

雪がた



豊科病院広報誌

令和 4年 7月 20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

Tel : 0263-72-8400

URL <http://www.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。

デイケア 新プログラム続々

● 週末をカバーする

おはなしの会

当院の精神科デイケアでは、今月（7月）より「おはなしの会」という新しいプログラムを開始しました。

以前より、デイケアを利用されている方々から「就労継続支援B型事業所 障害者総合支援法の事業」にも通っているが、土曜日と日曜日を休日としている場合が多い。だから週末は独りで過ごしている。通所機関の垣根を越えて、週末に繋がる場所が欲しい」といった声がたくさん挙がっていました。

そこで、その土曜日の午後に、当院のデイケアにてこのプログラムを開催することで、週末の居場所として、また新たな仲間作りの場所として活用される方が増えていきます。

「興味のある方は、お気軽に主

治医またはデイケアスタッフにお声掛け下さい。見学も随時受け付けております。

● 形を変えて再開した

ミニ四駆走行会

当院デイケアでは、以前は街にあるミニ四駆のコースに希望者を募って出かけていました。しかし、この数年は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、そういった院外での活動が出来なくなっていました。コロナ禍とはいえ制限の多い日々

に、メンバーもスタッフも疲れ、どうやって活動したら良いのか悩んでいました。



自作のミニ四駆のマシン

そんな最中、当院内に、使われていないミニ四駆のコースが保管されていることに気づきました。このミニ四駆のコースは、25年ほど前に世間で大流行した際に、当院のイベントで使用したものです。

ミニ四駆に詳しいディケアの利用者さんが、ディケア内での走行会を計画され、25年ぶりに箱から出されたコースを組み立てました。そして、各々お手製のミニ四駆を持ち寄り、久しぶりに走らせてみると、走らせた人は勿論のこと、見ている人も爽快な気分になりました。マシンを持っていない方も、マシンを借りて参戦され、短時間でしたが皆が笑顔になることができました。来月からは、速さを競う大会も計画されています。



組み立てられるミニ四駆のコース

安曇野市 沿道緑化推進団体資材等提供制度を活用

当院の南側の花壇に、今年も色とりどりの花々が並んでいます。これは毎年、当院が花を購入、移植し、花壇作りをしているものです。

それに加えて今年、安曇野市以下、市の沿道緑化推進団体資材等提供制度』を活用することになりました。こ



当院南側の歩道の花壇

の制度は、市内の沿道の緑化に取り組む団体に、花の種や種子、土や肥料、プランターといった園芸資材を提供する市の制度です。

当院は4月に、初めてこの制度を申請をし、90株の花が市から届きました。5月27日に、院内の環境管理委員会と患者CSサービス委員会の職員が中心となり移植を行い、その後も同委員会が世話をしています。例年より花の株が多くなったことで、歩道沿いの花壇は様々な花で彩りを見せています。

当院の西村事務局長は、沿道緑化推進団体資

材等提供制度を活用したことで、例年より花の種類が多く、花壇が明るくなった。当院南側の歩道沿いに、約35㎡に渡り、色々な花を植えたので、歩道を歩かれる方に楽しんでいただきたい。今後安曇野市様の協力を得ながら、街の彩りに貢献していきたい。」と、抱負を述べました。

各病棟で運動会

6月、作業療法の一貫として、病棟ごとに運動会が開かれました。新型コロナウイルス感染拡大防止のために外出はせず、また、他病棟へ患者さんが行き来しない形で催されました。

競技種目は、わっくりレー、じゃんけん物送り「天玉送り」風船ふくらませ対決、そして「応援合戦」など。

高齢の方でも病棟内で安全に行うことができる競技が企画され、作業療法士が運動会を盛り上げ、入院患者さんからは笑顔があふれていました。



応援合戦で指揮をとる作業療法士

頭の体操

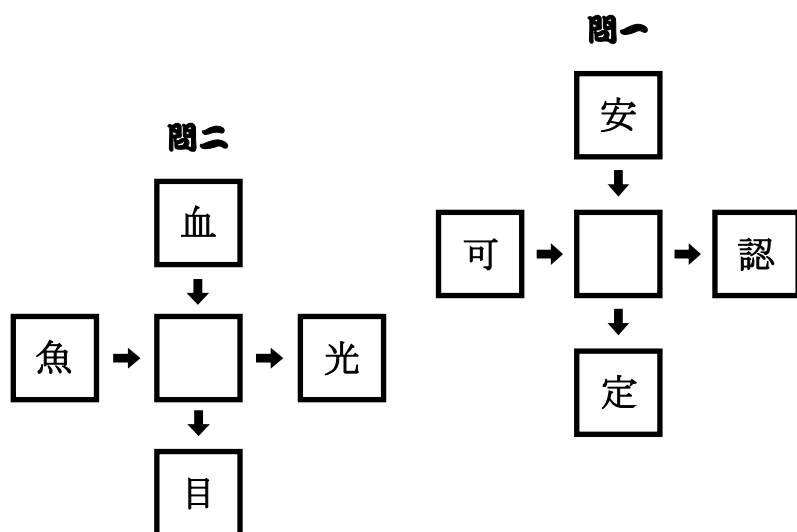
第五回

いかがですか？



頭の体操のコーナーです。好評につき早々に5回目をこ用意いたしました。

真ん中の□に当てはまる漢字を考え、4つの二字の熟語を完成させてください。



※答えは最終ページ、編集後記の下にあります。

心の癒し(39)

精神保健福祉士 吉田 祐樹

今年1月より、豊科病院地域医療保健福祉部に入職しました吉田祐樹です。前職ではグループホームにて、精神保健福祉士として10年ほど勤務しておりました。病院のソーシャルワーカーは初めての経験で至らぬこともあるかと思いますが、ご指導のほどよろしくお願い致します。

さて、私の「心の癒し」ですが、自室で趣味のプラモデル製作をすることです。大人になって、何か趣味を持ちたいと思い、気まぐれにガンドムのプラモデルを作ったことがきっかけでしたが、今では、すっかり沼にはまり、ガンプラ・飛行機・車・AFV・フィギュアなど、なんでも作るようになりました。

プラモデルと聞くと子供の玩具といったイメージがありますが、侮るなかれ、最近の物はとても精巧に出来ていて、子供から大人まで幅広く楽しめる非常に奥が深いものなのです。また、ありとあらゆるものがプラモ化されており、定番のロボットや車、変わったものでは寿

司や盆栽のプラモなんでもものもあり、売り場を眺めているだけでも楽しめます。

制作については、ただ組み立てるだけでなく、改造・ディテールアップ・塗装などこだわり始めるときりがなく、一つの作品の完成までに半年以上かかることもあります。なかなか面倒で地味な作業も多いですが、「ツツツ」と手を動かしていれば必ず完成する成果が目に見える」というのもプラモデルの良いところだと思います。

最近では作るペースより買う量が上回ってしまい、部屋が未組み立てのプラモデル(いわゆる積みプラ)であふれています。が、パッケージやランナーを眺めながら、どんな風に作るのか？と想像するのも楽しいものです。また、作ったらお終いではなく、ショーケースに飾って鑑賞したり、展示会に参加して同じ趣味の人たちと交流したりと、幅



プラモデルを製作する専用部屋の一角

「心の癒し」は、日常の中でたまった心の疲れを癒やしてくれる…そんな方法やコツを、当院職員が紹介するコーナーです。

そんな風に趣味を満喫していますが、心の癒しというになると、趣味そのものより、それを行う環境のほうが大事なように思います。私の場合は自分の部屋、自分の好きなものだけを詰め込んだ自慢のおもちゃ箱です。自分の好きなものに囲まれた、自分だけの空間で、自分の好きなことをする。これが私にとつての最高の心の癒しです。

コロナ禍による外出自粛で家の中でできる趣味が注目されています。皆さんも一つプラモデルを手にとってみてはいかがでしょうか？



展示会に出展したガンブラ

外来 医師担当表

令和4年 7月1日現在

曜日	月	火	水	木	金	土
内科	いわさ たけひこ 岩浅 武彦 医師	休 診	休 診	そねはら けい 曾根原 圭 医師(1・3・5週) やまなか みわ 山中 美和 医師(2・4週)	休 診	休 診
精神科①	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	こみぶち みつり 五味洸 満徳 医師	おかざき たかし 岡崎 隆司 医師	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	こみぶち みつり 五味洸 満徳 医師
精神科②		なかむら ち え み 中村 千恵美 医師			なかむら ち え み 中村 千恵美 医師	

◎ 受付時間 午前 7:00～正午

◎ 診療時間 午前 9:00～終了まで ※木曜日の精神科は、午前9:30～診療開始

※ 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。

※ご不明な点は受付へご確認ください。

お問い合わせ先…Tel0263-72-8400



～ 編集後記 ～

今年は先月6月中に梅雨が明け、いつの間にか本格的な夏に突入し、全国で高温注意報が出されました。同時に各地で集中豪雨による被害がみられています。そんな中、今月上旬に、安倍元首相が手製銃による凶弾に倒れ死去するという事件が発生しました。そして、参議院選が終わったかと思うと、新型コロナウイルスの第7波が到来しつつあり、この夏の爆発的な感染が予想されています。次々とニュースが飛び込む日々です。

新型コロナで、新しい生活様式にも慣れてきた一方、先が見えない日々、疲れと不安が尽きない状況が続いているように思います。今回、感染対策として、国は行動範囲の自粛は求めない方針のようですので、個々人がより一層感染に留意する必要があるようです。

雪がた 雪がた 雪がた

※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。