

明けましておめでとうございます



新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましては穏やかに新年をお迎えのことと存じます。

昨年は、大阪、北海道での地震、西日本を中心とした豪雨災害など例年にも増し、自然災害の多い年でした。被害に遭われた皆様には心よりお見舞い申し上げますとともに、今後このような災害が二度と起こらないよう心から願うばかりです。

さて、本年当院におきましては、院内のICT化を推進し、業務効率化・情報の一元化を図ることで部門連携を更に強化し、患者サービスの質向上を職員一同目指していきたくと考えております。また、5月には年号改正が控えています。平成最後の年として、これまで築きあげてきた体制を更に強固なものとし、山積する社会問題に精神科医療機関として少しでも貢献できるよう新たな一歩を踏み出せればと思っています。

本年も変わらぬご支援のほどよろしくお願い申し上げます。

(事務長 田金 大樹)



§ 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) 患者様の基本的な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

収穫祭



平成30年10月19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使用し豚汁を作り美味しく食べました。病棟ごとの催し物もあり、楽しんで頂くことが出来ました。



クリスマス会



平成30年12月14日

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。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30年12月21日

毎年恒例の餅つき大会を開催しました。職員、患者様と一緒に協力して餅つきをしました。つきたてのお餅は、みんなで美味しく頂きました。



学会報告

◎第36回大分県病院学会

(平成30年11月・大分)

精神保健福祉士 小野 恵美

「市民後見人養成講座を受講して」

大分県病院学会に参加させていただき他院の特色や他職種の取り組みを知ることができました。精神科以外の医療機関の発表も多く大変勉強になりました。特別講演やシンポジウムでは、日頃なかなかお伺いできない貴重なお話を聞くこともでき、改めて多方面での考え方・ものの見方の重要性を認識しました。

こころとからだの健康フェスティバル・玉沢祭

平成30年11月11日(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。好評にて即売しました。今後も参加していきたいと思えます。



OTだより ~季節感溢れる活動で心も体もリフレッシュ~

当院の作業療法では患者様に様々な活動・プログラムを提供しています。

特に季節感を考慮しながら活動内容を決めています。今回はコマや羽子板やけん玉や紙飛行機などを使用し、患者様は童心に返り真剣にコマを回すなど、いきいきとした表情を見せてくれます。また、当院のグラウンド内の畑には柿やミカン・ビワの木があります。もちろん農薬など使用せず、毎年立派な実が出来ます。時期に応じて、患者様と一緒にその場で食し、患者様は「みずみずしくて、本当に美味しい」と毎回大好評です。



各病棟行事

10月
12月

1病棟



バスハイク (佐野植物園)
平成30年10月26日(金)、佐野植物園に行ってきました。気候にも恵まれ

過ぎやすく、足湯、スポーツなど、それぞれで楽しく過ごしました。お昼のお弁当も美味しく頂き、笑顔のたえないバスハイクになりました。

2病棟



バスハイク (別府の海地獄)
平成30年11月9日(金)、別府の海地獄に行ってきました。天候にも恵まれ

て絶好のバスハイク日和になりました。1時間程散策をして足湯にも入り、良い気分転換になり、楽しい時間を過ごすことが出来ました。

3病棟



バスハイク (みかん狩り)
平成30年11月2日(金)、日出の関口観光農園に、みかん狩りに行

って来ました。天候にも恵まれ、美味しいみかんを頂きました。帰りは別府湾サービスエリアで良い景色を眺め、とても良い気分転換になり、患者様のトラブルもなく最高の1日でした。

5病棟



バスハイク (大分県立美術館:OPAM)

平成30年11月16日(金)、大分県立美術館:OPAMに行ってきました。天候にも恵まれ、参加者は館内を楽しそうに散策していました。

6病棟



クリスマス会(ケーキ作り)

平成30年12月5日(水)、病棟でクリスマス会(ケーキ作り)をしました。皆さん楽しそうに笑いながらケーキを作っていました。「来年もしたい」との声がたくさん聞かれました。

ストレス対処法

その30

コラム法の後半部分：第4から第7まで



前はコラム法の前半部分(第1から第3まで)について触れましたが、今回はコラム法の後半部分(第4から第7まで)について簡単に触れることにします。

第4のコラム：自動思考の根拠

第4のコラムには、自動思考を裏付ける事実を書き込みます。ここでは基本的に事実だけを書き出すようにして、相手の心のなかを読むような推理をしたり、自分なりの立場で事実を解釈したりしないようにします。

第5のコラム：自動思考の反証

第5のコラムには、自動思考と矛盾するような事実(反証)を探して書きますようにします。どうしても反証が見つからない場合には、①「もう一度冷静になって考えてみよう」、②「第三者の視点からみるとどうなるだろうか」、③「これまでの経験を振り返って気づくことはないか」と自分自身に問いかけてもよいです。

第6のコラム：適応的思考

第6のコラムには、自動思考に代わる柔軟な考えを書き込みます。このときには、まず「根拠」と「反証」を「しかし」(ないしは「そして」)でつないだ文章を作って、それをもとにこねた日本語にするとよいです。「『根拠』という事実もある。しかし『反証』という事実もある。」と書き出してみると、バランスのとれた考え方ができるようになります。そしてその新しい考えをどの程度信じているかを、0～100%で評価しておくようにします。

第7のコラム：思考と感情の変化

第7のコラムには、考え方を試みて感情や気持ちなどがどのように変化したかを書き込みます。そこで気持ちが楽になっていけば新しい考え方が役に立ったということがわかり、そうした考え方をまたこれからはしていけばよいこととなります。また、余り変化が見られない場合には、別の考え方や見方ができないかと考えてみることもできます。これによって、柔軟なものの考え方が身につくようになります。

(玉那覇 邦夫)

デイケアだより

バス旅行「九重“夢”大吊橋」



平成30年10月31日「九重“夢”大吊橋」へバス旅行に行きました。(メンバー19名参加) 1時間程の自由時間がありました。

◎メンバーより

- ・九重“夢”大吊橋から眺める景色(滝)が良かった。
- ・空気が澄んでいて山々がはっきりと観えた。
- ・気持ち良かった。
- ・お土産を家族に買いました。



等、沢山の声を聴くことが出来ました。本格的な紅葉まではもう少しでしたが、九重“夢”大吊橋から眺める景色は(紅葉・滝)絶景。メンバー間の交流も深まり、自然を満喫することが出来たバス旅行となりました。



高齢化と向き合う



— 不慮の事故を防ぐ《入浴中の事故》—

わが国の独特の文化として入浴は一人でリラックスし体を温めるといふ入浴事情があり、入浴事故の8割は一人で入浴している健康高齢者に起きていられるとされています。高齢になると体感温度の衰えで火傷をしたり、風呂場の床で転んでしまったらと思いがけない事故につながります。

★入浴事故を防ぐために

- ① 湯の温度は39度から40度ぐらいにし、長湯をしない。
- ② 脱衣所や浴室の室温が低くならない工夫をする。
- ③ 食事直後や深夜に入浴しない。
- ④ 気温の低い日は早めに入浴する。
- ⑤ 心臓・肺の慢性疾患や高血圧を持つ人は半身浴が望ましい。



部署紹介

[2病棟]

2病棟は「一般治療病棟」です。「病状に合わせた声かけと援助」を病棟目標に掲げ、患者様が穏やかに治療で出来るように、スタッフ一一致団結し日々努力していきたいと思っております。



永年勤続者紹介

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。



甲斐 清子 准看護師

皆様のお陰で永年勤続表彰に出席させて頂き、ありがとうございました。

日々の生活を大切に、あと少し頑張ろうと思っています。これからも、よろしくお祈りいたします。

定年退職者挨拶



東光 涼子 管理栄養士

お陰様で無事に定年を迎えることが出来ました。これからもよろしくお祈りいたします。

精神障害者保健福祉手帳のサービス拡充

平成30年4月よりバス運賃の割引が実施されています。写真付きの手帳を提示することにより普通運賃5割引・定期券3割引となります。対象となる路線については各バス会社もしくは、県障害福祉課にお問い合わせ下さい。

豆知識

災害に備える



① 缶切りがない状況で缶詰を開ける方法

缶詰のふたをレンガなどにこすりつける。缶詰の上面をコンクリートブロックやレンガなどにこすり付けて缶を削ると開けられる。中身の汁がにじみ出たらふたが離れ始めた証拠。缶詰の側面を強く押すと、ふたが外れて中身を食べることができます。

※缶詰をブロックにこするときに缶詰の汁がにじみ出てくるので、汚れてもよい場所でしましょう。ふたを外すとき切り口で怪我をしないように、慎重にあげましょう。

② 家に常備しておきたい保存食

疲労回復になるスイーツ缶。甘いものは肉体の疲労回復になるだけでなく、気持ち的にも元気が出ると言います。※ようかんも糖分を摂取するのに便利です。賞味期限が長いものが多く、保存食に適しています。

編集後記

新年明けましておめでとうございます。

皆さんは平成最後のお正月をどう過ごされましたか？お仕事の方、帰省された方、様々な過ごし方をされたと思います。新たな目標をたてた方もいると思います。日々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します。



《給食》～感染症対策のための食事～

冬場は感染症にかかりやすい季節です。感染症とはウイルスや細菌などの病原体が体内に侵入し定着し発熱や下痢などの症状がでることを言います。

- ① エネルギーを十分に摂りしっかりと休養する。
- ② カキなどの二枚貝は十分に加熱した物を食べる。
- ③ ビタミンA（皮膚、粘膜の健康維持）・ビタミンC（抗菌作用）を摂る。
- ④ 乳酸菌、ビフィズス菌を含む食品を積極的に食べ、免疫力を高めましょう。



2018年 リバーサイド忘年会

平成30年12月7日にホテル日航大分オアシスタワーにて忘年会を開催しました。荒木理事長挨拶、佐々木院長の乾杯後、各部署による余興の披露や、部署対抗ゲーム、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っております。



職員旅行

平成30年度の職員旅行は日帰りで宮崎（シーガイア）、九重（九重“夢”大吊橋）、蒲江（釣り堀）と、一泊二日で愛媛（道後温泉）に行きました。楽しいひと時を過ごすことが出来ました。



★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)

8:00～16:00 ※11:00を過ぎると午後の受付となります。

■再診の受付時間(月～土)

8:00～16:30 ※11:30を過ぎると午後の受付となります。

■診療時間(月～土)

9:00～12:00 / 13:00～17:00

※日曜・祝日は休診します。

※土曜の内科の診察は行っておりません。 ※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、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）



青樹会グループ

介護老人保健施設

リバーサイド百々園

大分市大字津守字山崎2742番地-1
TEL (097)567-6750

特別養護老人ホーム

リバーサイド桃花苑

大分市大字曲字箕久保320番地
TEL (097)504-7666

サービス付き高齢者向け住宅

リバーサイド希望

大分市大字曲字前田137番地
TEL (097)576-8071