

雪がた

—— 豊科病院だより ——



豊科病院広報誌

平成24年 5月25日 発行

発行者 豊科病院広報文化委員会

〒399-8205

長野県安曇野市豊科5777-1

URL <http://shironishi.or.jp/>

豊科病院の理念

自他を問わず人間を愛し、慈しむ心を礎に、病める人、障害を持つ人、悩める人に常に自分の家族に接するように優しく接し、最良の医療・福祉サービスを提供し、地域の人々の要求及び個別的な要求にも応え、地域で人々が快適に生活できるような支援を行う。

援護寮アルプスドミトリ

事業と名称の変更

当院の関連施設「アルプスドミトリ」は、これまで精神保健福祉法の精神障害者生活訓練施設「援護寮」として運営してきましたが、同法の改正により、平成24年3月末で同事業が廃止となりました。そこで4月からは障害者自立支援法による生活訓練事業所として新たにスタートし、名称も「アルプスドミトリ」から「アルプスホーム」に変更いたしました。

生活訓練事業所（通所型）になったことで、これまではなかった個々の利用者のニーズに合わせた援助計画を立て、料理や買い物、洗濯、掃除、服薬管理などの日常生活が自立できるよう生活訓練プログラムを実施することになりました。現在、利用定員は20名のところ、14名の方が利用されており、職員は、管理



一時移転先の「サンハイツ穂高」

者サービス管理責任者1名、生活支援員6名の計7名体制でサービスの提供を行っています。今年度は新しい事業体制に慣れるとともに、年末には宿泊型の生活訓練も始めたいと考えています。

また、同施設は安曇野市豊科南穂高地区 当院から東に500m程の所にありましたが、道路の拡幅により平成24年度から建物を取り壊すこととなり、現在は安曇野市穂高の「サンハイツ穂高」というアパートを一棟貸し切り一時的に移転をしています。今年の年末には豊科南穂高の元の場所に新たな建物が完成し、再びその地に戻る予定です。

新しい施設が完成しましたら皆さん是非見に来て下さい！

『第二飛鳥荘』

移転のお知らせ

グループホームケアホーム第二飛鳥荘は、平成23年度末に大きな転機を迎えました。

第二飛鳥荘1(定員4名)は、これまで安曇野市豊科南穂高地区にて、精神障害者生活訓練施設(援護寮)アルプスドミトリと同一の建物の3階で、共同生活介護事業(ケアホーム)と共同生活援助事業(グループホーム)を運営しておりましたが、道路の拡幅に伴い、平成24年4月から建物自体を取り壊す予定となったため、平成23年の後半から移転の準備を始めました。

また、第二飛鳥荘2(定員2名)はこれまで豊科病院から西へ200mの賃貸アパートに、『飛び地』の状態で同事業を運営しておりましたが、入居されている方々の動線の改善を目的に、第二飛鳥荘1と同じ建物になるよう、こちらに移転を計画いたしました。

平成23年秋口には両荘の移転先となる物件を探して回り、戸建



取り壊し予定の
「(旧)アルプスドミトリ・(旧)第二飛鳥荘1」

てではなく賃貸マンションを移転先として契約する準備を行い、第二飛鳥荘の入居者の方々への説明及び物件視察、更には同マンションの住民の方々への挨拶回りを経て、平成24年2月に体験入居と称して両荘とも転居いたしました。この体験入居は、法的な転居日よりも前倒しで転居していただくことにより、入居者の皆さんが徐々に新住居に慣れていただくことを目的にしたものでした。

法的な移転日は、第二飛鳥荘1は同マンションの1階に平成24年

4月1日付で、第二飛鳥荘2は、同マンションの3階に平成24年3月1日付で移転いたしました。なお、居室の都合上、第二飛鳥荘は元来の合計定員6名を5名に変更することになりました。

第二飛鳥荘は平成4年10月に国内で初めて認可を受けた精神障害者対象のグループホームの一つです。その当時より同荘に入居されている方もいらっしゃるため、そのような方にとっては長年居住された空間が変わる一大イベントであり、大変なご心労をお掛けすることが予想されました。しかし、体験入居等によって入居者の皆さんが精神的に不安定になられることなく転居できたことを嬉しく思っています。

グループホームケアホーム移転先

◆第二飛鳥荘1

住所】長野県安曇野市豊科4932-1
103号

◆第二飛鳥荘2

住所】長野県安曇野市豊科4932-1
301号

新年度式



4月2日、当院の新年度式が開かれました。

五味洸病院長は、「新入職員は先輩から技術を習得し、何よりも患者さんから学ばせてもらう姿勢が必要。」と訓示し、次いで職員全員に対して今年度の方針を示しました。式は、配属辞令と昇格辞令へとつづき、本年度は当院に1名、併設の介護老人保健施設安曇野メディアに1名、関連施設の生活訓練事業所アルプスホームに2名、の全4名の新入職員に対して配属辞令交付が行われました。

また、昨年3月に発生した東日本大震災の際、災害医療チーム(JMAT)の一員として被災地にて救援活動を行った当院の職員3名に、日本医師会より感謝状が届き、その授与も行われました。

心の癒し (18)

信州の冬が好き』

看護師 U・Y

今季は例年に比べ、冷え込みが厳しい冬となりました。信州は冬が長く厳しいことで知られています。皆さんは「冬」という季節は好きでしょうか？ スキーの季節を待ちわびている私が、木枯らし吹く初冬の頃、外を眺めながら「早く雪が降らないかな…」とつぶやいていると周囲の「雪はいらないよ」「寒いのは嫌だよ」という痛いほどの視線（実際に言われることもしばしば）を感じます。そうです。残念ながら「信州の冬が好き」派は少数派なのです。それはやはり「厳しい寒さ」と「雪」が原因でしょう。しかし私はその二つが大好きなのです。といっても、さすがに、所

かまわず降って欲しいとは思いません。ゲレンデに降り積もっていただければそれで結構です。何といっても、信州はスキー天国なのでから。

寒空の中、なぜわざわざ寒いところに行くのか？とよく聞かれます。そこまでして行くスキーの魅力は何か、と聞かれると…。一面の銀世界と青空のコントラストや、樹氷などの自然の美しさ、間近に壮大な雪山を鑑賞できること、スピード違反を気にせずにゲレンデを滑走できる爽快感（ただし、出す速度には責任が伴います）、楽しく運動できる、などなど数えだしたらきりが無いほど。シーズン中は、寒さも魅力の一つ。朝が寒ければ寒いほど滑りに行きたくてうずうずしてきます。しかし、なんといっても一番の理由は「好きではなかった冬が好きになったこと」でしょう。ここまできて矛盾を感じたかもしれません、スキーを始める前は、正直言って寒さも冬もあまり好きではあり

ませんでした。しかし、ウェアを着ていると寒さがほとんど気にならず、運動量が多い時には汗ばむこともあるほど。家でじっとしているときより「寒さ」を実感しないことが多いのです。そして自分でも「重症だな」と思うのは、春先のゲレンデを見ていると、何かもの悲しくなってくることです。春は春で好きなのですが、季節の変わり目であるせいかもしれません。当たり前、とも言われそうですが、この心境はほとんどの方に理解してもらえませんか。しかし、冬の「寒さ」と「雪」の到来を心待ちにさせてくれるスキーの存在自体に癒されているのかもしれません。



管理栄養士の

簡単レシピ

No.9

梅雨でもさっぱり 和風パスタ♪



梅雨の季節が近づいて来ました。梅雨の時期は、天気による気温の変化が激しいので、体調を崩したり、食欲が落ちたりしやすいです。また、一年でもっとも食中毒が多い時期なので、予防の為に食事の前の手洗いやうがいをしっかりしましょう。今回は、梅雨の時期でも、さっぱりおいしく食べられる簡単和風パスタをご紹介します。

作り方は、裏面に!!

和風おろしパスタ レシピ（1人分 540kcal 塩分2.7g）

材料（4人分）

- ・スパゲティ・・・320g
- ・大根・・・1/2本
- ・なめ茸・・・1本
- ・ツナ缶・・・2缶
- ・青じそ・・・8枚
- ・刻みのり・・・適量
- ・ポン酢・・・適量

【作り方】

- ①大根をすりおろし、軽く水気を切り、青じそを細切りにする。
- ②ツナ缶の油を軽くきる。
- ③スパゲティを袋に書いてある時間より少し長めに茹で冷水で冷やす。
- ④お皿にスパゲティ、大根、なめ茸、ツナ缶、青じそ、刻みのりの順に盛り付ける。
- ⑤最後にポン酢をかけて出来上がり♪

（平林 啓子）

外来 医師担当表

平成24年 5月現在

曜日	月	火	水	木	金	土
精神科	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	にしざと よしあき 西里 吉昭 医師	ごみぶち みつのり 五味洸 満徳 医師	ごみぶち みつのり 五味洸 満徳 医師 又は なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	ごみぶち みつのり 五味洸 満徳 医師
内科	こばやし たかし 小林 孝至 医師	休 診	ささき みほ 佐々木 美保 医師	休 診	こばやし ひでき 小林 秀樹 医師	休 診

- ◎ 受付時間 午前 8:00 ～ 正午
 ◎ 診療時間 午前 9:00 ～ 終了まで
 ※ 午後は全科**休診**となります。
 ※ 日曜・祝日は全科**休診**となります。

※ご不明な点等は、受付へご確認下さい。
 問い合わせ先 電話 0263-72-8400



～・編集後記・～

豊科病院広報誌「雪がた」第23号をお届けしました。お読みになっていかがでしたでしょうか？
 常念岳の雪がた「常念坊」も、ちょうど見頃ではっきりとその姿を確認できます。その常念坊が太り始め、姿が確認出来なくなると、季節はじめじめとした梅雨（安曇野はそうでもないですが…）となり、そして夏へと移行行きます。
 原発事故以降、節電対策（当たり前のことですが）と騒がれているだけに、今夏はエアコンを使わずに過ごせる涼しい夏であってほしいと願う今日この頃です。

※表題「雪がた」について 春から夏にかけて北アルプスでは様々な雪形が見られ、当院からは常念岳の常念坊や、蝶ヶ岳の蝶などの雪形を正面に望むことが出来ます。雪形が季節の変化に合わせて融けるように、患者様の病も融ける・・・表題にはそんな願いが込められています。

また、表題の写真は当院屋上から撮影しました。