



例年より長い梅雨が明けた途端、夏本番とばかりに暑さの厳しい毎日が続いています。熱中症や寝苦しく睡眠不足になっている方々もおられるのではないでしょうか。

私は今年四月より本院で勤務しております。早いもので四か月が経ちました。仕事の合間に、あちらこちらに植えられた四季折々の花や樹木を目にして楽しんでいます。この頃は、外来待合室の窓から見える紫色の小さな花をたくさんつけた木がとても鮮やかで、気になっています。花の名前にうといため調べてみると、ブーゲンビリアか音白紅かもしれません。今度じっくり観察してみようと思います。

これからも様々な新しいことを学びながら診療に取り組んで参ります。どうぞよろしく お願いいたします。

それでは暑いなか、皆様くれぐれもご自愛ください。

(日隈 晴香)

# §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



令和元年5月17日(金)、元号が変わり、 初の運動会は晴天に恵まれグラウンド で行われました。患者様・職員共に紅 白に分かれて、各競技に参加しました。 暑い日差しにも負けずに接戦を繰り広 げとても盛り上がり、最後には両チー ム共に笑顔で終わることが出来ました。

令和元年8月23日(金),

今年も光西寺のご住職をお招きし供養祭 が行われました。各病棟の患者様代表と職 員代表がご焼香を行いました。本日は雨天 の為に室内にて盆踊り会が開かれましたが、 患者様達の活気溢れる踊りで最後には雨も 上がり楽しい盆踊りになりました。



# デイケアだより



## バス旅行 -食事会 -

6月27日(木)、海鮮料理 で有名な津久見の浜茶屋 へ食事会に行きました。 (メンバーは 17 名参加)

人気はやはり和定食(刺 身等)・まぐろのりゅうき ゅう丼・ひゅうが丼でした。



参加者からは[あら煮・刺身がおいしかった] [エビがプリプリしていた]等の沢山の声を聴 くことが出来ました。テーブル席に座り、メン バー間で穏やかに会話しながら注文したメニ ーを今か今かと待っているメンバーや刺身等味 わい満足気な表情で食べている姿が印象に残 りました。気分不良者もなく無事に終えること が出来た思い出に残るバス旅行となりました。

## 院内勉強会のご報告 [救急法・実践編]

日本赤十字社・大分県支部より講師を招き、AEDを使用した救急法 を実践しています。当院では、年2回救急法 の勉強会を実施しています。今年は令和元年 8月21日に実施しました。実践を想定した AED・心臓マッサージの練習を何度も行いま した。AED・心臓マッサージが確実に行える ように日々の練習の必要性を再確認しました。



# 防火訓練のご報告

令和元年5月27日(月)、今年も院 内消防訓練を実施しました。5階喫煙 室よりの出火を想定し、消防への通 報・患者様の避難誘導を行いました。 当日は実践さながらの緊張感に包ま れる中、各自役割をしっかり行い無 事に避難訓練を終えました。







当院では、カラオケ、農作業、パン屋など様々な活動を患者様に提供しています。さらに プログラムの充実を図るために今年の6月よりOTプログラムを増やしました。既存の プログラムは継続して行い、脳の活性化を目的とした脳内エクササイズ、それに加えて 新しく「粘土工房」という創作活動を導入しました。 脳内エクササイズではゲームソフト wiiの脳トレゲームを行い、20~30代の方から70~80代の高齢の方まで幅広い世代 の患者様たちと楽しく取り組んでいます。粘土工房では、それぞれが好きなように創造 し作品作りを行い、他者との交流を楽しみながら取り組まれています。患者様個々に合っ たものを提供できるように充実したプログラムを目指していきたいと思います。



#### バスハイク

令和元年5月 24日(金)にバス ハイクで七瀬公 園に行きました。 気温が30度と暑 かったものの、外

でのお弁当は美味しそうに食べていました。 患者様の笑顔も見ることが出来て、とても楽 しいバスハイクでした。



#### バスハイク

令和元年5月 31円(金)、令和 に変わり初のバ スハイクは美術 館(オーパム)で した。雨天での

出発になるも次第に晴れてきて、天気にも恵 まれました。患者様の中には初めて行く方も いて、とても楽しまれていました。最後には美 味しいオヤツを食べて終わりました。



## そうめん流し

令和元年 7月5日(金)、 夏の恒例行 事である[そ うめん流し」 をしました。

流れるそうめんを一生懸命に箸ですくい 美味しそうに食べていました。「もっと 食べたい」と、みんな笑顔で楽しい行事に なりました。



## ミニ運動会

令和元年5月10日(金)に、ミ 運動会を行いました。パン食 い競争で皆、一生懸命に頑張っ ていました。取ったパンは美味 しそうに食べていました。



#### 6病棟 そうめん流し

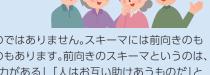
令和元年7月22日(月)、夏の恒例行事で ある、そうめん流しを病棟で開催しました。 各グループに分かれて、流れるそうめんを箸 で上手にすくいあげていました。美味しく食 べ、みんな満足した笑顔が見られました。

# ストレス対処法

これまで非機能的思考(自動思考)記録表(コラム)を使う方法(コラ ム法) について述べてきましたが、コラム法では自動思考に反証を挙げ て、適応的思考を導いていくことを目的としています。その自動思考の 背景にはスキーマがあると言われています。

スキーマとは、その人なりの価値基準やものの見方の大枠、つまり 「こころの法則」です。それを認知行動療法ではスキーマと呼びます。同 じ体験をしても、判断の仕方が人によって大きく異なってきます。この 判断の違いを作り出しているのがスキーマなのです。

スキーマというのは性格のようなものです。人が言うことを正直に 受け止めるタイプの人もいれば、まずは疑ってかかるタイプの人もい ます。人がどう考えるかよりも自分の考えのほうが大事という人もい れば、自分の考えは抑えて人の考えを優先する人もいます。こうしたス キーマの違いによって、現実は同じでも見え方が違ってくるのです。



スキーマ自体は悪いものではありません。スキーマには前向きのも のもあれば後ろ向きのものもあります。前向きのスキーマというのは、 「自分には問題を解決する力がある」「人はお互い助けあうものだ」と いったものです。後ろ向きのスキーマというのは、「自分は駄目な人間 だ」「人は何をするかわからない」といったものです。

スキーマは、私たちが現実の生活をスムーズに送るのに役だってい ます。しかし、スキーマが存在するために思い込みの世界に入っていっ てしまうことがあるので注意が必要です。とくにストレスが強い時は、 現実よりも自分のこころの方に目が向いてしまって、自分の思い込み の世界に入り込んでしまいがちになります。そのために現実が見えな くなってしまうのです。

次回はこのスキーマに気づく方法について簡単に触れる予定です。 (玉那覇 邦夫)

― 高齢者の屋内熱中症について ―

昨今は夏季全体としてみると記録的な猛暑が続いています。各地で 熱中症により病院を受診される高齢者が年々増えています。以前は屋 外などで熱中症になる人が多く見られていましたが、猛暑により屋内 での熱中症になるケースも増えてきました。

高齢になると身体の水分の割合が低くなり体温を調整する機能が 衰えてくることで、気温を感知する皮膚や中枢神経が上手く働かなく なる事も理由の一つと考えられています。その為に喉が渇いたという 感覚が衰えるため、水分補給が出来ず熱中症なることもあります。

屋外で熱中症になると思われがちですが、猛暑によって気付かない うちに室温が上がっている事もある為室内でも注意が必要です。

## ★熱中症の予防として

- ① 水分と塩分を小まめに補給する。
- ② エアコンを使用し室内温度の調整をする。
- ③ めまい、立ちくらみの症状がある際は無理せず病院を受診する



# 「外来Ns]

当院の外来では、現在医 師6名と3名のスタッフで 受診される患者様を対応し ています。利用される患者 様が安心して当院を利用で きる様にスタッフ間の連携 に力を入れております。今 後も利用される患者様が満 足して頂ける様に努力して いきます。



# 

デイケアでは外来通院をされ ている方を対象に様々な活動を 通じて、再発の防止、生活の自 立やこれからの暮らし方を一緒 に考えていく場です。家に閉じ こもりがちで日々どう過ごして 良いか分からない、病状の悪化 が心配、生活のリズムが作れな いなど思っている方々のご参加 をお待ちしています。





# 令和元年永年勤結者。定年退職者紹介



看立 護師 永 恵 年 理

永年勤続表彰式に出席させてい ただき、ありがとうございました。ここまで勤務を続けられたのも皆 れからも一生懸命に取り組んでい きますのでご協力お願いします。



靠河 護 歸野 永 折 也

永年勤続表彰式に出席させてい ただき、ありがとうございます。 皆様のご協力のおかげで長く続け ることが出来たと思います。 からも、皆様と共に一生懸命に取 り組んでいきたいと思います。



歸澤 永 え 年 ij 孑

永年勤続表彰式に出席させて いただき、ありがとうございます。ここまで勤める事が出来た のは皆様のお陰です。これから も頑張りますのでよろしくお願 いします。



護 永 昌 年

永年勤続表彰式に出席させて いただき、ありがとうございま す。長く務める事が出来たのも 皆様のお陰だと感謝しています。 これからもよろしくお願い致し



護末 当文

永

永年勤続表彰式に出席させて いただき、ありがとうございま した。皆様の支えがあり、ここ まで続ける事が出来たと思いま 今後も頑張りますのでよろ しくお願いします。



調津 請**高** 永 久美 年

永年勤続表彰式に出席させて ありがとうございま いただき、 した。皆様のおかげで長く続け る事が出来ました。これからも 頑張りますのでよろしくお願い します。



調 👮 理 田 美 由

永

永年勤続表彰式に出席させてい ただき、ありがとうございました。皆様のおかげでここまで続けるこ とが出来ました。ありがとうご ます。これからも一生懸命に頑張り ますのでよろしくお願いします。



護 藤 肋 美

皆様のおかげで無事に定年を 迎えることが出来ました。あり がとうございました。これから もよろしくお願い致します。



看後 護 歸藤 満

長い間お世話になりました。 無事に定年を迎えることが出来 ましたのも皆様のおかげと深く 感謝しております。有難うご います。これからもよろしくお 願いします。



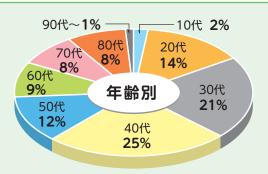
看森 博

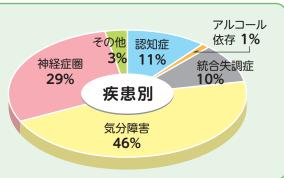
長い間お世話になりました。 無事定年を迎えることが出来た のも皆様のお陰だと感謝してい ます。これからも皆様のご活躍 をお祈りいたします。本当に長い間ありがとうございました。

# 平成30年度 治療実績

初診患者 年間 509名

男性:249名 女性:260名





介護保険について

介護や支援が必要となった時に介護サービスを提供し、被保険者自身とその家族を支援するしくみであり、介護予防にも重点を置いています。通常65歳から利用できますが、特定疾病(初老期における認知症、パーキンソン病等)に該当すれば40歳からでも利用可能です。居宅サービス、地域密着型のサービスがあり担当ケアマネージャーと相談しながら適切なサービスを選択します。

申請窓□ **長寿福祉課** 

## 豆知識

# 食中毒への対策

## 食中毒予防のための三原則

## 「つけない」

食中毒を起こさないためには、細菌やウイルスを料理器具に「つけない」事が大切です。手や料理器具を清潔に保ちましょう。

### 「増やさない」

夏は屋内も高温多湿になりがちです。食品は室温で管理せず冷蔵庫で管理し細菌やウイルスを「増やさない」ようにしましょう。

## 「殺菌する」

調理器具や保存した食品は熱湯消毒・再加熱など行い「殺菌する」を心掛ける。

### ★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)

 $9:00 \sim 12:00 / 13:00 \sim 17:00$ 

## ※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。

# 《給食》~11月1日は紅茶の日~

紅茶には集中力UPと疲れ目の軽減・抗ストレス作用・ 利尿・解毒・清熱などが在るとされます。

抗菌作用は緑茶よりも強力と言われますが、温性・利

尿・カフェインが含まれる事から 高血圧、炎症体質、潤い不足、不眠、 小児は過剰摂取しないように気を つけましょう。



編

集後記

今年は例年に比べ梅雨入りが遅く、「一日の総雨量」が数十年ぶりに更新されまし

たね。皆さまはどのようにカビ対策をされましたか? 私の家ではカビに 悩ませられました。梅雨を明けてからは毎年の様に猛暑が続き体調を崩された方もいらっしゃるのではないでしょうか。9月を過ぎてもまだまだ猛暑は続くと思われますので体調には十分に気をつけてください。

### ★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大分駅前より敷戸・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

発行: 医療法人 青樹会 リバーサイド病院 令和元年 第3号