



若葉の緑が日ごとにすがすがしく感じられる季節となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。日頃より、リバーサイド病院広報誌「リバーニュース」をご愛読いただきまして誠にありがとうございます。古来より、本格的な暑さが始まる前に無病息災を願う行事として「端午の節句」がありますが、江戸時代の中頃より、子どもの健やかな成長を願って鯉のぼりが掲げられるようになったそうです。鯉の色は家族を表わされており、黒い鯉が父親、赤い鯉が母親、青やピンクの鯉が子どもたちとされています。矢車は子どもを守るために神様が降りてくるための目印と考えられているそうです。以前に比べ、屋外で鯉のぼりを目にするのが減ってきていますが、このような季節の風物詩を感じると不思議と気持ちが癒されるように思います。



§ 病院基本理念 「敬愛・奉仕・信頼」

§ 基本方針

- 1) 人間愛と奉仕の精神に基づき、患者様を中心とした安らぎある誠実な医療を行います。
- 2) 患者様の基本的人権を尊重すると共に、守秘義務を厳守します。
- 3) 患者様の療養生活の質の向上のみならず、社会復帰や自立した地域生活などへの支援を行います。
- 4) 患者様ならびにその家族からはもちろんのこと、地域から信頼される病院を目指します。
- 5) 上記を実行するため、職員が高い志を持って日々研鑽に努めます。

患者様権利

リバーサイド病院は以下の権利を遵守いたします。

- 1、平等で最善の医療を受ける権利
- 1、安全に医療を受ける権利
- 1、治療を自由に選択し自己で決定する権利
- 1、治療内容を知る権利および知らないでいる権利
- 1、プライバシーが守られる権利
- 1、他の医師や第三者の意見も聞き納得して治療を受ける権利（セカンドオピニオン）
- 1、通信・面会の権利
- 1、最小の制限のもとでの治療を受ける権利
- 1、苦情を申し立てる権利

リバーサイド病院

院内行事報告

お花見(ゲーム大会)



ひな祭り会

平成29年2月末にひな祭り会を5階ホールにて行いました。カラオケ大会やケーキなどを食べ、参加した患者様からは「参加して楽しかった」と嬉しい声をいただきました。今後も患者様が楽しく過せるような行事に取り組んでいきたいと思います。

平成29年3月31日、お花見に行く予定でしたが、残念ながら雨天のため中止となり5階ホールにてゲーム大会を行いました。OTからは患者様全体で行うボール渡しやクイズ、スタッフが行う二人羽織りなどを、患者様からはピンゴ大会を行いました。桜の観賞は惜しくもできませんでしたが、ゲーム大会も楽しんでいただけたようで患者様から沢山の笑顔を見ることができました。



デイケアだより 食事会～関あじ関さば館～

平成29年3月21日に佐賀関の綺麗な海が観えるお店、「関あじ関さば館」に行ってきました。さまざまなメニューがありましたが一番の人気は「関の海鮮丼」でした。器からはみ出てまだ動いている魚をみて、思わず「わあ!」と驚いてしまうメンバーさんもいました。佐賀関の綺麗な海を観ながら、新鮮なお魚を美味しくいただきました。参加されたメンバーさんからは「満足です」「美味しかったです」と嬉しい感想も多く聞かれ、お腹も心も満たされた食事会となりました。



高齢化と向き合うⅡ ～転倒を防ぐ～

前回は転倒を防ぐ注意点を話しましたが、今回は転倒予防の歩き方について説明したいと思います。高齢者にとって転倒するという事は、これから先の人生を大きく左右することがあります。若い時と違い体が思うように動かなかったり、運動や買い物億劫になる事もあるかもしれませんが、歩き方ひとつで転倒防止に繋がります。



★転倒防止の歩き方

- ① 足を上げて手を振る・・・
高齢になると、すり足となり歩幅が狭くなり足同士がもつれて転んでしまいます。足は出来る限り上げて、バランスをとる為に手も同時に振るように歩きましょう。
- ② 時間に余裕を持ち走らない・・・
時間に余裕がないと、どうしても走ってしまい転倒してしまうリスクが高まります。身体能力に合った生活、時間に余裕を持ち、慌てることが無い様な生活を送りましょう。
- ③ 無理はせず手すりを使う・・・
階段やスロープなどの危険リスクが高い場所では、大丈夫と過信せず、自身が高齢であると自覚を持ち、手すりを利用しましょう。



各病棟行事

2月
4月

1病棟



肌寒い日が続く、桜の開花も例年より遅れた今年の春。1病棟のウッドデッキでは色とりどりの寄せ植えがきれいに咲き、心癒される空間が出来ました。お花に囲まれ今後は茶話会を開く予定です。

2病棟



平成29年3月24日病棟でお楽しみ会を行いました。スタッフが手品を披露したり、グループに分かれ、コトバパズルゲームを行いました。頭を悩ませ患者様同士で協力しながらパズルを完成させ、とても楽しそうにされていました。

3病棟



平成29年3月8日大分市美術館へ行ってきました。天候にも恵まれ絶好のバスハイク日和になりました。普段は参加されない患者様も参加され、皆さん熱心に観賞されていました。普段とは違った表情もみれて楽しいバスハイクになりました。

5病棟



平成29年3月1日、5グループのチームに分かれトーナメント方式で風船バレー大会を行いました。普段からスポーツ活動に取り組んでいる患者様はもちろんのこと、車椅子を利用しての患者様も参加し、接戦の続く白熱した試合展開となりました。思いがけない方向に飛んでいく大きな風船に観戦者からの応援も加わり大いに盛り上がりました。表彰式のあとは、健闘をみんなで称え楽しい1日となりました。

6病棟



平成29年3月22日、病棟でゲーム会を開催しました。ゲームで体を動かし楽しんだ後、イチゴのケーキをみんなで食べ楽しいひと時を過ごすことができました。



ストレス対処法 その25

前回触れましたように自動思考とスキーマは、私達の瞬間的な判断を助ける適応的な働きをしています。しかし自分にとって否定的な意味を持つ出来事が起きると、それに関連したスキーマが刺激され、適応的でない働きをするようになりその影響で極端な認知が生じてきます。それが自動思考として患者さんに意識され、思考(認知)と気分、行動の悪循環に陥っていきます。認知行動療法ではこのような現実と思考のズレ、つまり認知の偏りに注目しながら、現実に沿った考え方が出来るように認知を修正していきます。そこで、次にその認知の偏りの代表的なものを挙げていきます。

- ① 恣意的推論: 証拠が少ないのに思いつきを信じこむ状態で、「思いつき」「先走り」といった言葉で表現できるものです。例えば、恋人からのメールの返事がなく、「あの人は、もう私に興味がなくなったんだ。これで二人の関係は終わりだ」と思い込んでしまいます。こうした思考パターンに対しては、「そう考える根拠はどこにあるのか?」と考えるなど、具体的な証拠に目を向けてもらうようにしていきます。
- ② 二分思考: 物事が曖昧な状態に耐えられず、いつも白黒つけていないといられない状態で、「白黒思考」と呼ばれたりします。例えば、「一つでも完全でないものがあれば、全くの失敗だ」と考えたりする場合です。こうした思考パターンに対しては、連続的に考えることが大事で、できていること、できていないことの両方をリストアップして、それぞれに点数をつけてもらうようにします。
- ③ 選択的抽出: 自分が関心のある事柄にばかり目を向けて抽象的に結論づける状態です。例えば、健康状態が気になると、身体の不調にばかりとらわれたりするようになります。こうした思考パターンに対しては、他に見逃している事実がないかどうか調べてみるようにすすめます。
(玉那覇 邦)

OTだより

～心も体もリフレッシュ～



入院患者様の高齢化が進み、転倒の危険性のある患者様や車椅子、歩行器を使用される方が増えてきています。当院では、身体機能の維持を目的として、作業療法プログラムの一環であるスポーツ活動にて個別に身体機能リハビリも取り入れています。主に歩行訓練や起立訓練、下肢筋力増強訓練、介護予防体操などを取り入れています。また病棟内で行う作業療法活動でも、個別に身体機能リハビリを実施して、患者様の生活の質の向上を目指しています。



部署紹介

[6病棟]

6病棟は認知症治療病棟で、患者数は2階30床、3階30床の計60床です。

認知症のケアとして受容・共感を大切に、患者様一人一人の気持ちに寄り添えるよう努力しています。そして、職員間で情報を共有し対象に合わせたケアを行う事で、患者様が安心して入院生活を過ごす事が出来、笑顔が多くみられる様な病棟を目指していきたいです。



薬剤部だより

～新人職員挨拶～



門川 麻衣子 (薬剤師)

昨年10月より勤務しています。早いもので半年が経過しましたが、まだまだ不慣れな点が多々あります。ご迷惑をお掛けすることもあるかとは思いますが、早く環境に慣れ、患者様やスタッフの皆様方のお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願い致します。

～食中毒にご注意を～

気温が上昇し、湿度が高くなるこれからの季節は食中毒が発生しやすくなります。ノロウイルスによる食中毒は冬季に多発すると言われていましたが、近年では気温や湿度に関係なく1年を通じて発生しています。そこで今回は食中毒予防をご紹介します。



ノロウイルス感染の特徴として少量のウイルスでも感染するため、食中毒予防対策は今までの**3原則**から**4原則**になりました。

3原則

- ① 菌をつけない
- ② 菌を増やさない
- ③ 菌を殺す



4原則

- ① 持ち込まない … 手洗いの徹底
- ② 広げない …… 塩素剤で適切な処理
- ③ 付かない …… 調理前の手洗いの徹底
- ④ 加熱する …… 十分な加熱

定年退職者挨拶



阿南 春美 (介護士)

リバーサイド病院に入職し、8月で7年になります。あっという間の7年でした。いろいろな事がありましたが皆様方のお陰で無事定年を迎える事が出来ました。本当にありがとうございました。これからも頑張りますのでよろしくお願い致します。

退院前訪問看護 について



退院後の生活がスムーズに送れるように、可能な範囲で入院中から退院後の生活に向けて必要な支援と一緒に考えお手伝いさせていただいています。

これまでに退院先となる施設の見学や生活必需品の買い物、自宅の掃除などを行ってきました。

関心をもたれた方は、主治医もしくは病棟スタッフ等にご相談ください。

精神障害者保健福祉手帳を ご存知ですか？

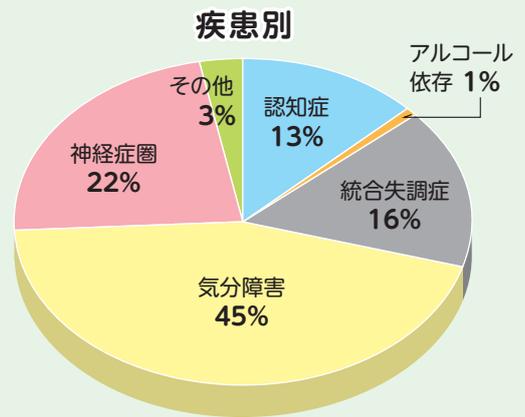
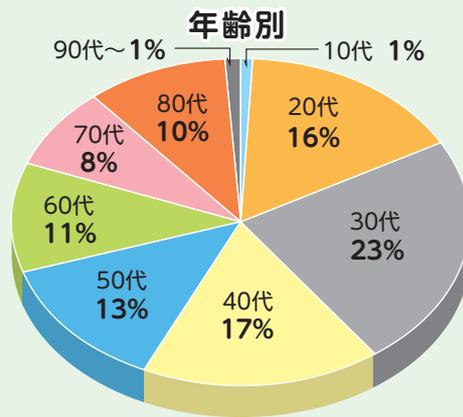
一定の精神障害の状態にあることを証明し、さまざまな支援を受けることができるようになります。

精神障害のために、長期にわたって日常生活や社会生活に制約のある方を対象としています。

※主たる精神障害で初めて病院にかかった日から**6ヶ月以上**たたないと申請ができませんのでご注意ください。

平成28年度 治療実績

初診患者
年間 424名
〔 男性:211名
女性:213名 〕



春のカラダの準備できていますか？

冬のカラダから春のカラダへの変化を助ける働きをしてくれるのが「苦味」のある食材とされています。うど、ふきのとう、ごごみ、たらの芽などの山菜に含まれる苦味成分は抗酸化作用、新陳代謝の活性化を促してくれ、体内の不要なものを排出してくれる効果があるとされています。

春のカラダに必要な春の食材・山菜をいつもの食卓に少し取り入れてみてはいかがでしょうか？



編集後記

新年度の広報委員を
関谷より小野が引き継ぐこととなりました。院内の行事や当院からのお知らせなどを含め、皆さまが手にとっていただけるような紙面作りに努めていきたいと思えます。どうぞ宜しくお願い致します。（小野）



★所在地

TEL (097)568-7991 FAX (097)568-7992
〒870-1133 大分市大字宮崎6番地の3

★診療科目

精神科・心療内科・内科

★受付・診療時間

初診の受付時間(月～土)	診療時間(月～土)
午前 8:00～11:00	午前 9:00～12:00
午後 12:00～16:00	午後 13:00～17:00

再診の受付時間(月～土)

※原則として
午前 8:00～11:30
午後 12:00～16:30

※日曜・祝日は休診します。
※土曜の内科の診察は行っていません。
※御来院の際は、保険証をお持ち下さい。

★病棟名称・入院病床数

ストレスケア病棟（新設）、一般治療病棟、社会復帰病棟、療養治療病棟、認知症治療病棟
入院病床数：234床

★交通アクセス

■JR利用

大分駅からタクシーで約10分
(約6km)

■バス利用

JR大分駅前より数戸・星和台行き
大分バスで約20分・光吉入口バス
停で下車・徒歩約3分

■大分自動車道利用

光吉インターより、ホワイトロード・
宮崎交差点を右折(約100m)

