

雪がた

豊科病院 広報誌

令和 6 年 7 月 29 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。

豊作の盛夏〜園芸療法〜

今年も作業療法部では園芸療法の一環として、豊科病院の畑で野菜を育てています。

例年通り5月中旬より、入院患者さんとスタッフで土を耕し、畑作りに取り組んで来ました。キュウリ、トマト、ナス、ピーマン、オクラ、スイカ、サツマイモと、数多くの苗を植え、支柱の設置、追肥、剪定、そして、近年頭を悩ませるカラスや虫への対策も行いました。雨二毛負けず、風三毛負けず、厳しい暑さにも負けず・・・毎日育ててきた甲斐もあり7月には収穫を迎え、豊作の夏となっております。

収穫第一号は、大きなキュウリでした。中はみずみずしく、ほんのり甘みがあり、患者さんからも「美味しい」との声



がきかれました。

ナス、ピーマン、トマト、オクラ・・・と

次々に収穫を迎え、キュウリの浅漬けやナスの炒め物など、



調理にも工夫やバリエーションを加え味わいました。中でも、ピーマンの丸ごと焼きは入院患者さんから大変好評でした。

園芸療法はまだまだ続きます。スイカやサツマイモの収穫が待ち遠しく思います。

特集 退院された方の声④

Q: これまでの受診歴は？

A: 27歳の頃から信大病院、城西病院、豊科病院などに受診（精神科）してきました。豊科病院には3回位入院して、今は通院中です。

Q: 退院後はどのような生活を？

A: 自宅で一人暮らしをしています。ほぼ毎日ウォーキングを40分間、コースを変えながらやっています。歩くことは運動の基本で、足腰が丈夫になって良いです。それから、三食はうどんなど、なるべく自分で作るようにしています。スーパーに買い物に行きますが、弁当などは買わないようにしています。以前は、父親と田んぼをやっていたのですが、父親が他界し、田んぼがとても大きいため、自分一人



ではできないと判断し、今は他人に頼んでやってもらっています。

Q: 一人暮らしという点ですが、誰か家に来ますか？

A: 民生委員さんが時々来ます。ヘルパーさんや訪問看護師さんは来ません。掃除機をかけたたり、片づけなども、自分でやるようにしています。

Q: 一人暮らしでの不安は？

A: 戸締りが心配です。外出中の心配よりも、眠っている時に「施錠したっけ？」と、思い、起きて確認に行くことがあります。

Q: 「地域で一人暮らし」の「いばつ」

A: さつき言った散歩中に、近所の人と会話をすること。それから、三度の食事をしっかりと摂ること。あと

は薬の管理が大切で、決められた通りちゃんと飲むことです。この前の入院で、薬を服用しないといけないと、身に染みてわかったので、退院してから飲み忘れは無いです。飲むと効果てき面です。

Q: 入院患者さんへメッセージは？

A: 入院中に入院患者さんたちと、人間の根底の話ができました。地に足がついた話です。良いメンバーで救われ、感謝しかありません。

この『退院された方の声』の「コーナー」は、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誕生しました。

そこで、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4回)は、通院されている60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。

バラの日



6月11日に『バラの日』が開催されました。『バラの日』とは、当法人の職員の永年勤続者を表彰する催しであり、毎年6月に各事業所で開かれます。

永年勤続者は、5年間勤続した6年目の職員に『5年表彰』、10年間勤務した11年目の職員に『10年表彰』というように5年毎に区切られて表彰されます。豊科病院と老人保健施設安曇野メディアアを合わせて21名が表彰されました。

劇団 RINRY 5年ぶりの公演 演劇で権利擁護や虐待防止を学ぶ

豊科病院には「RINRY」という劇団があります。この劇団は、院内の患者権利擁護・倫理委員会の委員が劇団員となり構成されています。

当院では、職員を対象に、毎年権利擁護や倫理に関する研修会を行っておりますが、この劇団が「権利侵害や虐待」をテーマにした様々な場面を、演劇を通して表現し、職員の理解を深めるようにしています。演目は毎回6本程度。自己決定の尊重、虐待の芽とは、個人情報保護、プライバシーの尊重、人権擁護、など様々な演劇が繰り広げられます。

演劇を観た職員は、演じられた場面の中でどのような権利侵害があったのかグループで話し合い、対策を考えます。

新型コロナウイルスが流行する令和元

年までは、4年連続で、その演劇による研修を行ってきましたが、新型コロナウイルスによって演劇はお休みしていました。今年は久々の演劇による研修でしたが、参加した職員からは、「患者さんの権利擁護や職員倫理が可視化されて理解できた」と、好評でした。



演劇的一幕

ボランティアの方より一言



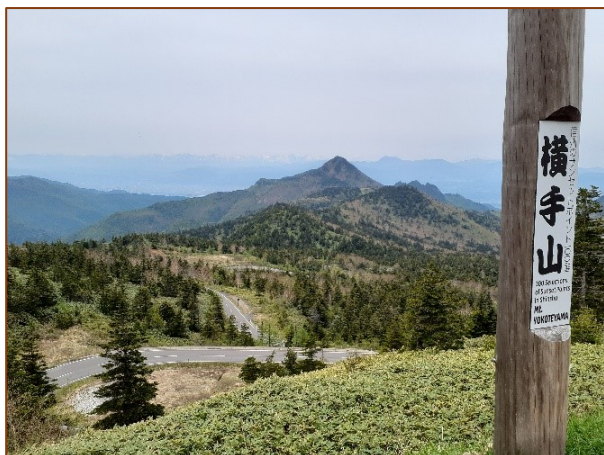
この夏に、豊科病院でボランティアをさせていただきました。学校のカリキュラムのためのボランティアでしたが、病院の中では、様々な職種の職員の方々が協力し合いながら、患者さんお一人お一人のケアをしていることを学びました。

関連施設だより

グループホーム春の小旅行 ～志賀高原～

5月30日、グループホーム第一飛鳥荘と第二飛鳥荘の入居者の皆さんが、志賀高原へ春の合同小旅行に出かけられました。この旅行は、グループホームの入居者の方々が輪番で幹事となり、企画・運営される行事です。

行程は、豊科から高速道路で中野市へ。そこから志賀高原に入り、池などを散策。そして、横手山にて雄大な景色を見ながらドライブインで昼食。午後は、横手山から数キロ走行したところにある日本国道最高地点（標高・2,172m）で、眼下に草津温泉街を見下ろしながら記念撮影。群馬県の万座温泉経由で長野県の小布施に戻ろうとしましたが、道路が通行止めにて、急遽予定を変更し、嬬恋経由で上田市へ。上田市では、JR上田駅の新幹線のホームに入場し、猛スピードで通過する新幹線を体感。三才山トンネルを経由し、安曇野へ戻りました。



天候も新緑も景色も最高の日で、休憩の度に何らかの飲食をされ、今や定番の出費増の方も！旅行中は参加された方々から「初めて志賀高原に入った。志賀高原は別世界」「国道の最高地点は初めてだ」「まさか群馬県に入るとは思わなかった」「通過する新幹線は、入場料はなかったが話のタネになった」と、リフレッシュされた声が聞かれました。

外来 医師担当表

令和 6 年 7 月 1 日現在

	月	火	水	木	金	土
内科	休 診	休 診	休 診	信州大学 病院 医師	休 診	休 診
精神 科 ①	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	にしぎと よしあき 西里 吉昭 医師	ごみぶち みつのり 五味洙 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 五味洙 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 (新患)	
◎ 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…Tel0263-72-8400						

●編集後記●

雪がた 84 号はいかがでしたでしょうか。

7 月 26 日にパリオリンピックの水上開会式があり、その後熱戦が繰り広げられ、チーム JAPAN のメダル獲得も始まっています。長野県関係の選手はアーティスティックスイミングの小林兎選手をはじめとした 13 人の選手が出場しており、活躍が期待されています。カナダ代表ですが、塩尻～松商学園出身の柔道の出口選手にも注目です。

オリンピックで世界が熱狂している中ではありますが、今夏は例年以上の暑い日が続くようです。皆さん熱中症などにはくれぐれも注意して、この夏を乗り切りましょう。

※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。