

## 開院40周年記念祝賀会

平成29年9月某日レンブラントホテル大分にて開院40周年記念祝賀会を開催しました。荒木理事長・佐々木院長の挨拶に始まり、職員による余興の披露や新人職員によるゲーム、抽選会など笑顔溢れる会となりました。今後も質の高い医療および医療サービスを提供できるよう一層の努力を続けていきたいと思ひます。



## こころとからだの健康フェスタ

平成29年11月12日、こころとからだの相談支援センターで開催された「こころとからだの健康フェスティバル」にて、今年も「焼きそば」を出店しました。たくさんの方から好評を頂き即完売でした。模擬店を通し地域の方々とも交流でき、参加された患者様も他施設の催し物などを楽しまれました。地域の方々との交流を大切に、今後も参加していきたいと思ひます。



### 編集後記

新年明けましておめでとうございます。お正月はいかがお過ごしでしたでしょうか？年頭に「今年したいことリスト」を作りますが、一年を振り返る頃にはすっかり忘れてしまい、毎年何を書いたのか思い出せない有様です。気持ちを新たに今年は目標を意識しながら、一日一日を大切に過ごしていければと思います。本年も宜しくお願い致します。

## 職員旅行

平成29年度の職員旅行は日帰りで福岡(マリンワールド)、佐賀(呼子・鳥栖、蒲江(釣り堀))と一泊二日で宮崎に行きました。一泊二日は台風接近により終始、生憎の雨でしたが急遽プランを変更しながら楽しいひと時を過ごすことが出来ました。



## 乳和食って知っていますか？

乳和食は味噌や醤油などの伝統的調味料に「コク味」や「旨み」を有する牛乳(成分無調整牛乳)を組み合わせることで、利用されている食材本来の風味や特徴を損なわずに食塩やだしを減らし、美味しく和食を食べてもらう調理法のことです。



### ★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 ※日曜・祝日は休診します。  
午前 8:00～11:30 ※土曜の内科の診察は行っていません。  
午後 12:00～16:30 ※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)



新年あけましておめでとうございます。患者様をはじめ地域の皆様方のおかげで、無事に新しい年を迎えることができました。昨年は、九州北部豪雨や台風18号による影響などで、自然災害の恐ろしさを考えさせられる年でした。被害に遭われた皆様方には、心よりお見舞い申し上げます。

当院におきましては、昨年9月に開院40周年を迎えることができました。患者様のより良い生活のため質の高い医療サービスをご提供できるよう、一層の努力を続けていく所存です。本年もどうぞ宜しくお願い致します。



### § 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

# 院内行事報告

## 収穫祭



平成29年10月13日、収穫祭が行われました。作業療法活動の農作業で収穫した野菜をふんだんに使った豚汁が振舞われました。病棟ごとのカラオケやゲームなどの催しもあり、収穫祭を楽しんでいただくことができました。

## クリスマス会



平成29年12月8日、5階体育館でクリスマス会が開催されました。キャンドルサービスや聖歌に始まり、各病棟からの出し物がありました。どの病棟からも趣向を凝らした出し物ばかりで、練習の成果を存分に発揮されていました。今年もたくさんの拍手と笑顔に溢れ、心温まるクリスマス会でした。



## もちつき大会

平成29年12月22日、毎年恒例の餅つき大会を開催しました。30kgのもち米を患者様と職員とで協力しながら蒸し・つくを繰り返しました。杵が重く大変でしたが、今年も沢山の小餅ができました。つきたてのお餅は格別で皆で美味しく頂きました。



# 学会報告

◎第35回大分県病院学会  
(平成29年11月・大分)  
作業療法士 堤 綾香 助

## 「うつ病患者に対する行動活性化療法」

発表を通じ改めて今回実施した内容や症例について考えることができ、貴重な経験をすることが出来ました。また他施設の様々な発表も聞くことが出来たので、今後の作業療法にも活かしていきたいと思えます。

# OTだより ~OTではこんなこともしますよ~

料理活動の一環で、若い男性患者様対象の男の料理教室を行いました。料理名は「リバーサイド自家製手打ちうどん」です。もちろん生地から作るということで、捏ねてのばすなどの力の要する工程が多く、自分で作ったうどんを食べ「疲れたけど、初めてうどんを作って良い経験になった」などの感想も聞かれました。また当院には定期的にOT学生が実習に来て、患者様の前で特技を活かしたレクリエーションを提供してくれます。今回の学生さんは、トランペットやピアノを演奏してくれ、非常に完成度が高く「コンサートみたいで、驚きました」などの感想も聞かれ大好評でした。



## 1病棟



**ビンゴ大会**  
平成29年11月、病棟レクでビンゴ大会を開催しました。今回はスティックコーヒーなどの景品も準備され大変な盛り上がりでした。患者様もいつも以上に真剣な顔つきで参加されていました。

## 2病棟



**OPAM 大分県立美術館**  
平成29年9月29日にバスハイクに行きました。天気も気候も良く絶好のバスハイク日和でした。患者様の体調も良く笑顔が絶えず、前日から心待ちにしている患者様も多くいらっしゃいました。美術館では、色々なオブジェを鑑賞し沢山の芸術作品に触れる事ができました。心地よい気候の中で食べたおやつも美味しかったようで、楽しんで頂けたようでした。

## 3病棟



**みかん狩り**  
平成29年11月10日、毎年恒例のみかん狩りに行ってきました。今年は大雨の影響もあり、みかんの出来が心配でしたがたくさんの実がなっていました。もぎたてのみかん、美味しかったです。お土産のみかんも好評でした。

## 5病棟



**カラオケ大会**  
平成29年11月17日、病棟レクでカラオケをみんなで楽しみました。数十人という大勢の前で歌い上げ、歌い終わると大きな拍手に包まれました。楽しいひと時を過ごすことができました。

## 6病棟



**映写会**  
平成29年11月に映写会で『男はつらいよ』を上映しました。普段なかなか映画を観る機会が少ない患者様も多く、「懐かしい、楽しかった」と大変好評で喜んで頂きました。映写会の後はおやつも食べ満足気な様子でした。

# ストレス対処法

その27

前回からの続きで、認知の偏りの代表的なものを挙げていきます。



⑧自分で実現してしまう予言：自分で悲観的な予測を行うことによって、そのために自分の行動が制限され、その結果その予測が実現し、更に予測が確信に発展していく状態です。例えば、クライアントの前で商品のプレゼンテーションをすることになった時に、緊張してしまい、結局は思うように話せなくなります。そして、「きっと今度も失敗するだろう」と思い込んで失敗を繰り返すことになります。この思考パターンに対しては、上手いかわくなる要因について現実的視点から検討しなおしたり、予言することの悪影響を書き出してみたりするよう勧めます。

以上、認知の偏りの代表的なものを8つ挙げてきました。しかし、認知の偏りを自分で気づくことは困難なことです。私達が自分の認知が偏っていることに気づくのが難しいのは、自分の考えてい

ることをごく当たり前のものとして受け取っているからです。それを偏っているとと言われると、自分の考えが間違っているとされたと感じるかもしれません。

しかし、ある考えが間違っているということを言おうとしているのではなく、その考えがどの程度現実に即した判断であるかをもう一度考え直してみることが大事だということです。それが認知行動療法のポイントなのです。精神的に辛くなっている時には一般的に、現実を見ているようできちんと見ておらず、悲観的になりすぎていることが多いのです。そこで、極端な考え方をしていることがわかったときには、もう一度現実に沿いながら問題点を整理して、問題に対処するように勧めます。もし、実際に悲観的なことが起こりそうな場合には、その出来事によいように対処すればよいかを考えていけばよいのです。(玉那覇 邦)

# デイケアだより

## 道の駅・唄げんか大橋・ととろの森

平成29年11月9日、宇目へバス旅行に行きました。宇目キャンプ村では、紅葉と心地よい風を感じながら昼食を楽しむことができました。自由時間は、道の駅で名物のアイスクリームを食べたり、大橋からの景色を楽しんだり、ととろの森の猫バスと写真撮影を行ったりと思い思いに楽しまれていました。メンバーさんよりは「楽しかった。気持ちがいいね。」などの感想も聞かれ、天候にも恵まれ秋を感じるバス旅行となりました。



# 高齢化を防ぐ - 窒息・誤嚥を防ぐ -

年齢を重ねるにつれて、粘りが強いものなどを食べた際、うまく飲み込むことが出来ずむせてしまったり、喉に詰まらせそうになったことはありませんか？ 麻痺などで飲み込みに障害がある方は特に注意が大切です。誤嚥性肺炎を併発してしまう恐れもあります。



- ★「誤嚥」を防ぐために
- ① 食べやすい姿勢をとる……椅子には深く座り首を少し前屈した姿勢。後ろに反り返る不自然な姿勢は気管に食べ物が入りやすくなります。
  - ② ゆっくりよく噛んで食べる……食事は時間に余裕をとり、一口一口よく噛むことを意識して食べる。
  - ③ 水分の用意……食べ始める時や固形物を食べた後はお茶や汁物などを取るようにしましょう。
  - ④ 詰まりやすい食品……大きな肉片・餅・こんにやく・根菜は特に注意しましょう。
  - ⑤ 注意する調味料……お酢・酸味の強いもの・香辛料はむせやすいので気をつけましょう。

# 部署紹介 [5病棟]

5病棟は療養治療病棟で、病床数は60床の病棟です。『多忙でも患者様に笑顔で接する』を病棟目標に掲げ、患者様が穏やかに入院生活を送り、療養してもらえよう援助をしています。これからも患者様より多くの笑顔がみられるようにスタッフ一同頑張っていきたいと思えます。



# 永年勤続者紹介

平成29年10月11日「第38回大分県精神保健福祉大会」において、精神保健福祉功労者として大分県精神保健福祉協会会長表彰を授与されました。

**戸高 夏江 看護師**  
永く勤められたことに皆様のお陰だと心より感謝しております。これからも初心を忘れず続けたいと思えます。

# 定年退職者挨拶

**松波 洋子 介護士**  
早いもので無事に定年を迎える事が出来ました。皆様のおかげと感謝しております。これからももう少しお世話になります。ありがとうございました。