



卵の会



秋田県の風景 撮影：佐藤勝

目次

～今年をふりかえて～	P2
東日本大震災 ころのケアチーム派遣	P3
秋祭り 大盛況!	P4
中部圏域 支援センター交流「大運動会」	P4
病院見学	P4
第28回沖縄市福祉まつり開催	P5
日本病院・精神地域医学会	P5
表彰(受賞)者のご紹介	P5
心理教育について	P6
栄養課からのレシピ紹介	P7

■ ~今年をふりかえって~



医療法人 卯の会 新垣病院
総務部長 小堀端 民男

H23.11.15

平成23年は、天災地変の年となりました。3.11の東日本大震災、福島第一原発事故はまさに日本沈没を思わせる怒れる自然の報復のように思えました。9月の二度にわたる台風上陸も、各地に予想以上の被害をもたらしました。また、TPP(環太平洋パートナーシップ協定)交渉参加をめぐる、医療界、いや日本全体を揺るがす難しい問題になっております。

さて、今年 当院は創立41年目を迎えました。

私たちが目指す医療は、いずれの時代にあっても地域と連携をはかり利用者のニーズにあわせた医療を展開することを第一としてきました。

診療が必要であれば「いつでもどこでも誰でも」受け入れる、そして満足していただける医療技術、安心、安全をモットーに救急医療を中心に捉え、早期回復、早期退院を目指しています。一方、近年の医療を取り巻く環境、経営環境はますます厳しい状況にあります。精神科病院におきましても既に機能分化が進められております。さらには特色のある医療、質のいい医療、利用者のニーズにあった医療の提供を希求していかなければなりません。

当院においては、今年の事業目標の1つに認知症患者の受入拡大を掲げ、4月にプロジェクトを立ち上げました。地域に向けて情報の発信として講演会、勉強会の開催、専門外来の開設、医師やコメディカルスタッフの配置などに取り組んできました。6ヶ月経過後、当初の予想を上回る利用状況がみえてきました。

また、電子カルテをはじめとした医療情報管理システムの再構築、病床管理、救急体制の維持及び見直し事項など、今後の課題も山積しています。

本年度、当院の特記すべき事項として、まず東日本大震災で被災を受けた岩手県へ職員(13名)が3グループに分かれ、心のケア支援チームとして支援活動に参加したことです。また、9月にはグループホーム「あらかき」の落成がありました。最後に11月17日から沖縄では初の試みとなるEPA(経済連携協定)によるフィリピン看護師候補者2名が入職しました。第5病棟での勤務となりますが、日本語習得と仕事を両立しながら、看護師国家資格取得に向け頑張っていくこととなります。当院ご利用の皆様にもご理解とご協力いただきますようお願い致します。

おわりに、これからも地域とのつながりを大切に、より良い精神科医療が提供できるよう職員一同、邁進いたす所存であります。

今後とも、ご指導ご鞭撻を賜りたく、皆様へのご挨拶と致します。



東日本大震災 こころのケアチーム派遣

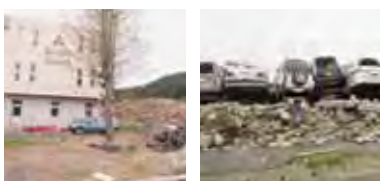


新垣病院こころのケアチーム 医師 豊見山 義隆

2011年3月11日の東日本大震災において亡くなられた方々のご冥福を心よりお祈り申し上げます。被災された方々の心痛に対しお悔やみを申し上げます。



震災から半年が経過した9月12日～16日(活動は13日～15日)の期間、心理士:池原宏道、看護師:田中泰隆、医師:豊見山義隆の3名は「沖縄県こころのケアチーム(第18陣):新垣病院こころのケアチーム(第3陣)」として岩手県大船渡市への派遣となりました。



現地のがれきはほとんどが集積場へと集められ震災直後の悲惨な状況からは脱しつつありましたが、崩れたままの堤防、地盤沈下で冠水したまま使えない港や野球場、水に浸かったままの車や家、川を逆流した津波の爪痕は生々しく、津波にのみこまれた被害地域と無事に残った地域の境界を無残に線引きしていました。

私たち3名の役割は「被災者を支援する職員、老健施設職員、施設利用者と一般住民への講話(計10回)」でした。過酷な状況下での被災者支援や復興業務で疲労している職員のねぎらいを図りました。また、「自分を大切にすること」「一息つくことの大切さ」を思い出していただくため「セルフケアの講話」「リラクゼーション」「願寿体操」、勇気づけのために「沖縄の紹介(戦後沖縄の復興、DVDでエイサーを紹介、先輩たちが大切にしていた沖縄の方言)」を実施したところ予想以上に好評で参加者らに興味関心を持って受け入れられておりました。



講話後には、

- 1.夜になると訳もわからず気持ちがこみ上げてきて、周囲かまわず大声を出している。
- 2.長年築き上げてきた家・財産がすべて流され、未だに何もする気力が湧かず過ごしている。
- 3.自分は職場があり同僚に支えられて何とか仕事をしているが、仮設の家に帰ると持ち家・職場・娘を失った伴侶が何もする気がなく引きこもっている。「毎日伴侶が無事であるか」気がかりな状態で仕事している。
- 4.家族を失い悲しみを抱えながら懸命に被災者支援に取り組む同僚がいる。その同僚にどう接すればいいか困惑する。



などの相談があり、「寄り添うことの大切さ、喪の作業、魂の領域」について改めて考えさせられました。医療や相談機関との連携を要すると思われた方の情報は岩手県精神保健センターへ提供させていただきました。この関わりを通して感じたことは、震災後のショック期、それに続くハネムーン期を経て、慢性・疲弊期のこころの支援へと関わり方が変化していることでした。

帰路、台風15号の影響で揺れる機内で、16年前の阪神大震災、冬場の被災地・避難所で外科や内科疾患の対応に追われたこと、都市における地震災害の恐ろしさが脳裏をよぎる。今回の震災・津波被害では津波の恐ろしさ、遺体が見つからず、喪の作業に取り組めずにいる遺族のことが想い出され、いたたまれず言葉に出来ない何ともいいようのない思いを抱えたまま時間が流れていきました。

最後に、こころのケアチームとして送り出していただいた県や新垣病院 新垣元理事長、バックアップしていただいた職員の皆さまへの感謝とお礼を申し上げます。

被災地の一日も早い復興と福島県原発事故の一刻も早い収束を祈願します。

秋祭り 大盛況!



9月22日秋祭りが盛大に開催されました(633名の来場者)。

秋の夜長、楽しいひとときを持つことが出来ました。精神科デイナイトケアのメンバーによる民謡ショー、盆踊り、地域のあおぞら保育園の園児による余興、越来青年会によるエイサーなどがあり、療養者からは楽しかったとの声がありました。



中部圏域 支援センター交流「大運動会」

10月21日(金)沖縄市運動公園多目的運動場にて、支援センター交流大運動会を開催しました。

支援センター「あいあい」「おきなわ」「たんぼぼ」「みつば」と当院精神科デイケアと精神科デイナイトケアの6施設 合同の運動会を開催しました。利用者95名に紅白に分かれてもらい対抗戦、4競技(ボール回しリレー、借り物競走、玉入れ、障害物競走)で汗を流しました。今回は紅組が優勝しました。参加した方から「楽しかった」「今後も運動会を やりたい」という声が聞かれました。



病院見学

10月14日(金)兵庫県精神科病院協会から13名、10月28日(金)神奈川県東横恵愛病院から4名の見学がありました。当院の病院や関連施設を見学していただいた後、情報交換を行いました。



沖縄市福祉まつり



10月15日～16日の両日、第28回沖縄市福祉まつりが開催されました。

沖縄市福祉まつりは、市内の福祉団体が相互理解のもとに連帯・協力を深め、まつりを通して福祉のまちづくりの推進と地域福祉の増進を図ることを目的とし開催されています。当法人からも就労支援事業所あらた舎が出店し、日頃生産しているパンと農作物を中心に販売しました。初日は悪天候で来場者は少なかったのですが、二日目は天候に恵まれ多くの方が訪れ、生産物はすべて完売しました。

特設ステージでは当事者や関係者、ライブハウスMODSで活動しているバンドの方々が素晴らしい演奏を披露し来場者の方々を楽しませていました。

ここ数年、美里公園で福祉まつりが開催されており地域の交流の場及び福祉の啓蒙の場にもなっております。

これからも地域の中で福祉がいきいきと活動できるように様々な取り組みを行っていきたくと考えてます。また来年の福祉まつりへのご来場及び参加をよろしくお願いたします。

来年もあらた舎は福祉まつりに出店します。美里公園でお会いしましょう。

(あらた舎 伊芸 晋作)



日本病院・精神地域医学会

出会い、支えあい、結びあう～ゆいまーるの島から～

11/18～19日 2日間にわたり、第54回 日本病院・地域精神医学会が沖縄で開催されました。

当院から6題の演題発表がありました。この沖縄大会は2回目の開催で、両日で1,000人を超える方が参加し関心の高さを感じました。

表彰(受賞)者のご紹介

11/2

第42回沖縄県
精神保健普及月間
優良精神保健
福祉関係者表彰

知名恵美子さん(左)
米須ユリ子さん(中央)
当山幸子さん(右)
奥は津田朝明さん



10/25

第59回 精神保健福祉
全国大会(福井県)
厚生労働大臣表彰
津田朝明

左は津田朝明、
右は沖縄県精神保健
福祉協会会長 中山勲先生



沖縄県医師会
永年勤続
医療従事者表彰
久場幸代(中央)

11/10

沖縄県医師会
宮城信雄会長(左)
新垣病院 看護顧問
久場常子さん(右)



心理教育について

文責:心理士 池原 宏道

唐突ですが、風邪をひいたことありますか? 「ない」と答えた方はまずいないと思います。

風邪はどんな症状ですか?

「熱が出ます」「咳が出ます」「鼻水がでます」「頭痛がします」すぐに答えることができますよね。

では「統合失調症」はどんな病気ですか? 「…ええっと…」

「うつ」はどんな病気ですか? 「…んーんと…」

風邪の症状はわかるのに、統合失調症やうつ症状のイメージが湧かないというのは当然だと思います。それは、きっと体験したことのないこと、身近に感じたことがないこと、あまり話題にしないことだからだと思います。

しかし、自分が病気になり、その病気のことを知らないとなると不安になりますよね。「こんなことあるけど…これって病気?」「これって私だけ?」「どうしたらよくなるの?」知らないでいるとこんな風に感じ不安になったり心配したりするのも当然だと思います。

上手にその病気に対処し付き合っていくためにまず「病気のことを知る」ことはとても大切です。



写真素材 足成

心理教育とは、

精神障がいなど受け入れにくい問題を抱える人たちに、正しい知識や情報を心理面への配慮を十分に行いながら伝え、病気や障がいの結果もたらされる諸問題・諸困難に対する対処方法を習得してもらうことによって、主体的に療養生活を営めるよう援助する方法(「心理教育を中心とした心理社会的プログラムガイドライン; 暫定版 2004」に少し加筆)

です。

つまり「心理教育」は、病気の正しい知識を得て、よりよい生活に役立てることを目標としています。通常、心理教育は少人数のグループで行います。同じ病気にかかっている仲間と一緒に病気のことを学びながらお話し会をします。スタッフが参加者に配慮しながら会を進めていきます。参加されている方からは「自分だけではなかった。安心しました」「参考になりました」「勉強になりました」「自分も〇〇さんがやっていることをやってみたいと思います」という感想を耳にします。同じ症状を抱えた仲間から学ばせてもらうことも多いようです。

最初は緊張し抵抗があるかもしれませんが、心理教育は、統合失調症の治療に効果的と言われていています。ちょっと勇気を出して参加してみませんか?

現在、当院では病棟、デイケア、デイナイトケアで統合失調症の心理教育を実施しています。今後、外来でも心理教育を実施できればいいなと考えています。「参加してみたい」と思われる方は、地域医療相談室までご連絡ください(098-933-2756)。

栄養課
からの
レシピ紹介

女性の味方♥ あったか豆乳鍋

～寒い季節に、家族で
ポカポカ。
女性に嬉しい成分も～

調理
時間
20分
1人 **370** kcal



材料 (2人分) ※分量は目安です。その他、ねぎや豆腐、くずきり、うどんなど、お好みでどうぞ。

【煮汁】

☆水 600ml	☆鶏ガラスープの素 小さじ1～2	・肉 200g
・豆乳 400～500ml	・白菜 1/4～半分	・しめじ 1パック
・みそ 大さじ1～2	・えのき 1パック	・人参 半分
・薄口醤油 小さじ1～2		

作り方

- ① 具材を食べやすい大きさに切る。
- ② ☆を鍋に入れて火をつけ、沸騰したら①の具材を入れ、中火で煮込む。
- ③ 具材に火が通ったら、豆乳を加え弱火にする。
- ④ 豆乳が温まったら、みそを溶いてくわえ、醤油で味を調える。

ポイント

- ※豆乳をいれるとなべ底が焦げやすくなるので、弱火で調理してくださいね。
- ※豆乳が分離してしまうのが気になる方は、水溶き片栗粉を入れてみてください。

豆乳のいいところ

- ① 便秘解消：豆乳に含まれるサポニンやオリゴ糖で腸内環境を整え、便通が良くなります。その結果、美肌効果も♡
- ② ダイエット効果的：大豆タンパクは筋肉の材料となるうえ低カロリー。ダイエット⇒筋肉減少⇒基礎代謝の低下の悪循環にならないよう大豆タンパクで、エネルギーを消費しやすい体づくりを！
- ③ 更年期障害解消：豆乳に含まれるイソフラボンは、女性ホルモンによく似ています。女性ホルモンの急減により起こる更年期障害も、イソフラボンの摂取により効果が期待できますよ。1日当たり、200mlの豆乳1～2本が目安です。

(管理栄養士：城間 愛)

これからの
主な病院
行事予定

12月

December



- 10日(土) メンタルヘルスフェア
- 23日(金) 天皇誕生日 **休日診療態勢**
- 28日(水) 仕事納め
- 29日(木) 午前中 診察
- 30日(金) 午前中 診察

※年末年始(12月31日～1月3日)は
休日診療態勢になります。

1月

January



- 1日(日) 元日
- 2日(月) 年始休み **休日診療態勢**
- 3日(火) 年始休み **休日診療態勢**
- 4日(水) 仕事始め
- 9日(月) 成人の日 **休日診療態勢**

2月

February



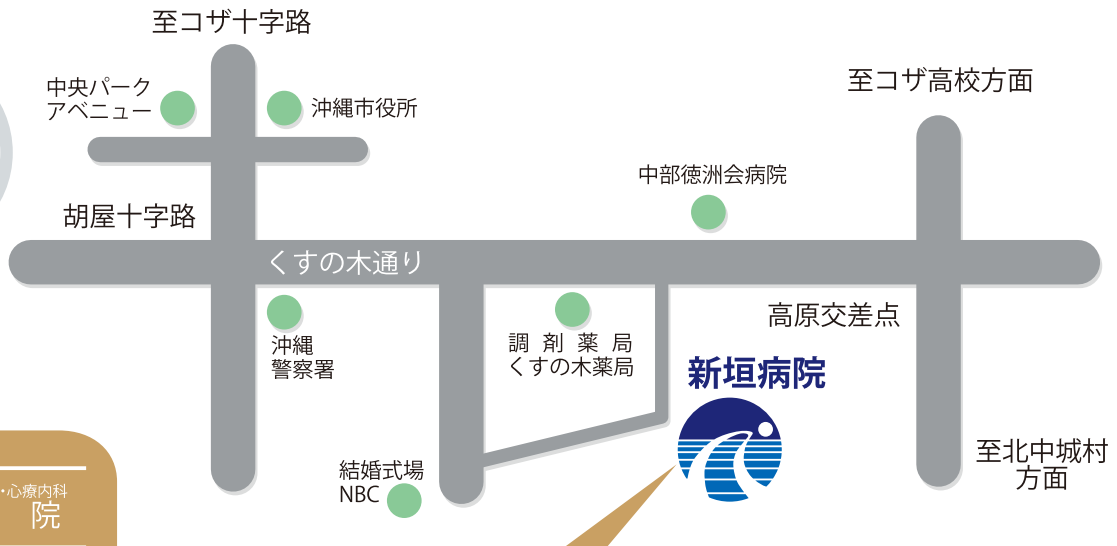
- 11日(土) 建国記念日 **休日診療態勢**
- 18日(土) 院内学会
- 期日未定 生年祝い(トウシビー)

編 | 集 | 後 | 記 |

今年は近年まれにみる?これまで無かった?激動の年だったような気がします。

ニュージーランド地震、東日本大震災、原子力発電所問題、中東の独裁政治の終焉、台風被害、ギリシャの経済破綻、アメリカ合衆国の経済危機、円高、内閣交代、トルコ地震、隕石の接近、TPP…。あまりにもたくさんありすぎて世の中が不安に、不安が憶測を起こし、それがまた不安を…と不安が渦を巻く年であったように思います(ごめんなさい。今年の出来事をあげるだけでも心中穏やかでなくなりますね)。こういう時こそ一日一日の安全・安心とささやかな幸せに感謝することの必要さを感じた年でもありました。すでに、年の瀬、新しい年の足音が聞こえてきます。来年はどんな年に?みなさまにとって穏やかな年でありますように…。(池原)

当院への案内図



医療法人 卯の会 精神科・心療内科
新垣病院



〒904-0011 沖縄県沖縄市安慶田4丁目10番3号
TEL (098) 933-2756 FAX (098) 932-8123

医療

- 5 病棟:精神科救急病棟
- 4 病棟:精神科一般病棟
- 3 病棟:精神療養病棟
- 2 病棟:精神療養病棟
- 1 病棟:認知症治療病棟
- 外来・訪問看護
クリニック

リハビリテーション

- 精神科作業療法
- 精神科デイケア
- 重度認知症患者デイケア
- 精神科デイナイトケア
- 通院患者リハビリテーション事業
(社会適応訓練事業)
- 外来作業療法

地域支援

精神保健福祉相談 ・自立および生活支援 ・入院・受診相談
啓蒙啓発活動

関連施設

あらかきクリニック ……TEL (098) 944-2007
自立訓練事業所 ラポール ……TEL (098) 932-8100

グループホームあらかき ……TEL (098) 934-4888
就労支援事業所 あらた舎 ……TEL (098) 938-2100



館内禁煙について

平成22年9月1日をもちまして館内禁煙になりました。
ご協力を宜しくお願いします。

理念

私たちは博愛と奉仕の精神で診療に臨み
常に安心して満足いただける
最良の医療を目指します

基本方針

1. 利用者の人権と安全に配慮し、一人ひとりに最も適した医療を提供します。(人権・安全性・医療)
2. 地域と密接に連携し、利用者の社会参加、社会復帰の促進をはかります。(地域連携)
3. 快適な治療環境を追求し、「癒し」と「安らぎ」のための空間を提供します。(アメニティと医療の質)
4. 医療人としての研鑽を積み、それぞれの専門性を高めチーム医療に努めます。(職員の質の向上)
5. 職員の健康と安全に配慮するとともに、生活向上にも努めます。(職場環境)

患者様の権利

1. 良質な医療を安全かつ公平に受ける権利
2. 人格を尊重され医療提供者との協力関係の下で医療を受ける権利
3. 診療に関して十分な説明、情報を受ける権利
4. 治療方法などを自分の意志で選択する権利
5. 個人情報の秘密が守られ、私的な生活を乱されない権利

患者様の責務

患者様に守って
いただきたいこと

1. 医療提供者に対して患者自身の健康に関わる情報を提供すること
2. 医療上理解できないことについて質問すること
3. 他の患者の治療や病院職員の医療提供に支障を来たさないように留意すること