

雪がた

— 豊科病院だより —



豊科病院広報誌
令和6年2月3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。

新年式、令和6年幕開け

1月4日に、豊科病院と老人保健施設安曇野メディア合同の新年式が開催されました。

関総長理事長は「1月1日から能登半島で大きな震災があった。また、1月2日には羽田空港にて大きな飛行機事故があった。暗いニュースで令和6年が始まった。」

令和6年度は、第8次の医療計画があり、県から総合計画が示される。その中で、医療や福祉の指針も示される。我々のような中小病院は、その計画に沿って事業を展開していかなければならない。

また、今後は地域包括ケアを重視していく必要がある。これは精神科においても同じ。今まで以上にアウトリーチが必要になってくる。職員は利用者のニーズをしっかりと捉えて、訪問看護、訪問介護、訪問リハなどを重点

的に行い、それらの部署と連携や協力していく必要がある。医療や福祉に関して、これまでとは異なる頭の切り替えが求められる」と職員に訓示しました。

続いて、五味洲病院長は「昨年は新型コロナウイルスの対応、また年末年始の入院の受け入れなど、職員の日々の協力はありがたいと思っている。」

1月2日に羽田空港にて大事故が



訓示する関 総長・理事長

起きたが、人間がやることなので、ミスが起こる。医療福祉業界も同じ。ハイソリッドの法則にもあるが、軽微な数多くのヒヤリハットのヒヤリ、重大な事故が起こることを忘れないで欲しい。ミスを起こさないために報告と連絡だけではなく、確認の作業が非常に重要になることを念頭に業務にあたってほしい」と訓示しました。

特集 退院された方の声②

通院患者さんへのインタビュー】

Q：豊科病院に入院した後の期間が診てもらったか？

A：数十年受診してこられます。豊科病院には何回も入院しています。令和5年も入院しましたが、今回は1ヶ月ほどの入院でした。

Q：入院生活はどのような感じでしたか？

A：何度も入院しましたが、新型コロナ前は入院中であっても街への単独外出が自由で良かったです。しかし、新型コロナが流行して



いるときは、感染予防から外出ができなくなり、とてもストレスになりました。

Q：退院後はどのような生活を送っていますか？

A：豊科病院から退院し、自宅で生活しています。持ち家です。一人暮らしです。

Q：一人暮らしですが、誰か家に来てくれる人はいませんか？

A：ヘルパーさんが週に5回来てくれて掃除や洗濯をしてくれます。とても助かります。それから、ボランティアの方々や女性2人組で月に2回来てくれます。ボランティアの方とは、色々なお話をしています。

Q：退院後の生活はどのような感じですか？

A：地域で一人で生活する事は良いです。でも悪いこともあります。良いことの方が多いかな。楽しみは庭で育てた花を、生け花にしたりミニトマトを作ったり、ラデュッシュを作ったりする事です。それくらいしか出来ないけれど、とても上手くできました。それから、ヘッドフォンをつけてラジカセでCDを聴くことも



楽しみです。夜は新聞を読んだり、ラジオが多くなります。

Q：1日中家で過ごすのはどう感じますか？

A：いえ、高齢者のデイサービスにも行っています。

週に1回、曜日を決めて行っています。それから豊科病院の通院は2週に1回です。退院したばかりの時は、先生と相談して心の安定のために週に1回の受診でしたが、今は2週に1回です。

Q：一人暮らしで不安なことはありますか？

A：家のことです。水道が凍みたりして壊れたりするものが心配です。

Q：一人暮らしの日はありますか？

A：無理しなきゃいけないこと。休み休みやることです。一人暮らしでも、家に来る人もいるし、デイサービスに行ったりヘルパーさんが来たり、庭いじりなど、1週間がすべて終わります。

この「退院された方の声」のコーナーは、前号から始まりました。当院精神科に通院されているお一人の患者さんから、私のような退院した患者さんが、地域でどんな生活をしているのか、豊



科病院の広報誌に載せて紹介してほしい」と、本誌の編集者にご提案をいただいたことがきっかけです。この5回の特集を組み、退院された方々の地域生活をご紹介しています。今回 第2回は、通院されている70代の患者さんの声を掲載しました。

なお、インタビューさせていただいたそれぞれ患者さんから、本誌へコメントを掲載する承諾を得ております。

わっしょいも実食

作業療法では、昨年、園芸メンバーの入院患者さんが院内の畑でサツマイモをつくり、10月に

予想以上の収穫があったことを前号でお伝えしました。

サツマイモが大量に収穫できたため、園芸メンバーの皆さんが、作業療法の中で食されて来ましたが、1回では食



べきねず、3回に分けて実食され、今年に入りようやく実食されました。

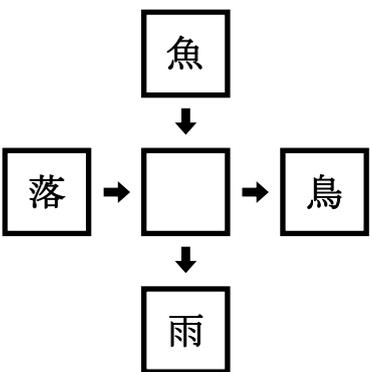
その調理方法ですが、当院は街中にあることにより、焚火をして焼き芋にすることが難しいため、電子レンジのスチーム機能で蒸して調理を行いました。一回目はバターをつけ、二回目はアイスと合わせ、三回目は大学芋にして枝豆とアイスを添えて・・・と、毎回違った調理をしました。その味は、皮はやや硬さがあつたものの、実の部分は甘みがあり、患者の皆さんは天満足「おいしかった」「またやってみよう」とコメントされ、充実した活動になったと思います。

頭の体操 いかがですか？



真ん中の□にはまる漢字をきん

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。

デイケア便り

～療養の中にもっと楽しむヒント～

精神科デイケアでは、それぞれのメンバーが希望されるプログラムを行事として実施しています。発案者のやってみたい事柄」を、実現させていくプログラムです。約1カ月をかけて準備と企画をしていきます。

そのやってみたい事柄」ですが、寒さが厳しい冬季は、外出等の企画が減り、調理の希望が多くなっています。

1月はお雑煮会が企画されました。地域で生活されているとはいえ、グループホーム等では誤嚥などの心配もあり、食事としてお餅が提供できない所もあるそうです。メンバーの方々から、餅が食べたいな。焼餅ではなくて雑煮が食べたい」子供の頃に食べたアラ汁につけて食べると美味いんだ」という発案があり、野菜たっぷりのプリアラ汁のお雑煮を作り、その思いを実現しました。お雑煮はそれぞれのお宅の文化とも言えるため、正月のお餅について、丸餅のとじ餅もあるの？」「味つけは味噌？それとも醤油？」「具は何が入っているの？」と、それ



それのお宅のお雑煮について語りが合いながら、思だくさんのお雑煮に舌鼓をうちました。

節分には恵方巻を作りました。海鮮焼肉サラダの3種類の巻物を、皆で協力し合って作

りました。海苔巻きなんて初めて」という方もいらっしやいましたが、調理師免許のあるメンバーさんが巻き方を実演して教えてくださり、大小様々の恵方巻が完成しました。

2月は鴨鍋風鶏鍋と、鶏づくしの食事が計画されています。長野県で生活している私達には鴨肉はなじみの薄いものですが、2月になるとちよつとお高い店で、鴨鍋を食べる風習のある地域があるそうです。残念ながらライオンでは鴨肉は用意することはできませんが、鴨鍋ならぬ鶏鍋作りを計画中です。もう一つは、鶏づくしの食事が企画されています。鶏肉を使ったご飯や焼き物など、文字通り鶏のフルコース風です。

毎月のように行事で調理を重ねる中で、普段は包丁を持ったことのないメンバーさんも少しずつ調理に慣れ、誰かに見守ってもらえたら包丁が怖くはなくなった「家で簡単な料理をやってみたいと思うようになった」といった声があり、このプログラムが奏功していると思えます。



外来 医師担当表

令和 6年 2月 1日現在

曜日	月	火	水	木	金	土
内科	休 診	休 診	休 診	こまつ まさみち 小松 雅宙 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 みつのり 五味淵 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 みつのり 五味淵 満徳 医師
精神科②	かわぶち まさる 川淵 優 医師	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。

※ご不明な点は受付へご確認ください。

※ 日曜・祝日は全科休診となります。

お問い合わせ先…Tel.0263-72-8400



～ 編集後記 ～

本年1月1日に発生した能登半島地震では甚大な被害が発生しました。被災された方々には、心からお見舞いを申し上げます。1カ月が経ちましたが、いまだ多くの災害の爪痕が残っており、一日も早い復旧を心からお祈り申し上げます。

私達の住んでいる長野県も地震については他人事ではなく、研究によると南海トラフ地震も30年以内で70～80%、50年以内では90%程度に及んでおり、十分警戒が必要です。

皆様も有事の際に自身の命を守れるよう、日頃から災害時の備えを万全にして過ごしたいものです。

「罫」：罫線の罫

※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。