

たけのこ

2014
JULY

7

第23号



医療法人 久盛会

秋田緑ヶ丘病院

日本医療機能評価機構
認定病院



〒011-0911 秋田市飯島字堀川 84 番地 TEL (018) 845-2161 FAX (018) 846-6942
ホームページ <http://www.kyusei.or.jp/>



理念

友情を回り、「生きる喜び」と「希望」を育み、
「安全・安心・信頼の医療」を実現します。

指針

1. 医療の安全と質の向上に努め、患者さんに信頼される医療を提供します
2. 医療人の育成を図り、医の倫理の高揚に努めます
3. 患者さんの人権と個人の尊厳を守り、親切、丁寧な医療サービスに努めます
4. 社会の変化・医療の進歩に対応できるよう自ら研鑽に努めます
5. 医療を通して、地域社会の一員として貢献できるように努めます
6. 精神障がいに対する偏見や誤解の解消に努めます

ストレスケア



特集号

エントランス プライバシーに配慮しつつ、病院らしさ
を感じさせない、開放的でモダンな造り
となっています。



ストレスケア

オリーブ開設に寄せて



秋田緑ヶ丘病院 院長
後藤 時子

平成26年7月1日より、ストレスケア「オリーブ」8床を開設しました。「オリーブ」は受付ロビー・診察室・デイルーム、そして病室8床から成り、入口も病室の玄関とは全く別に設け、プチホテルのような雰囲気になっております。全室個室でテレビ・冷蔵庫完備、ミニもつながつており、入院された方がそれぞれ自室でゆっくりくつろげるよう配慮した作りになっております。また、療養中に作業療法士による各個人に合わせたセルフケアやリラクゼーションなどのプログラム提供や、精神保健福祉士による個別相談なども受けられるようになっておりますので、療養しながら自分を見つめなおしたり悩みを解決することもできます。このように、落ち着いた療養環境の提供のみでなく、医師・看護師・作業療法士・精神保健福祉士が連携して治療に当たることにより、利用された方が早期に回復できるよう支援いたします。

ストレスケア「オリーブ」の対象は、主に心の休養が必要な、うつ・ストレス関連疾患の方です。現在の日本の企業において、1か月以上の長期休養をとっている人の50%以上が心の病が原因であると言われております。また、平成19年以降の自治体に関するアンケート結果によると、自治体においても心の病は年々増加傾向にあり、大きな問題となっていることとです。このように、多くの勤労者にとってもストレスの多い現代社会において、心の病はもはや特別な病気ではなく、身近な人や自分自身も罹患する可能性のある病です。それにもかかわらず、一般的には心の病を治療する施設は敷居が高く、なかなか早期治療に結びつかず重症化してから医療施設に紹介されてくるケースが始々です。心の病を重症化させずに短期間で回復させるためには、できるだけ早いうちに職場や家族などの周囲の人たちが小さな異常に気づき、適切な休養や医療に結びつけることが大切です。それによって早期回復・早期職場復帰が可能となるでしょう。

そこで、当院ではこういった方々に少しでも早期に休める環境と適切な医療を提供するために、ストレスケア「オリーブ」を開設することになりました。このような施設は秋田県内では初めての、この施設を利用することで、一人でも多くのうつ・ストレス関連疾患の方が早期に休養・治療を選択し、早期に社会復帰できることを心から願っております。



ストレスケア 「オリーブ」のご紹介

精神保健福祉士 渡部 達也

うつ病などのストレスが原因とみられる疾患が増加の傾向にあります。そのような現状に対応するため、ストレス疾患治療エリア「オリーブ」を7月1日にスタートいたしました。今回はオリーブの中心についてご紹介します。

まずは治療環境についてです。オリーブの居室は、全室個室の8床となっており、各居室にトイレ・冷蔵庫・テレビが設置されております。また、入院しながら外気と触れ合うことができる屋外テラス、中庭を見下ろすことができるラウンジなど、病院らしくない静かで落ち着いた雰囲気のある環境を準備しました。プライバシー配慮の面から、入り口を独立させ、専用駐車場も設けました。

次に、回復プログラムについてです。オリーブでは、医師をはじめとし、看護師、作業療法士、管理栄養士、薬剤師、精神保健福祉士がチームを組んで回復に関するプログラム提供を行います。認知行動療法や復職支援など、患者さん自身の技能習得を目的としたものから、リラクゼーションプログラムなど、ストレス発散や気分転換を目的としたものも用意しています。また、疾患に関する理解や日常生活に必要な情報を得て、不安解消に役立てることを目的に、各種専門職が相談に応じます。

以上のように、オリーブでは設備面とサポート面、双方において工夫を凝らしました。病院らしくない開放的な造りにより、ストレス疾患に悩む方々が早い段階で治療を開始することができ、また、静かで落ち着いた環境の中で、治療や各種プログラムを受けていただきたいと考えております。病棟の電話番号とは別に、オリーブの専用電話を設けましたので、お気軽にお問い合わせください。

※お問い合わせ電話番号

018-845-2163



病棟MAP



1【待合ホール】



受付はオープンカウンターです。お気軽にご相談下さい。受付待合ホールからは屋外テラスが一望できます。

2【屋外テラス】



エリア内には屋外テラスがあります。植栽を觀賞しながら、外気を感じることができます。

3【病室】



全室個室で、洗面台・トイレ付です。各部屋にテレビと冷蔵庫もあります。安眠を目的とし、ベッドはシモンズ製を使用しています。

4【ラウンジ】



天井が高く、照明にも工夫を凝らしました。窓からは中庭を眺めることができます。

エントランス



ストレスケア「オリーブ」のプログラムについて

ストレス疾患治療エリアでは、再発の予防・退院後の生活習慣の改善・仕事への復職など、専門スタッフが中心となり、様々なプログラムを提供しています。

プログラムは4つに分類されます。

①リラクゼーションプログラム

緊張感やイライラ感が続く、心も身体もバランスを崩しやすくなります。リラクセスできる方法を探し、意識して取り入れることでストレス発散や気分転換等、気持ちを切り替えるきっかけにします。

②認知行動療法プログラム

生活の支障となっている誤った認識や考え方の癖に気付き、考え方の幅を広げることで、気持ちを楽しめる手法です。自分自身を上手にコントロールし、問題解決ができる力を養います。

③復職支援（リワーク）プログラム

職種や目標に応じてその人に合わせたプログラムを作ります。リラクゼーションや認知行動療法を取り入れ、規則正しい生活の確立、集中力や持続力等、仕事に必要な能力を養います。

④専門職による相談支援プログラム

疾患に対する理解や、日常生活に必要な情報を得ることで、不安の解消や問題解決に役立てることを目的とします。随時相談を受け付け、専門職が対応いたします。専門職による公開講座も行っています。



借り物競争 職員と患者さん



開会の挨拶
院長



職員リレー（仮装）



応援にも熱入り



ボール送りリレー

平成26年度 みどりンピック

去る6月5日（木）に、平成26年度みどりンピック（運動祭）が開催されました。当日は晴天だったものの、思いのほか風が強く、予定していた日除けの為にテント設営を急遽断念するアクシデントに見舞われましたが、大きな事故もなく終えることができました。

午前は外のグラウンドゴルフ場を使用して「借り物競争」、「玉入れ」、「職員リレー」の競技を行いました。患者さんたちは結果に一喜一憂しながら、楽しんで取り組んでくれていたと思います。職員リレーは仮装・障害物・横走り（俗に言う「欽ちゃん走り」という少々ハードな内容であり、快くエントリーしてくれる職員がいるか不安もありましたが、いざ始めてみると恥しいながらも（？）も職員から患者さんへアピールしながら走ってくれて、普段とは違う職員の姿に患者さんも楽しんで見てくれていたようでした。

午後は中の多目的ホールを使用し、車椅子の患者さんを対象とした「病棟対抗ボール送りリレー」を実施しました。今まで実施したことがない競技でしたが、患者さん、職員共に応援にも熱が入り、決勝では手に汗握る展開となりました。病棟からも、「思っていたよりも患者さんが動ける方だ」とわかった。「活動範囲を再確認することができた」という嬉しい報告もありました。

また家族会からの「ババヘアアイス」やペプシ秋田様から「ペプシコーラ」の提供を頂きました。更に「のみの市」も開催し、競技以外にも多くの楽しみを持ちながら参加できる内容で展開できたと思います。患者さんへの楽しみの提供の為に協力頂いた方々に、文面で失礼ではありますがお礼を申し上げます。ありがとうございました。

今年度実施した内容については、当日のうちに各担当者が集まって反省会を兼ねた振り返りを行いました。良かった点、改善すべき点とともに、今後の行事に活かしていきたいと思っています。10月18日（土）に実施されるみどりンフェスティバルでは、昨年に引き続き地域との交流を目的とし、様々な催し物を企画しています。より多くの方々に楽しんで頂けるよう努めていきたいと思っています。

外来診療のご案内

心療内科・精神科・内科・麻酔科

◆初診の場合

〈受付時間〉 午前 8:45～11:30 まで
 〈受付窓口〉 受付・総合案内へ
 〈外来診療受付時間〉 平日・土曜日問わず受付は午前 11:30 まで
 お願いいたします。
 〈診療時間〉 平日（土曜日は午前中のみ）
 9:00～12:00 / 14:00～17:00
 土曜日の診察は「第2・第4」のみ行っています。
 但し、救急の場合はその限りではありません。
 （午後には予約制による診察を行っています。）
 ※内科は土曜日休診、麻酔科は平日午後・土曜日休診。

〈必要なもの〉 保険証

※受給証をお持ちの方は併せて受給者証を提示してください。

◆院外処方について

当院では外来の院外処方を行っています。ご不明な点につきましては、外来受付までお問い合わせ下さい。

◆2回目以降受診（再診）の場合は

〈受付窓口〉 外来・再診受付へ
 〈必要なもの〉 診察券と予約券

◆専門外来について

「うつ・ストレス外来」「女性専門外来」「思春期外来」「もの忘れ外来」「睡眠障害外来」「てんかん外来」「PTSD外来」「頭痛外来」こちらの外来診療については完全予約制となりますので受付までお電話下さい。

毎月1回は保険証の確認をさせていただきますのでご提示願います。

クレジットカードでの 支払いが可能です

サービス向上の1つとして、診療費等の支払いについては、JCB、AMERICAN EXPRESS、VISA 及び MasterCard の4ブランドのクレジットカードがご利用できます。クレジットカードが利用できることにより、支払方法の選択肢が広がるほか、現金の持ち合わせがなくても安心して受診できるようになります。



こんにちは。新人です！

4月に入職して、3ヶ月が経ちました。新卒として入職し、右も左もわからない状態であることが何日も続いてしまいましたが、その都度先輩スタッフからご指導頂き、作業療法士として、また一職員として日進月歩成長していることを実感しています。
 これからも先輩からどんどん吸収していき、早く一端の作業療法士になれるように精進していききたいと思います。



作業療法科 作業療法士
保坂 郁磨

今年の4月に入職させていただき、3ヶ月が経過しました。各スタッフに業務の流れや内容などを確認させていただきながら、日々過ごしています。一日も早く仕事を覚え、一人の職員として活躍できるように努力してまいりますので、どうぞよろしくお願い致します。
 前職までの作業療法士の経験も活かして、頑張っていきたいと思っています。



作業療法科 作業療法士
小林 梓

はじめまして。今年の4月に入職し、東1病棟に配属され3ヶ月が経ちました。初めのうちは慣れない業務に不安と緊張の連続でした。しかし同じ病棟のスタッフのみなさんの指導やアドバイスを、また患者さんへの対応などを見ながら日々勉強させていただき、少しずつ業務にも慣れ、楽しさも覚えてきました。まだまだ覚えなければならぬ業務、知識、技術は多々ありますが、1日1日を大事にして、一人前の看護師になれるように一生懸命がんばりたいと思います。



東1病棟 看護師
柴田 遼馬

今年3月に看護学校を卒業し、4月1日に入職しました。看護師を目指したきっかけは幼いころに入院した時、看護師にお世話になったことで自分も人の役に立てる仕事に就きたいと思ったことがきっかけでした。しかし、患者さんのために働きたくても、知識や技術が未熟なためうまくいかないことが多い中で、師長さんをはじめとする病棟の先輩の方々の指導により充実した毎日を送ることができています。これからも初心を忘れずに日々向上できればと思います。



東1病棟 看護師
齋藤 拓也

Q&A



Q 保護室内での水分補給はどうしたらよいのですか。

A 急性期症状の患者さんが保護室を使用する際は、脱水予防として水分補給を行っています。また、隔離の状態でもスピーカーで中と通話が出来ますので、その時の病状等に応じて個別に対応しています。飲食時には水分を提供していますが、提供方法などでお気づきの点がございましたら、病棟看護師にご相談下さい。

職員や病棟に関するご意見につきましては、各担当責任者が個別に対応しております。病院運営の参考にさせていただきますので、今後とも協力宜しくお願いいたします。

秋田緑ヶ丘病院は今年の10月1日に
創立50周年を迎えます。

編集 後記

間もなく秋田緑ヶ丘病院は50周年を迎えます。記念行事の1つとして、久盛会野球部が主催する招待試合が予定されております。今年の野球部は例年になく練習を重ね、徐々にコンディションが上向きとなっております。仕事を終えた後の練習の疲れが次の日になっても抜けない世代もチラホラありますが、けがのないよう練習を続け、本番に備えたいと思っています。応援をよろしくお願い致します。

