

# 雪がた

— 豊科病院だより —

豊科病院広報誌  
 令和2年 4月30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。

## 新型コロナウイルスにご注意を！

社会に多大な影響を及ぼしている新型コロナウイルス感染症。感染力が非常に強く、高齢者や基礎疾患をお持ちの方は重症化のリスクが高いと報告されています。

今回の新型コロナウイルスの主な感染経路は「飛沫感染」と「接触感染」と言われています。

飛沫感染とは、感染者の咳やくしゃみなどから放出された飛沫（鼻水や唾液のしぶき）に含まれるウイルスを、周りの人が吸い込むことで感染することを言います。

接触感染とは、感染者が飛沫など、手にウイルスが付着した状態でドアノブなどを触り、周りの人がそれに触ることで鼻や口、目などの粘膜から感染することを言います。今回は、それぞれの感染経路の予防法をご紹介します。

- ① 飛沫感染の予防  
 ① 密閉空間、② 密集場所、③

密接場面が集結する「密」の場面を日頃から避け、感染の有無に関わらず「咳エチケット」を、全員が心がける。

「咳エチケット」とは、マスクの着用、咳やくしゃみの際にティッシュやハンカチ、または服の袖で口を覆うなどのことを指します。

「接触感染の予防」  
 「咳エチケット」に加え、正しい手洗い、使用したマスクの外側を触らないなどが挙げられます。

どれも日常生活に少し意識を加えるだけのものばかりです。自分は大

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をお願いします

**3つの「密」を避けましょう！**

- ① 換気の悪い **密閉空間**
- ② 多数が集まる **密集場所**
- ③ 近くで会話や発声をする **密接場面**

新型コロナウイルスへの対策として、クラスター（集団）の発生を防止することが重要です。日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。

3つの条件がそろった場所がクラスター（集団）発生のリスクが高い！

※3つの条件のほか、共同で使う物品には消毒などを行ってください。

厚生労働省 豊科病院

丈夫」とは思わず、身近な人を守るためと考え、向き合ひをしましよ。

当院では感染予防のため、来院時の検温(額にセンサーを当てる体温計により数秒で終了します。)、待合の換気、車で来院の方には車内でお待ちいただくなどの対応を実施しています。今までと違う対応で「迷惑をおかけしますが、ご理解の程よろしくお願いいたします。

## 作業療法で桜の生け花



例年、入院患者さんは病棟ごとに屋外へお花見に出掛けられますが、今年は新型コロナウイルスの感染防止のため、外出を自粛していただいております。

そこで、作業療法の一環として、病棟内で患者さんに桜の生け花をしていただきました。桜を手に取り、剪定鋏で力強く枝を切ることでむしろ例年以上に春を感じるひと時になったと思います。各病棟のホールが、桜で華やかになりました。



作業療法部

丸山 結以

4月から豊科病院の作業療法部に入職した丸山結以です。入職して1ヶ月経ちました。この1ヶ月はとても早く、毎日期待と不安でいっぱいでした。ですが、作業療法士(OT)の先輩方がとても優しく、丁寧に教えて下さったおかげで少しずつ慣れることができました。

まだまだ、覚えることや勉強しなければならぬことが沢山あります。一つ一つ乗り越えて、少しずつでも自分になりたいOT像に近づけるように頑張ります。

さて、私の心の癒しは猫の動画を見ることです。私が好きな猫は「ホイップちゃん」という猫で、飼い主さんからは「ホイちゃん」と呼ばれています。飼い主さんの呼びかけに反応して鳴く姿がとても可愛いです。無心で見ているらるため、とても心が癒されます。

最後に、社会人一年目で至らない所が沢山あ

ると思いますが、「指導のほびひろく」をお願い致します。

「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「ツ」を、当院職員が紹介する「コーナー」です。

## 新年度式



4月1日に、豊科病院と安曇野メディア合同の新年度式が開催されました。新型コロナウイルスの感染防止のため、各部署の代表者のみが出席し式典の時間も短時間、という異例の新年度式となりました。

関総長理事長と五味洲病院長のそれぞれから訓示を受け、関総長理事長は新しい職員を迎える祝いの中で申し訳ないが、新型コロナウイルスの感染防止に努めて欲しい。医療従事者として、通常以上の意識と行動に心掛ける。マスクを過信しない。手洗いと手指消毒の徹底。密閉、密接、密集の3密の場は避ける。と、医師の立場としても職員に注意を促しました。

今年度は、昇格も含め4名の職員に辞令が交付されました。

このコーナーは1年半ぶりの掲載となります。これまで、障害年金、自立訓練事業所やグループホームなどの紹介をしましりましたが、今回は「障がい者総合支援センター」(以下、センター)という、地域でよろず相談ができる事業所をご紹介します。

センターは、障がいのある方が気軽に相談できて安心して地域で生活を送られるように、長野県内の10の圏域ごとに設置されています。個別の相談をすることができ、そして個別に支援を受けることができます。

なお、令和2年度から、松本圏域にも「障がい者基幹相談支援センター」も開所されました。この「基幹相談支援センター」は、圏域全体を対象にする、地域の福祉づくりを主な事業としています。

●なんでもQ & A

Q 何が相談できて何をしてくれる所なの？

A 障がい者等ご本人やご家族の願いや思いに基づいた支援をしてくれます。思いとしては、以下に例を挙げます。

- ・福祉サービスを知りたい。
- ・家族や友人との関係が上手くいかない。
- ・一人暮らしがしたい。
- ・仕事をしたい。上手に働きたい。
- ・同年代の仲間と交流がしたい。
- ・子供の成長や将来が不安。
- ・保育園や学校生活の相談にのって欲しい。
- ・就学の相談にのって欲しい。
- ・親亡き後の生活や財産管理が不安。
- ・医療的なケアが欲しい。
- ・趣味などで暮らしを充実させたい。
- ・たまには旅行に行きたい。
- ・自分のことをわかっで欲しい。
- ・自分らしく暮らしたい。

Q ようやって相談をするの？

A 電話での相談や、センターに直接相談に行っていたり、またはセンターの相談員がご自宅に訪問したりと、相談しやすい形で相談ができます。

Q どうしてなのですか？

A 下表が松本盆地の主幹となるセンターで

	名称	住所	電話	担当地域
大北圏域 障害者総合 相談支援センター	スクラム・ネット	大田市大町1129	(0261) 26-3855	大田市 小谷村 白馬村 池田町 松川村
	あるぷ	安曇野市穂高9181	(0263) 31-5844	安曇野市 麻績村 筑北村 生坂村
	Wish (ウィッシュ)	松本市双葉4-8 なんぷくプラザ1階	(0263) 26-1313	松本市
松本圏域 障がい者総合 相談支援センター	ボイス	塩尻市大門六番町4-6 塩尻市保健福祉センター 1階	(0263) 51-5353	塩尻市 朝日村 山形村

※「障害」「障がい」の表記につきましては、固有名称を尊重しています。

す。お住いの市町村に該当するセンターへご相談ください。

Q 相談にかかる費用は？  
A 無料です。

Q 個人情報を守らねるの？

A 相談の専門スタッフが対応しますので、個人情報を守られます。相談される方の許可を得て、関係機関に連絡及び、連携します。

Q いつ相談できますか？

A 通常、月曜日から金曜日の9時～17時に受け付けています。祝祭日や年末年始などはお休みです。事前に、各センターにご確認ください。

Q どんな相談員がいるの？

A 子どものこと、居住のこと、退院のことなど相談内容によって、その分野の専門の相談員が対応します。社会福祉士や精神保健福祉士等の国家資格を持った専門職も多く在籍しています。

## 外来 医師担当表

令和2年 4月1日より

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	いちかわ りょう 市川 椋 医師	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	ごみぶち 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	ごみぶち みつり 五味洸 満徳 医師
精神科②	いわもと よしき 岩本 芳樹 医師	いわもと よしき 岩本 芳樹 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。 ※ご不明な点等は、受付へご確認下さい。  
※ 日曜・祝日は全科**休診**となります。 お問い合わせ先 電話 0263-72-8400

### ～ 編集後記 ～

新型コロナウイルスの影響で生活が大きく変わってしまいました。

楽しみにしていた東京五輪も延期になってしまい、何とも悔しい限りです。

先日テレビを見ていたらバドミントン女子シングルの奥原希望選手(大町市出身)が、東京五輪延期に対しコメントをしていました。「少し競技から離れることもプラスじゃないかという気持ちになった。準備だったり練習環境は十分じゃないかもしれないが、だからこそ結果以上の物がつかめると思う。言葉や文化を飛び越えて一つになれるというのが、スポーツの良さ。そのスポーツの良さを世界中の人と分かち合うことができれば最高だと思う」と。この前向きなコメントが、私の胸にグーッときました。

世界屈指の競技力だけでなく、競技への実直な想いは、私達も前向きにさせてもらえます。

### ※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。