかぼかウトウトとお昼寝をする方もおられ、おやつを食べてゆっくりのんびり過ごしました。そして、冬の間室内で過ごすことの多かった皆さんは、口々に花見のリベンジを誓い合うひとときでした。



壁画作り

ひとときに行くと、一番に出迎えてくれるのが今年の干支『辰』の壁画です。個別活動やだんらんタイムに皆で出来る作業を分担して行います。「これは何になるの?」と全く想像のつかないところから始まりますが、次第に形になっていく様を見て皆のやる気も高まります。



完成すると「へー!!」「すごいねえ〜」「人間の考えることはすごい!」と感嘆の声が上がり達成感も味わえるひとときです。今までの作品を是非見ていただきたいです!!

『見学してみたい!』『利用できるかな?』等、気になる方は何でもお気軽に“デイケアひととき”(石川・井関)までお問い合わせください。

デイケアひととき TEL080-1031-1201

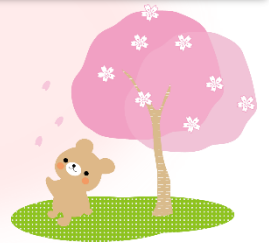
老人保健施設 菜の花

お花見散歩♪

今年も桜が見事に咲き、皆様の心を和ませてくれています🌸



いつもと違う雰囲気戸惑いながら



မဂ်လာဝါ မိဂလာဘာ! (Mingalarwa Mingalarba!)

★ミャンマー語で

“こんにちは”という意味です

令和5年12月から、ミャンマーから来た特定技能の方々です。



コン・ネイ・チーさん



イ・サンデイ・ミィさん

【趣味】読書と絵を描く事

【好きな音楽】

テレサテン・松原みき

「時の流れ…」や「真夜中のドア」

【一言】

最初は怖かったですが、母国ミャンマーを離れて外国で働くのは初めてだったので興奮もしました。言葉の壁が一番心配でした。でも菜の花の皆さんはとても親切で私と仲良くしてくれるんです。皆さんが怒らず辛抱強く丁寧に教えてくれて初日から楽しく働くことができました。感謝しています。私も将来は皆さんの様な良い信頼できる職員になれるよう最善を尽くします。



【趣味】旅行

【好きな音楽】

上を向いて歩こう

手紙

【一言】

おじいちゃんとおばあちゃんのはかわいくて一緒に話すのは楽しいです。そして介護の仕事ももっと好きになりました。



訪問看護ステーション 菜の花

春のお便り

春バテを防いで元気に過ごしましょう！

新年度がスタートしてから1か月が経過しましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。季節の変わり目は、自律神経が乱れて疲れやだるさを感じやすくなります。また、新生活のストレスや緊張感による心の不調も「春バテ」に繋がります。連休を機に張り詰めていた糸がきれると、「五月病」と言われる症状もでることがあります。五月病は正式な病名では無く、軽度なうつ症状のことですが、症状が軽い内に早めの対策をとって元気に乗り越えましょう。

訪問看護ステーション菜の花 所長 吉岡 久乃

◎「春バテ」の主な症状とは？

1つでも当てはまったら春バテの可能性が
あります。生活習慣の見直しが必要です。

- 日中の強い眠気
- 気分が落ち込む
- 身体のだるさ
- イライラする
- 肩がこる
- 目覚めが悪い



◎「春バテ」を解消するおすすめ習慣

春バテ予防には自律神経を整えることが重要です。

- ◆蒸しタオル等で目元・首元を温める
- ◆お風呂は少しぬるめのお湯に15分ほど浸かる
- ◆カーディガンやストールで冷え対策をする
- ◆ウォーキング・ストレッチなど適度に運動をする
- ◆1日3食、主食・主菜・副菜をバランスよく食べる
- ◆質の良い睡眠をとる

Q. 睡眠の質を高めるには？

A 朝の行動が、夜の睡眠の質を変えます。朝起きたら、すぐに太陽の光を浴びましょう。眠けを促すホルモンが分泌されて14~15時間後に自然と眠たくなります。また、朝食に肉・魚・卵などのタンパク質を摂ることで睡眠の質が向上しやすいです。

Q. 5月になるといつも調子が悪くなります。こんなにつらいのは私だけ？

A 五月病は4人に1人が経験をしたことがある症状です。家族や周りの人、同じ境遇にある友人などに相談してみましょう。また、医療機関で専門職に話してみることで問題解決につながることもありますよ。

花言葉

ちょっと一息

『春』の花『柚子の花』の花言葉は…

「健康美」「恋のため息」「幸福」「花嫁の喜び」「恋のため息」「幸福」

「柚」と「柚子」。どちらもユズですが、「柚」は柚子の木、「柚子」は柚子の実を意味します。柚子の開花時期は5月~6月、収穫期は8月~12月です。



花は毎年開花しますが、「桃栗三年、柿八年、柚子の大バカー八年」という言葉があるように、実が収穫できるようになるまでは長い期間を要します。現在販売されている苗木のほとんどは接ぎ木苗で他の木と接ぎ木させることで結実が早くなり、順調にいけば3~5年程で収穫できるようになります。真っ白で可憐な柚子の花からイメージされた、透き通った心や結婚が花言葉に反映されています。

介護老人福祉施設 こより

お花見 & 桜おやきづくり

こよりでは3月に桜の塩漬けを入れた桜おやきづくりを、4月にはお花見をしました！おやきは餡を生地で包み、桜の花の塩漬けを乗せてからホットプレートで焼いています。今年は早咲きとと思っていましたが、松前町では少し遅めの開花になりましたね！ショートステイの方は坊ちゃん団子を食べながら花見をされました。

満開です(#^~^#)



おいしくできました♡



あとかき



2024年春号は楽しんで頂けたでしょうか？

昨年は猛暑でしたが、今年の夏はどうでしょうか？暑いの苦手な私にとっては心配事の一つとなっています。

熱中症対策をしながら、次回夏号を楽しみにしてして下さい。

企画広報委員会

【くろだ病院】 ★只 由佳里 ☆客野 莉映子 ☆黒川 沙也香 ☆田中 美和野
【菜の花（施設）】 ☆小濱 真紀子 ☆井ノ口 美樹 ☆荒木 暁子
【菜の花（訪看）】 ☆吉岡 久乃
【こより（施設）】 ☆山中 彩 ☆黒河 裕二 (★…委員長、☆…委員)

当誌における個人情報の取り扱いについて

- 取材（写真・画像など含む）、原稿依頼等により取得した個人情報及び個人データは、「くろだより」への掲載の為に使用します。
- 当広報誌は、個人情報が掲載されておりますので、複写・転載を禁じます。
- 個人情報の動画・画像の取り扱いについては、各病院・施設ごとで患者様及びそのご家族との間で取り交わした書面の内容に基づいて取り扱っております。