



残暑が厳しい日々が続いておりますが、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

新型コロナウイルスの流行に、オリンピック開催と大きな出来事が続き、あっという間に月日が過ぎていきますが、世情が慌ただしい時だからこそ世の中に流されず、基本に立ち返り患者様中心の医療を心がけて日々の診療に邁進していく所存です。

今年の後半が皆様にとっても実り多き年になりますよう、何卒ご自愛の上お過ごしください。

令和三年 八月吉日  
リバーサイド病院 理事長 荒木 康夫

## § 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

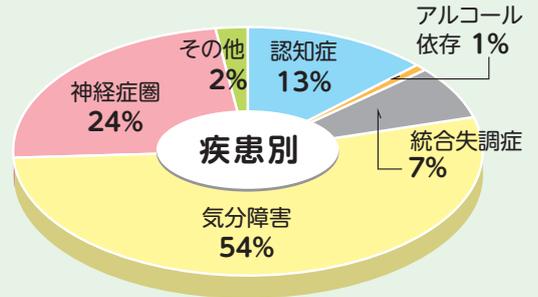
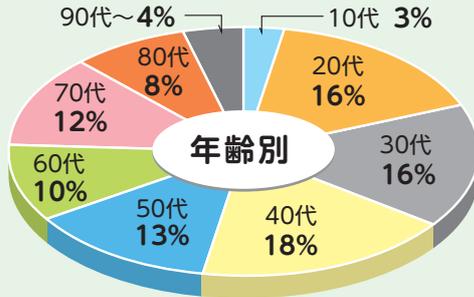
リバーサイド病院は以下の権利を遵守いたします。

- 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2年度 治療実績

初診患者  
年間462名  
〔男性:207名  
女性:255名〕



## 院内行事報告 5月 8月

### 運動会

5月14日(金)に運動会を開催しました。コロナウイルスへの感染対策を徹底した中で小規模で行い、梅雨入りしたばかりでしたが天候にも恵まれました。「今年はずっと違う運動会だったけれど、外で出来て楽しかった」と患者様にも満足して頂き、梅雨にもコロナウイルスにも負けない笑顔あふれる運動会となりました。



### 供養祭・盆踊り

8月20日(金)に供養祭と盆踊りを行いました。無事にワクチン接種も終わり、約2年ぶりに大規模で行う事ができました。雨天だった為、感染対策は徹底し室内で行いました。笑顔でチキリンバヤシなど踊り「久しぶりにみんなで踊れて楽しかった」などのコメントもあり、喜んで頂く事ができました。



## デイケアだより

### お菓子作り

6月25日(金)水羊羹(お菓子作り)を作りました。

参加メンバー= 10名

スタッフがミーティングを行い、行程通りにメンバーが取り組まれ丁寧に仕上げました。



### ◎参加メンバーからの声

- 水羊羹が夏らしい。
- あっさりとして美味しかった。
- 作って楽しかった。
- 難しい所もあったけど、また参加したい。



等、多くの声を聞く事ができました。

メンバー1人1人が役割分担を行い、集中し確認しながら最後まで取り組まれていました。会話は控えめでしたが活動を通じて作り上げていく事で協調性の向上などに繋がり意味のあるお菓子作りとなりました。今後も感染対策を行いながら活動して行きたいと思えます。

## 各病棟行事 5月 8月

### 1病棟

#### ゲーム会

6月10日(木)、レクリエーションの一環で昔の遊びとゲーム会(卓上カーリング、物当てゲーム)を行いました。卓上カーリングでは3チームに分かれ中央の円にキャップが届くよう頑張る姿が印象的でした。昔の遊びも、コマ・けん玉・お手玉・羽子板等、どの患者様も昔を思い出した様に夢中になり楽しんでいました。



### 2病棟

#### グラウンドゴルフ大会

6月17日(木)にグラウンドゴルフ大会を行いました。多くの障害物が立ちふさがる中、チーム毎に協力してゴールの旗を目指しました。始めは戸惑いながらも、最後は競り合った白熱した試合となりました。



### 3病棟

#### キックボウリング大会

6月24日(木)、病棟レクリエーションでキックボウリング大会を行いました。みんな楽しそうに過ごし、車椅子チームが優勝しました。すごい!



### 5病棟

#### そうめん食卓

5病棟では、7月20日(火)にそうめんを食べました。例年そうめん流しを行うのですが、今年もコロナウイルス感染予防の為、そうめんを食べるのみにしましたが、みなさん喜んで食べてくださり、楽しむことができました。



### 6病棟

#### 夏祭り&そうめん食卓

7月15日(木)6病棟3階ホールで夏祭りを行いました。射的やスーパーボールすくいなどのゲームがあり、皆さん楽しそうに過ごしていました。そのあとそうめんを食べました。感染予防のため、流しそうめんは出来ませんでしたが、皆さん美味しく食べていました。



# ストレス対処法 その38



前回触れたスキーマ(その人なりの価値基準やものの見方の大枠)に挑戦する最終的な目標は、柔軟性のあるスキーマを作り出すことです。例えば、「なんでも完全に出来ない」と駄目だ」「なんでも一番でないといけない」「すべての人から愛されないといけない」といった極端な考えを、「上手に出来るようにすることは大事だが、生身の人間だから出来ることもあれば出来ない事もある」「それでは一番以外の人は皆駄目ということになるから、極めて限られた人だけが良いことになって適切な考え方ではないのではないか。他人と比べることではなくて、以前の自分自身と比べて進歩したこと、出来るようになったことをみつけてそのことを認めてあげよう」「人に愛されることは大切なことだが、すべての人と完全に同じように考えることは出来ない。仲のいい人でも考え方が違うこ

とがある。意見が違って、必ずしも喧嘩になるとは限らない。自分の意見を言って、それが受け入れられる可能性もある。一時的にうまく行かなかったとしても時間が経てば問題が解決することもある。」といった柔軟で現実的なスキーマに書き換えることができれば、ずいぶん楽に感じる事が出来るようになります。その時に書き換えたスキーマを文章に書いて残しておいて、後で必要に応じて読み返すようにするのも良いでしょう。

以上のように、スキーマに挑戦し自分自身の価値基準を疑うことによって、世界を様々な角度から見つめ直すことが出来るようになり、自分自身の考え方も柔軟になると共に他人の考え方も理解できるようになり、diversity (多様性)を受け入れられるようになります。(玉那覇 邦夫)

## 健康コラム

### 脳のはなし

～コロナ禍で脳が疲れていませんか？～  
**脳を休める方法は？**

- 脳が喜ぶ食べ物を取り入れる。  
①玄米 ②ほうれん草 ③ごぼう ④玉ねぎ ⑤山芋 ⑥セロリ ⑦大豆製品 ⑧高力カオチョコレート ⑨カマンベールチーズ
- 寝る1時間前にぬるめの湯に浸かる。
- 日常生活に運動を取り入れる。
- 現代人が鈍りがちな五感を研ぎ澄ます。
- 情報を意図的に遮断して脳を休ませる。
- 感動の涙を流す。
- 生活に少し変化をつける。
- 一日の流れを書き出して優先事項を決める。

## 消防訓練のご報告



令和3年7月5日(月)、今年も院内消防訓練を実施しました。5階OTラウンジ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。当日は緊張感に包まれる中、一人一人が自分の役目を確実に実践しながら、無事に避難訓練を終えました。



## 部署紹介 [5病棟]

5病棟は、療養治療病棟で60床です。『患者様の言葉遣いに気をつけ、報連相を徹底する』を目標に患者様と接しています。患者様が安心・安全な入院生活を送れるようスタッフ一同心掛けています。



## 令和3年 永年勤続者紹介・表彰式

**田中美智子** 看護師  
永年勤続表彰を頂きありがとうございます。ご多岐にわたるご活動ができています。ご活動の支えができていたのも皆様のおかげと感謝しております。今後、引き続き頑張ります。



**財前直美** 看護師  
永年勤続表彰を受けさせて頂きありがとうございます。皆様の支えで、ここまでくることができました。今後、精一杯頑張りますので宜しくお願いします。



**竹中裕子** 看護師  
永年勤続表彰を頂きありがとうございます。これまで続けて来たのも皆様のおかげだと思います。これからも体の続く限り頑張りたいと思います。宜しくお願いします。



**岩男みゆき** 栄養士  
リバーサイド病院に勤務させて頂いて今まで色々な事がありましたが、いつも助けて頂くばかりです。皆様には大変感謝しております。ありがとうございます。



**高崎久美** 看護師  
様々な部署で働かせて頂きました。たくさんの方から多くの事を教わり助けて頂き、大変感謝しています。これからも人との関わりを大切に仕事に頑張ります。



**入田弘造** 看護師  
永年勤続表彰をいただきました。ひとへに皆様の支えがあった事に感謝しています。これからも患者様に笑顔になつてもらえるよう一生懸命に取り組みたいです。



**橋本ひとみ** 看護師  
永年勤続表彰式に出席させて頂きありがとうございます。これからも、心と体の続く限り、頑張っていきたいと思っております。宜しくお願いします。



## PSW(医療相談室)

### — 自立支援医療(精神通院)の更新について —

昨年度は新型コロナウイルス感染症に係る臨時的な取り扱いとして自動更新が可能でしたが、現在は通常通りの更新手続きが必要となります。受給者証の有効期限をご確認の上、市役所もしくは病院にて更新手続きをお願いします。



## OTだより

当院作業療法では、今年の5月より、「ウェルケア体操」という新しいプログラムを取り入れ、行っています。「ウェルケア体操」とは、統合失調症をはじめとする精神疾患の患者様のライフスタイルの課題、運動による気分改善や社会性向上を目的として作成された体操です。患者様からも「運動をすることで気分がスッキリした」「自分のレベルに合った運動ができ、やりやすい」などのお声を頂いており、好評のプログラムとなっています。



また、今年度より作業療法科に新入職員を迎え、5名となりました。患者様へのより良い作業療法を提供するため、日々研鑽してまいります。

## 編集後記

令和3年度 広報委員長を引き継ぎ、皆様からのご協力を頂きまして、第44号リバーニュースを無事に発行することが出来ました。ご協力、ご支援頂いた皆様に深く感謝いたします。未だ、コロナ終息の兆しは見えませんが、この状態が1日も早く解決されますようお願いを付けて頑張っていきます。

(志賀)



## 《給食》

### ～クールダウンさせるには緑茶がお勧めです～

苦い味や濃い緑を多く食事に取り入れましょう。これらは体に溜まった余分な熱を排出し、クールダウンにぴったりです。  
(にがうり、サニーレタス、チンゲン菜、緑茶、グレープフルーツなど)



### ～9月1日は『防災の日』～

1年に1度は避難袋の中身を点検し、非常食の賞味期限が切れてないか確認しましょう。



## 豆知識

### 夏こそ入浴!

### ～血流アップで夏の疲れを解消～

疲れを取るための入浴方法

### 3つのポイント

- ① お湯の温度は40℃前後に。
- ② 肩まで浸かって全身浴を。
- ③ 40℃前後のお湯に10～15分程度浸かる。



### ★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)

8:15～16:00 ※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)

8:15～16:30 ※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