

しせいがい

Shiseikai

夏の号

vol.98
2021.8



平和病院 認知症治療病棟の作品

Contents

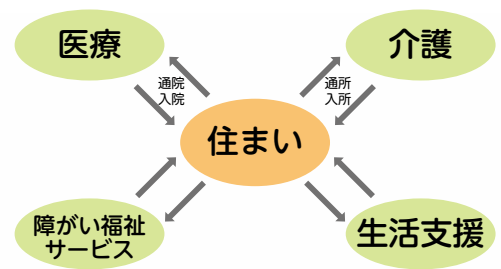
- 誰もが地域の一員として、自分らしい暮らしをしていくために
- 後藤大智先生の記事が琉球新報紙面・琉球新報デジタルに掲載されました！！
- デイケアセンター陽光館
- 作業療法便り
- この夏のありんくりん

日本医療機能評価機構認定病院
機能種別版評価項目 3rdG : Ver.2.0



らしい暮らしをしていくために

障害の有無に関わらず、誰もが必要な時に医療や福祉サービスを受け、安心した暮らしができることが必要です。また、住む場所や働く場、地域の助け合いや教育の機会の確保なども暮らしを行っていく上で重要なことであり、国としても現在そのような体制を各自治体で整備するよう積極的に働きかけを行っています。



当法人でも、そのような暮らしを目指すべく、法人内の施設をフル活用できるよう体制整備を進めているところです。現在、入院中の治療オリエンテーションとして、退院後の生活を見据えて利用できる施設やサービスの紹介を行っており、その中から患者さん個々にあったサービス等をご自身やご家族に選んでもらっているところです。

第 1 回目 精神科救急病棟の紹介・主な治療	第 2 回目 精神科救急病棟の主な治療②	第 3 回目 平和病院の施設見学	第 4 回目 治療オリエンテーションの振り返り
<p>早期退院に向けてしっかりサポートしていきます。</p> <p>精神科救急病棟では3ヶ月以内の退院を目指して治療を進めていきます。</p> <p>治療に関わる専門職種の紹介</p> <ul style="list-style-type: none"> 院長・主治医 ＜その他の専門職種＞ 看護師・精神保健福祉士 作業療法士・公認心理師 <p>主な治療として</p> <ul style="list-style-type: none"> 薬物療法 精神療法 作業療法 各種セミナー 心理教育 アルコールセミナー 	<p>第2回目は作業療法について説明します。</p> <p>＜作業療法の内容＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ストレッチやレクリエーション 革細工 編み物 書き物 読書 カラオケ 映画観賞 <p>・生活リズムの改善・体力低下防止 ・安心して人と過ごせるようにリハビリを行っています。</p> <p>読書</p> <p>将棋</p> <p>ヨガ</p> <p>カラオケ</p>	<p>平和病院デイケアや老人保健施設陽光館、就労訓練事業所など法人内の施設見学を行います。</p>	<p>治療オリエンテーションを終えて質問や確認したいことなどを話し合います。皆さまにはアンケートの協力をお願いします。</p> <p>患者様の一日も早い退院を私たち専門職で支えます。</p>

ー 今、職員が取り組んでいること ー

当法人で利用できるサービスは多岐に渡っており、患者さんに積極的に周知していくとともに、まずは職員が全体像を把握する必要があると、現在、職員向けに施設見学会等を行い、周知を進めているところです。今後、よりスムーズに患者さんやご家族にサービスの利用案内等ができればと考えておりますので、ご不明な点等あれば、どうぞお気軽にご相談下さい。

誰もが地域の一員として、自分

Aさんのご紹介

～自分らしい暮らしを目標にグループホーム一葉二葉邸へ～

今から2年半前、Aさん（60代）は、10年振りの1人暮らしをする事に不安もあり、退院後すぐに自立訓練施設の桜邸へ入所しました。

集団生活の中でスタッフのサポートを受けながら、地域ボランティア活動や料理・健康作り活動などに取り組んできました。その中で、お菓子を飲む事の大切さや就労訓練（パン工場）へチャレンジするなど自信をつけていき、2年後に退所。次のステップとして、ワンルームタイプのグループホーム・一葉二葉邸へ入所しました。



久しぶりの1人暮らしの環境で掃除・洗濯・自炊など色々な事を工夫されており、居心地の良いお部屋での生活を送っています。ご家族の協力もあるので、生活はとても安定しています。

毎日参加している就労訓練先からは「無遅刻・無欠勤でとても真面目な方。パン工場の戦力として助かっています」と良い評価を頂いています。本人も「パン工場は作業が難しいこともあるけれど楽しいです。のんびりと生活も出来ていて、こんなに幸せでいいんですかね?」と、笑顔で話してくれた事が印象的でした。

今後もスタッフが定期的に訪問して見守りを続け、Aさんが安心して穏やかな生活を続けていけるようサポートしていきたいと考えております。

★Aさんへインタビューしてみました★

Q 桜邸での思い出に残っていることはありますか？

Aさん みんなでウォーキングして、始めはついて行けるか心配だったけど、大丈夫だった。毎週参加するうちに力もついたのか、今たくさん歩けるのはあの時のおかげかなーと。活動時にみんなで作った料理が美味しかったり、買物に行って欲しいものが買えたときは嬉しかった。

Q 就労訓練へ参加してどうですか？

Aさん パン工場で袋に入れる為に並べていく作業をすると、内地で同じような仕事をしていたなーと思い出して笑ひし、少し恥ずかしくなる事もある。パンを丸める作業で調子が良い時は両手できれいにできるけど、時には左手が上手く丸めきれず右手で整えたりもします（笑）。



Q グループホームでの生活はどうですか？

Aさん 一葉二葉邸に入所して自由にくつろぎながら好きな番組を見たりすることが多くなり自分へのご褒美が増えてしまって体重が増えた事が大変です。食事や運動（散歩）を気にしてやっているのになかなか……（笑）

追記

今後はのんびり散歩をしながら景色や花をみて季節を感じられたらと思っています。

後藤大智先生の記事が 琉球新報紙面・琉球新報デジタルに 掲載されました！！

ドクターのゆんたくひんたく ▶

〈68〉 隠れ不眠 自分に合った睡眠習慣を

2021年4月28日 17:00

ドクターのゆんたくひんたく

いいね！ 0

シェア

B! 0

ツイート

共有する

「最近集中力が続かない」「日中ずっと体がだるい」「何をするにもやる気が出ない」。このように、日常生活の質の悪さを自覚している方はいませんか？ もしかするとそれは、睡眠の質が落ちていることが原因かもしれません。それなりに寝ているつもりでも、睡眠の質が悪くと生活に支障をきたします。このような“隠れ不眠”の方が実は数多くいます。

睡眠の質に影響を与えるものを紹介しましょう。例えば寝酒。一見、寝つきは良さそうでも、実は睡眠の質は格段に落ちています。他にはスマホ。寝る前にベッドで使っていませんか？ スマホの画面から出るブルーライトが、知らないうちにあなたの体内時計を狂わせて、睡眠の質を落とします。



反対に睡眠の質を上げるものもたくさんあります。太陽光や入浴、運動、温湿度、寝る前の読書など、起きている時の過ごし方も重要なのです。この場だけではとても語りつくせませんが、本屋に行けば医師が執筆している書籍なども数多くあります。ぜひご自身で調べてみてください。

今回私がお伝えしたいのは「自分に合った睡眠習慣を探そう」ということです。良い睡眠習慣と言うものの、人それぞれのライフスタイルがありますよね。良い睡眠をとるためと無理をして、日常生活に支障をきたすようであれば本末転倒です。つまり大切なのは、自分の体やライフスタイルに適した睡眠習慣。すなわち「オンリーワンの睡眠習慣」を見つけることなのです。

そのためには、とにかくやってみる事です。どの方法が合うのかはやってみないと分かりません。まずは取り組みやすいものから実践してみましょう。まだ何も取り組んでいない方は、その分睡眠の質を上げる伸びしろがあります。「日中調子よく過ごせる」のであれば、それは自分に合った睡眠習慣なのかもしれません。

自分にマッチした「オンリーワンの睡眠習慣」が見つければ、それはきっとあなたの日常をより豊かにしてくれるはずです。

(後藤大智、平和病院、精神科)

デイケアセンター 陽光館

令和3年4月から、デイケアセンター陽光館ではコロナ禍で屋外活動が難しくなる中、利用者が気持ちよく屋外活動が出来るようにと園芸を始めました。

園芸は土づくりから始め、職員がプランターに土を敷いたあと利用者が野菜の苗や花の種を植えました。園芸の経験がない方も多く、ちゃんと育つか心配する中、職員と一緒に水やりや雑草取りを行い育てていきました。すると、2週間でネギが芽を出し、ひと月が経つとトマトやきゅうりが小さいながらも実をつけました。

最初は、屋外活動に消極的だった利用者も植物が生長すると率先して水やりを行うなど、大きな成果になったと思います。2ヵ月が経つ頃には実も成熟し、生長した野菜は調理しデイケアの利用者や職員で美味しく頂きました。

今後も園芸を通して屋外活動を行い利用者のケアに繋ぐ事が出来たらと思います。

土づくりと
苗植えの様子



園芸は土づくりから始めて、野菜はトマトにきゅうり、ネギやゴーヤを植えています。お花もコスモスやトレニアの種を植えました。



お手入れと
実りの様子



水やりと雑草とりと日々の手入れに応えるかのようにトマトやキュウリも実をつました。

成長した様子



最初は育たないのではないかと心配していましたが、野菜も花も立派に生長してくれました。



収穫・実食



成熟した野菜は収穫し、ネギはヒラヤーチーにして皆で美味しく頂きました。

国立新美術館に展示決定！！ 認知症治療病棟の作品、日美展覧会へ

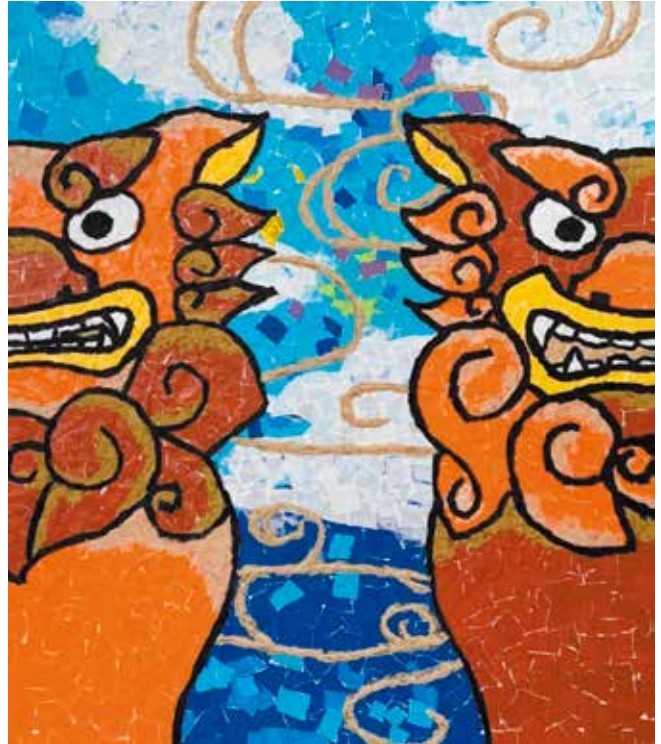
国立新美術館で全国公募の日美展という展覧会が開催されるという情報を得て、平和病院、認知症治療病棟からも作品を仕上げて申し込みしてみようかということになりました。

そこで、シーサーのちぎり絵を製作しました。

「国立の美術館展示、目指しますよー。」日々、はっぱをかけて作業に挑みます。認知症の患者さんといえど、「国立」と聞けば緊張します。「こ・く・り・つ？あいやー。たいへんねー。」そして、作業への意欲が高まります。

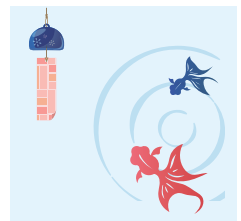
色紙を細かくちぎる役割、そのちぎられた紙を貼る役割、それぞれに適した作業をコツコツ積み重ねシーサーが完成しました。

この絵には「無病息災」と「東京の皆さんコロナが消えたら、沖縄に遊びにおいでね」という2つの気持ちを込めました。それらを大事に封詰めし、東京に送りました。すると見事、審査を通り国立新美術館に展示されることが決定しました！！コロナ禍でもあるので、観に行く事は叶いませんが、梅雨明けした沖縄のまぶしい光を東京に届けたいと思います。



8月5日～8月14日展示 日美展
国立新美術館（東京都六本木）
主催：公益財団法人 国際文化カレッジ

この夏の **ありんくりん**



お知らせ

毎年8月に開催している「盛夏祭」について、新型コロナウイルスの感染防止の観点から本年も中止となりました。ワクチン接種が進み来年は盛大に開催出来ることを願っています。

ワクチン接種派遣について

当院では、中部地区医師会の協力要請を受け、与那城公民館での新型コロナウイルスワクチン集団接種会場へ看護師2名を派遣しました。約100名の方が第一回目の接種を修了しました。

その他、志誠会では、医療従事者への先行接種として職員への新型コロナウイルスワクチン接種を実施しました。これまでに約80%以上の方が接種しています。



新型コロナウイルス対策に関連した リモートを活用した当院での取り組みについて

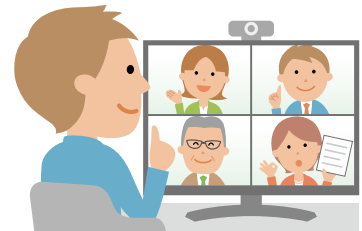
当院では新型コロナウイルス対策として、感染リスク回避のためにリモートを活用した面会、関係者会議、役所からの認定調査等の対応を行っています。

ご家族による面会については医事課の面談室に設置されているパソコンと病棟にあるパソコンを繋ぎ、面会を行っています。

一方、多職種が集まって今後の支援について協議を行う関係者会議については、関係者だけが一つの部屋に集まることも感染リスクとなるため、それぞれの職場などからZOOMを活用した画面上での会議を開催し、病院のパソコンにはご本人も参加して頂く形で協議を行っているところです。

さらに、福祉サービス等の利用に伴う認定調査等についても、当初は面会と同じ要領で、調査員が来院後、パソコンを介して、本人の様子や職員からの聞き取りで調査の対応をして頂いていましたが、ZOOMを活用することで、役所と病院をつなぎ、調査員に来院して頂かなくても、認定調査を行うことができ、業務の効率化という意味では思わぬメリットもありました。

しかし、やはり直接会ってもらい、調査を行える状態が一番よいとは思いますので、各自コロナ対策を継続しながら、早々の事態収束を願うばかりです。



設立理念

1. 当院は新しい精神医療を行うことを目的とする
2. 精神障害者及びその家族の立場に立ち可能な限り物心両面から援助を行う
3. 作業療法、レクリエーション等を再検討し真に社会復帰に結びつく療法を確立する
4. 地域精神医療を行う
5. 精神医学、精神医療の発展に結びつく研究を行う
6. 病院運営にあたっては一般企業並みの経営を行い医療は最新かつ高度なものとする

患者憲章

- 平和病院は、設立理念に則り、医療の中心は患者様のためにあることを深く認識し、一人ひとりの患者様に次のような権利と責務があることを宣言します。
- あなた様には尊厳とプライバシーの保護を受ける権利があります
 - あなた様には最良な医療を平等に受ける権利があります
 - あなた様には知る権利があります
 - あなた様には自己決定する権利があります
 - あなた様には責務があります

基本方針

当院は、自然環境を活かし、アメニティーの充実に努めると共にチーム医療における質の高い医療を追求する。また、医療・保健・福祉における連携および患者様の人権を尊重し、患者様並びに家族との相互理解を深め、地域のニーズにあった信頼される医療を提供する。



精神科・心療内科 平和病院

病床数：212床（内 指定病床17床）

□ 精神科救急入院病棟（スーパー救急） □ 認知症治療病棟 □ 精神療養病棟 □ 精神科訪問看護 □ 精神科デイケア
受付/午前8:30～11:00 午後1:00～3:00 木・日・祝祭日は休診
電話：098-973-2000 住所：うるま市字上江洲665番地
□ 相談支援事業所しせいかい（指定特定相談支援事業）



介護老人保健施設

陽光館

入所定員：140床（認知症専門棟40床）

□ 介護老人保健施設陽光館入所 □ 短期入所療養施設陽光館 □ デイケアセンター陽光館 電話：974-4000
□ ホームヘルプサービスセンター陽光館 □ 居宅介護支援事業所陽光館 電話：974-8000
受付/午前8:30～12:00 午後1:00～5:00 木・日・祝祭日は休館
住所：うるま市字上江洲661番地
□ 認知症グループホームあおば邸 電話：974-9770 住所：うるま市字上江洲708-1
□ うるま市地域包括支援センター具志川ひがし 電話：974-4001 住所：うるま市上江洲779-2



医療法人社団志誠会

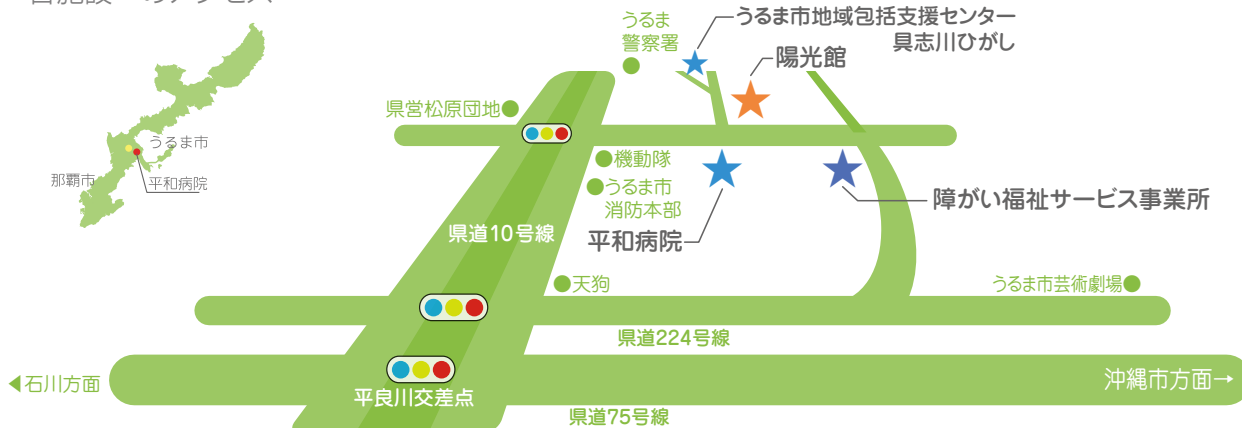
障がい福祉サービス事業所

□ グループホームしせいかい（外部サービス利用型共同生活援助・短期入所） 電話：974-6000
□ 自立訓練事業所しせいかい（宿泊型自立訓練・生活訓練・短期入所） 電話：974-6100
□ 就労訓練工場しせいかい（就労継続支援B型） 電話：973-0030

職員募集!!

志誠会では「看護補助者・介護職（入浴介助のみ可）・ヘルパー非常勤・調理スタッフ・清掃スタッフ・送迎スタッフ」等の職員を募集しています。
その他職種も募集していますので、興味のある方はホームページをご覧ください。
098-973-9590（平和病院 総務課）

各施設へのアクセス



編集後記

東京オリンピックが開幕しました！！57年ぶりの開催が決まった時の喜びから一転、コロナ禍での開催となりさまざまな意見がありますが、柔道阿部兄妹の金メダル獲得や卓球混合ダブルス日本初の金メダル獲得等、活躍する選手たちの姿を見て、勇気や希望をもらっています。

さて、今号では「誰もが地域の一員として、自分らしい暮らしをしていくために」当法人がどのような事に取り組んでいるか紹介していますので、ご一読頂ければと思います。

暑い日が続いておりますので、こまめに水分補給をし熱中症に気を付けましょう。

（外間 良美）

