

リバーニュース

医療法人 青樹会

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。皆様方におかれましては穏やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。当院も無事に新年を迎えることができました。これもひとえに患者様をはじめ地域の皆様方のおかげであり厚く御礼申し上げます。本年もご指導ご鞭撻の程宜しくお願い申し上げます。

昨年は2020年に引き続きコロナ禍にさいなまれる年となりました。当院におきましても、新型コロナウイルス感染防止のため行動の自粛や御協力を患者様や御家族にお願いせざるを得ず、誠に心苦しい限りでした。今後も患者様や御家族並びに職員の健康と安全を第一に考えつつ感染状況の収束に応じて行動自粛の緩和に取り組み、感染防止と行動の自由の両立に努めて参りたいと考えております。

さらに新型コロナウイルス感染症の拡大及び行動制限の要請などにより、終わりの見えない感染に対する不安や行動変容に伴うストレスがメンタルヘルスに悪影響を及ぼしており、我が国でも大きな問題になっています。私も一介の精神科医としてコロナ禍において自分自身の果たすべき役割が何であるのかを自問自答しつつ、当院が地域の皆様方のお役に立てる精神科病院になれるように微力ながら尽力したいと存じます。

本年も皆様方にとって健やかで実り多い年でありますように祈念いたします。

令和四年 正月
リバーサイド病院 医師 玉那覇 邦夫



§ 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

患者
レク
9月
12月

スポーツ大会

10月22日(金)にスポーツ大会を開催しました。コロナウイルスの感染対策として出場者は制限し、普段より少ない人数となりました。天候に恵まれて晴天のなか各病棟対抗でティーバッティングを行いました。点数の書かれた地面にバッターはボールを打ち、止まった点数の合計で競うルールで行いました。白熱した試合になりましたが、今回は3病棟の優勝で終わりました。患者様からも「初めてしたけど楽しかった。またしたい。」などの言葉も多く聞かれました。



収穫祭

11月12日(金)に収穫祭を行いました。約2年ぶりに人数制限のない状態での開催をしました。感染予防に注意した中で行いました。カラオケ・輪投げなどを行うなか、リバー農園で育てたサツマイモを使用した豚汁を食べて頂き、患者様からは「とっても美味しかった。もっと食べたい。」など嬉しい言葉を多く頂くことが出来ました。久々の開催でしたが、スタッフも患者様の笑顔を見ることができてとても良かったです。



クリスマス会

12月10日(金)に感染対策を徹底しクリスマス会を開催しました。患者様によるキャンドルサービスはとても綺麗でした。サンタクロスからのプレゼントやスタッフ対抗の紅白歌合戦を開催し、とても盛り上がりました。最後にクリスマスケーキを食べて頂き始終笑顔あふれるクリスマス会となりました。



餅つき大会

12月24日(金)に餅つきを行いました。天候にも恵まれ、暖かい気候のなかで患者様と一緒に餅をつきました。餅をつく度に今年も無事に一年が経ったのだと感じることが出来ました。最後に患者様にはあんこ入りのお餅を食べて頂きました。



デイケアだより

園芸活動(月に3回程)



- 場 所：グラウンドの横
 - 参加メンバー：10名程
 - 作 付 け：里芋・ニンニク・ブロッコリー・ホウレンソウ・大根等
 - 内 容：草取り、肥料まき、畝作り、種まき、水やり、支柱の固定など。
- メンバーの協力のもと大切に野菜を育てています。

メンバーの声

- 土と触れ汗を掻くと清々しい。
 - 園芸は苦にならない。
 - 癒しになる。
 - 汗を掻いて気持ちがいい。
- 等、多くの声を聞くことができました。

土に触れているメンバーにとっては意欲の向上・生き甲斐など感じられる大切な時間であることがうかがえます。特に待ちに待った収穫の瞬間、メンバーの喜び表情(声)が印象に残ります。園芸活動は協調性・意欲の向上などに繋がる必要な活動です。今後も事故が起きないように注意しながら取り組んでいきたいと思ひます。

各病棟行事

9月
12月

1病棟

映写会

11月18日(木)、映写会を行い、「がばいばあちゃん」を観ました。鑑賞後は、肉まんとジュースを食べ、皆さん「美味しかった」と好評でした。



2病棟

ゲーム&パフェ作り

9月16日(木)、レクリエーションの一環として、テーブルホッケーと生クリームプリンパフェ作りを実施しました。テーブルホッケーは競技を行う中、牛乳パックラケットを何度も交換する程白熱したゲームになりました。ゲーム後はパフェを作り、皆で美味しく食べました。



3病棟

ポッチャ大会

10月4日(月)、病棟レクリエーションでポッチャ大会を行いました。パラリンピックの種目でもある競技。ボールの転がし加減が難しく思うようにいかない人もいましたが、皆さん楽しく過ごせました。



5病棟

ゲーム会

9月21日(火)、病棟レクリエーションにてゲーム会をしました。いつもと違ったゲームに全員が参加して盛り上がり、楽しい時間を過ごすことができました。ゲーム後のおやつも美味しく食べました。また、この様なゲームをしたいとの声も聞かれ、これからもいろいろ考えていきたいと思ひます。



6病棟

のど自慢大会

11月18日(木)、レクリエーションで、のど自慢大会を行いました。法被を着て、蝶ネクタイをつけて、皆さん自慢の歌声を披露していました。その後、おやつにおまんじゅうを食べました。皆さん終始笑顔で楽しく過ごしました。



ストレス対処法 その39



前はスキーマ（その人なりの価値基準やものの見方の大枠）に挑戦して柔軟性のあるスキーマを作り出すことについて触れました。そうすることで、世界を様々な角度から見つめ直すことができるようになり、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るのです。この場合、自分自身が主体的に考え方や行動を変化させたから、気分や状況が改善したことに気づくことが大切です。

更にこれまでに紹介した方法を復習しておけば、今後も気持ちが動揺したときなど、将来にわたってずっと使えるようになります。予め状態が悪化した場合の対処法について検討しておくこと、ストレスの多い状況に置かれたときに自分がその状況を上手に切り抜けるための手助けになります。将来に向けて具体的な心配事

がある場合にはその対策について考えます。また困った時には周囲の人に相談するなどして、自分ひとりで頑張りすぎないようにすることが大切です。

認知行動療法は、自動思考とスキーマという認知の2つのレベルに焦点を当てて認知の偏りを修正することで、物事を様々な観点から考えることが出来るようになり、現実即した考えや判断ができるようになることを目標としています。自動思考とスキーマは、自分自身で気づいて、コントロールすることが出来るものです。認知行動療法では、症状の改善や予防を本人の力で、ときには家族の力や友人の力を借りながら行うことができるようになります。

(玉那覇 邦夫)

学会報告

◎第39回 大分県病院学会
(令和3年11月・大分)
作業療法士 出口 蒼也



「認知症患者への食事リハビリテーションを実施して」

11月28日に行われた、第39回大分県病院学会に参加させていただきました。今年の大分県病院学会は、会場での講演と一般演題をオンライン配信するというハイブリッド方式での開催でした。

今回の発表では認知症患者様へ食事リハビリテーションを行いました。普段食事の場面に関わることが少ないため、難しさを感じる事が多くありました。しかし、その反面新しい気づきや医師、看護師、管理栄養士など他職種との連携が重要だと改めて感じる事ができました。この経験を今後の作業療法にも生かしていきたいです。

消防訓練のご報告



令和3年11月15日(月)今年も院内消防訓練を実施しました。今回は夜間想定で出火場所は、一階ダイケアとし、消防への通報、患者様の避難誘導、職員の消火訓練を行いました。毎年、予期せぬ災害に備え焦らず、迅速な対応が出来るよう訓練に臨んでいます。



部署紹介 [OT(作業療法科)]

OT(作業療法科)では入院患者様に対して様々な活動を通して、こころとからだのリハビリを行っています。現在在籍している作業療法士が5名で、医師・看護師など他部署と連携を取り、協力することで患者様へより良い作業療法の提供に励んでいます。



OTだより

先日行われた収穫祭では、当院の畑で農作業に参加している患者様と作ったサツマイモを使用して豚汁を作りました。作った豚汁は入院されている患者様へ振る舞われ「美味しかった」「とても甘かった」とのお声を頂き、農作業のメンバーは嬉しそうな表情を浮かべていました。現在は、大根・レタス・ホウレンソウなど様々な冬野菜を育てており、順調に大きくなっています。



永年勤続者紹介

精神保健福祉社功労者として、第42回大分県精神保健福祉協会長表彰を授与されました。



宇佐 三知代 看護補助者

こんなに長い間、仕事を続けてくれたのも、周りの皆様のおかげだと感謝致しております。有難うございました。

定年退職者挨拶



津高 久美子 給食調理師

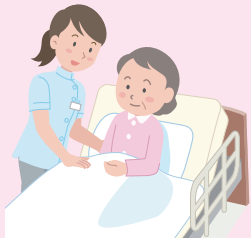
おかげさまで無事定年退職を迎えることが出来ました。仕事は、とてもやりがいのある楽しい職場です。体力・気力・精神力も培われとても感謝しています。長い間お世話になりました。

PSW (医療相談室)

— 傷病手当金について —

会社(事業所)の健康保険に加入している被保険者が怪我や病気による療養の為に会社を休み、給料を受けられないときの生活保障として下記条件を満たせば、傷病手当が支給されます。

- ① 業務外の事由による病気や怪我の為療養中であること
- ② 仕事につけないこと
- ③ 3日間連続して仕事を休み、4日目に降にも休んだ日があること
- ④ 給与(報酬)の支払いがないこと



担当窓口 各健康保険組合

《給食》

～寒くなってきたのでお勧めの鍋を!!～

- キムチ鍋 → 冷え・むくみ改善
- 豆乳鍋 → 美肌・貧血・高血圧予防
- トマト鍋 → シミ・動脈硬化予防
- 味噌鍋 → 疲労回復・肥満防止
- カレー鍋 → 代謝・免疫アップ



～「腹八分目」って言われても分からないという方～

食事の後の感覚が
胃の膨満感が無く苦しくなく、
体が重くならない、
眠くならない
この3つを満たせば
腹八分目の状態と言えます。



豆知識

みかんの パワー



冬の果物と言えば、手軽に食べられて、美味しく、しかも栄養価が高いみかんは、冬の健康に欠かせない果物です。今年の冬はみかんのパワーで乗り切ってみてはいかがでしょうか！

- ◎ビタミンCが豊富に含まれている為、風邪予防に効果的。
- ◎みかんには中性脂肪の増加を防ぐ効果があり、食物繊維も多く含まれている為、便秘にもよい。
- ◎酸味の元となるクエン酸は、疲労を素早く回復する効果がある。
毎日1～2個みかんを食べれば、疲れ知らずの身体になれるかも！
- ◎ビタミンAには、目や喉などの粘膜の動きを整えるほか、肌の潤いを保つ効果も。
冬の寒さで肌が乾燥しがちな女性にはぴったりです。



編集後記

新年あけましておめでとうございます。皆さんは、どんなお正月を過ごされましたか？
コロナも収束しつつある今、今年こそはと自分なりの目標や誓いを立てていらっしゃる方も多いのではないかと思います。今年も引き続き感染対策を続けながら、皆様にとってより良い一年になりますように・・・ (志賀)



★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