



くまがわ

デイケア作品～熊本の夏をちぎり絵で表現しました～



天草の風景

天草は、1年を通じて温暖な気候に恵まれ、また島々に囲まれた静穏性が高い場所です。また、碧い海と緑深い山々が織りなす美しい景観がとても素晴らしいです。



通潤橋

上益城郡山都町にある長さ75.6m、高さ20.2m、幅6.3m、石管の長さ126.9mあります。江戸時代より作られており、国の重要文化財に指定されています。



みすみの港祭り花火大会

通算78回目を迎える伝承の祭りです。水中花火と海上花火が夏の夜空と海を彩ります。



阿蘇の草千里

阿蘇火山中央火口丘にある、烏帽子岳北斜面の火口跡。皿状の地形全体が草原になっています。草千里ヶ浜とも言われています。

Contents

- 2P●ごあいさつ
- 3P●副看護部長就任挨拶
- 4P●イベント紹介
 - 待ちに待った春の音楽祭
 - 総合優勝3連覇!
 - 「満開の笑顔輝く くませいフェスタ」
- 5P●イベント紹介
 - 「バス旅行は今年も雨だった」
 - デイケア
 - 「テイクアウトカフェうりぼう」
 - デイケアで開店しました
- 6P●第10回 看護の日講演会「健康寿命を延ばそう」
- 7P●食中毒予防
 - 食中毒にご用心!!

理念

地域社会に信頼される精神科医療をめざし、患者様に安全で安心される質の高いあたたかさと癒しの医療を提供します。

基本方針

- 1.満足していただける医療を行います。
- 2.快適な院内環境に努めます。
- 3.専門知識の向上に努めます。

患者様の権利と義務

- 1.個人として、その人格を尊重される権利
- 2.自分の受けている治療について知る権利
- 3.良質の医療を受け、選べる権利
- 4.公平で差別されない医療及び対応を受ける権利
- 5.安心、安全な環境で治療を受ける権利
- 6.正確な情報を提供するとともに、疾病や医療を十分理解するように努力する義務
- 7.医療に積極的に取り組む義務
- 8.快適な医療環境づくりに努力する義務

ごあいさつ

院長 阿部 恒久



平成30年4月1日より八代更生病院院長に就任させていただいております。前任地から八代更生病院に移り12年が経ちました。この12年間で私が変わった

ことは、ランニングをするようになったことです。単身赴任になり、健康づくりのためにまず朝から歩くことを始めました。もともとしつこい性格ですので3km程度の距離をしつこく毎日歩きました。たまに走つたら足が痛くなり、続けて走ることはできませんでした。だから、歩くだけにしてしつこく4, 5年ぐらい続けました。そうしたらある日、ランニングの神が降臨し、走れるのではないかという気になりました。それで走ってみることにしました。先行投資としてシューズと2組程度のウエアを購入し、先行投資を回収すべく走らなければならぬ状況を作りました。そうしたら走れたんです。最初は週に2, 3回、4~5km程度を走っていました。しつこい性格の私は、4~5kmのランを続け、pm2.5（アプリで毎日確認して走ります）や悪天候にめげずに走った結果、距離は徐々に伸びました。2年ぐらい経つと10kmが当たり前になり、3年ぐらい経つと15km走らないと落ち着かなくなり、4年経つと20km単位で走るようになりました。しかし20kmは毎日走ると体に悪く、足を痛めることもありましたので、今は週に2から3回20km程度を走ることにしています。先行投資は必要ですが、ランニングはランニングコ

ストがかからないので、家計への影響もなく、週末は家内から「走ってきていいよ」と許可を頂けるようになりました。本当に助かります。なぜ走るのかと考えるとき「そこに道があるから」というわけではありません。ストレス解消と診療にあたる体力をつけるためです。診療の粘りと走ることの粘りはつながっているように感じています。

ランニングの話はここまでにして、私と同じようにこの12年間で八代更生病院も変わってきました。職員の数も増え、病棟の改装が行われ、急性期疾患治療病棟、認知症疾患治療病棟の開設があり、訪問看護部も増員されました。思春期SSTとして「ぶどうの木」も始まりました。病院機能評価の更新も2回行われ、様々な仕組みが整備されるとともに、ケースカンファレンスを中心としたチーム医療が行われるようになりました。このように常に先を見据え、変化してきた八代更生病院は、今後もおそらく変わっていかなければなりません。今回院長に就任するにあたり、可能な限り先を見据え、現在の問題点に地道に取り組み、何とか未来を切り開けるように病院を変化させていきたいと考えています。しつこさだけが取り柄の私ですが、ランニングのおかげで体力だけはついたように思います。就任時には、うれしいことに医局の先生方から「更に走れ」とばかりにランニンググッズをプレゼントしていただきました。まだ院長としてはスタートを切ったばかりですが、この体力をもとに走り続け、病院の運営に取り組んでいくつもりです。どうぞよろしくお願ひいたします。

副看護部長就任挨拶

副看護部長 藤本 千恵子

今年度4月より看護部の副看護部長を務めさせていただいています。どうぞ、よろしくお願ひします。

私はこの病院に勤めてもう20年を超えた、あっという間だった様な気もします。

入職した頃はまだ運動場があり、午後から患者様と一緒にそこで話をしたり、運動をしたり、ゆっくりとした時間を過ごしていたことを思い出します。また、入職一年後には娘を出産し子育てをしながらの勤務でした。

子供が熱を出した時には、急遽お休みを頂いたり、快く勤務を交代してもらったり、本当に皆に助けて頂きながらこの仕事を続けることができました。

あれから、20数年経ち更生病院もずいぶん変わりました。中でも病院機能評価を受審し質の高い医療・看護を提供できるように様々な環境が整ったことが一番大きな変化だと思います。

最近では、少子高齢化が急速に進み、複雑

化する疾患に対し広く対応できることやさらに看護職の人材確保など様々な場面での私たちを取り巻く環境は厳しくなっています。

それに伴い医療・看護の役割も多様化し地域の期待も大きくなっていると実感しています。

今年度の看護協会の重点事業のひとつに「看護職の働き方改革の推進」とあります。

国における働き方改革がすすむ中、看護職の現役世代の離職を防止するため、職場環境改善を図る必要があるということです。

このような厳しい環境や情勢の中で看護職がやりがいを持ち働き続けることができるよう、スタッフ個々が明確な目標設定を行いその成果を出せるように管理職として支援し組織に貢献したことを共有し個々が満足感を高められるような風土を作り上げていくことが一つの役割だと感じています。

今後も日々目標を持ち取り組んで参りたいと思います。

副看護部長 田島 富美子

本年度より、副看護部長の任を拝命致しました。私は、八代更生病院へ入職して16年になります。他科から転職したころは、頭の中は「?」がいっぱいでおどろきと、一言では言えない精神科看護の難しさに戸惑いました。外来・訪問看護・急性期治療病棟を経験しながら、特に「患者と寄り添う」とはどういう事かを考えさせられました。私なりに精神科看護とは、患者本人も気付かない少しの変化に気付き、声掛けを行い、出来る事、できない事を見極め支援し、患者様自身が自律した力を身に付けていく事ではないかと感じようになりました。

今後は、今まで以上に精神科看護と向き合い、病院理念である「あたたかさと癒しの医療」に沿いながら、スタッフ一人一人が患者に寄り添い、考え、意見を交わし、より良い看護が提供できる環境作りを目指していきたいと思っています。

また、看護部長の指導の下、副看護部長として、病院経営についても積極的に参画し、リスク・コスト・マネジメント等の管理能力も身に付けて行きたいと思います。まだまだ、微力ではありますが、皆様のご指導を頂きながら、成長して行きたいと思います。

どうぞよろしくお願ひ致します。

イベント紹介

待ちに待った春の音楽祭

平成30年3月13日 中川 美重子

今年も、皆様が楽しみにされていた春の音楽祭が開催されました。

まずは恒例のスタッフバンドの登場。毎回、色々と趣向をこらせて楽しませてくれて、イベントには欠かせない存在になっています。そして、昨年好評だったダンディな3人組『フォーティーラブ』の皆様に今年も来ていただきました。

素敵なお喋りと心に沁みる演奏、老若男女が喜ぶ曲を、たくさん歌って頂きました。会場全員で歌った、5つの赤い風船の『遠い世界に』他、アンコールの掛け声もあり大盛況でした。

「とても楽しかった」という感想が多く聞かれ、あっという間の時間でした。皆が青春時代に戻つた、心がホッコリする春の音楽祭になりました。



総合優勝3連覇!

平成30年4月20日 内山 直人

今年も恒例の城南地区春季球技大会が開催されました。雲一つない晴天の中、暑さが心配されましたが、そんな暑さを吹き飛ばすような熱戦が繰り広げられました。今大会はゲートボール、グラウンドゴルフ、ミニバレーの3競技での開催となりました。当院の結果としては、グラウンドゴルフ優勝、ゲートボール準優勝、ミニバレー4位、そしてなんと！総合優勝となり3連覇を成し遂げることができました！各種目では、応援の声が飛び交い、笑顔も飛び交い、皆さんいつも増して頑張っておられました。

大会後も「楽しかったです」「お昼の弁当がボリュームあって美味しかった」などの声が聞か

れ、皆さん無事に大会を終えることができ、嬉しい限りです。

次回大会はまた来年になりますが、目指せ4連覇！ということで一致団結して頑張っていきたいと思います。



『満開の笑顔輝く くませいフェスタ』

平成30年6月7日 谷川 充

パークドーム熊本にて熊本県内の精神科病院の親善レクリエーションが行われました。

県内5つのブロックに分かれて、私たち八代更生病院は黄ブロックとして参加しました。

今年は八代更生病院が考えたスローガンが掲げられ、「満開の笑顔輝くくませいフェスタ」というスローガンのもと、みんな暑さにも負けず元気溌剌と競技に参加していました。会場では、熊本が誇るスター、くまモンの登場に、熊本県警察音楽隊の素晴らしい演奏でとても

盛り上りました。競技は綱引き、玉入れ、フォークダンス、リレー等が行われ、我々黄色ブロックは惜しくも総合2位という結果でした。優勝はできなかったものの、みんな満開の笑顔が輝き最高のくませいフェスタとなりました。



■ イベント紹介

● 「バス旅行は今年も雨だった」

平成30年6月8日 濱田 拓哉

今年も恒例のバス旅行に行ってまいりました。天候には恵まれませんでしたが、皆さん笑顔溢れる旅行になったと思っております。

今回は御船町の恐竜博物館に出かけました。展示ルームには大きな化石が数十体並んでおり、息をのむ迫力がありました。化石一つ一つに名前と説明があり、皆様食い入るように見学しておられました。そのあとはキーholder作りを行いました。それぞれ思い思いの絵を選んで、色塗りを行い、みなさん個性豊かな世界に一つ



だけのキーholderを作られました。旅の最後は、お土産を買って、ジェラートを頬張って、みなさん笑顔が輝いておりました。

「また来年もバス旅行楽しみにしています。次はどこですか」と言ってくださる方もおられましたので、来年に向けてリサーチしていきたいと思います。

■ デイケア

● 「テイクアウトカフェうりぼう」デイケアで開店しました

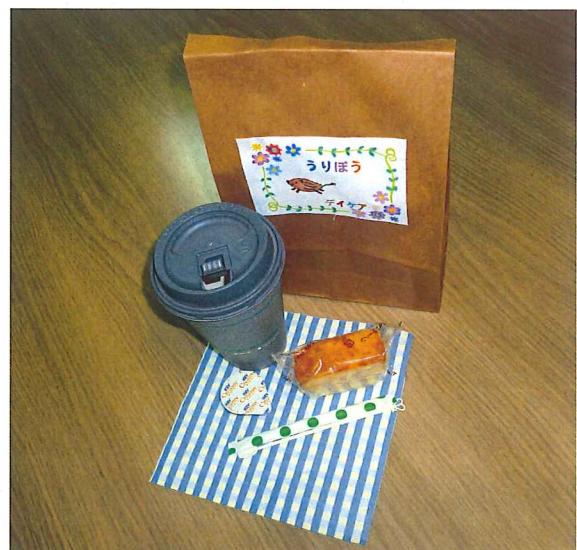
これまでご愛顧頂きました喫茶ぐれーぷから新装開店しました「テイクアウトカフェ・うりぼう」です。

コンビニなどで流行のテイクアウト形式にすることで食器の準備や片づけもなくなり作業効率も良くなりました。DC通所者さんがコーヒーを入れ販売します。

入れ立てホットコーヒーに洋菓子をつけて150円で販売しております。パッケージも手作り袋に入れてお渡しします。(うりぼうの絵)

職員様には配達も致します。月1回火曜日に開店しますので是非ご利用下さい。

PS 7月からの暑い時期はアイスコーヒーに変わります。



第10回 看護の日講演会 「健康寿命を延ばそう」

平成30年5月19日 濱田 誠之

毎年「看護の日」はナイチンゲールの誕生日の5月12日を含む週の日曜日から土曜日までが「看護週間」に設定されています。

地域社会全体で、看護の心、ケアの心、助け合いの心を、広く分かち合うことが必要であり、老若男女を問わず、誰でも認識するきっかけとなることを目的とし、気軽に看護にふれていただく楽しいイベントなどが全国的に催されています。

八代更生病院でも毎年「看護の日」に合わせてイベントを企画、開催しており今回で10回目となります。

今年は超高齢社会に向けた「健康寿命を延ばそう」というテーマで講演会を開催いたしました。

当院の作業療法士より「元気でいきいきフレイル体操」と題して(フレイルとは運動能力・心身の衰えを意味します)、参加者全員でセルフチェックの方法やレジスタンストレーニングを行いました。



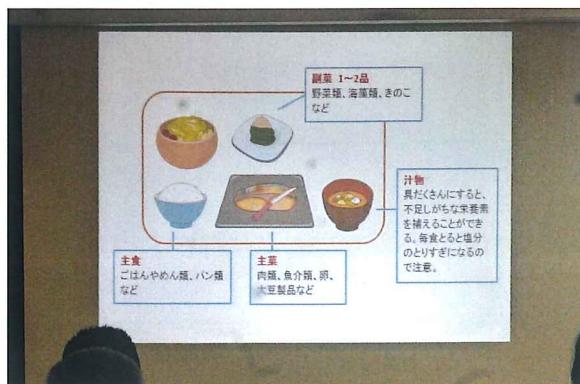
管理栄養士からは「今話題の地中海食とは」とて、マインド食の説明や効果的な食事のとり方などの説明がありました。

精神保健福祉士からは「介護サービスの上手な利用の仕方」についてなど社会資源の活用についての話をしてもらいました。

看護師からは、引きこもりがちな高齢者に対して「孤立を防ごう」という演題で寸劇を行い、また趣味の持ち方についても紹介しました。他職種が共同しそれぞれが専門的立場から講演や寸劇を行い、健康寿命について改めて考える機会になりました。

参加者からは、「それぞれの職種から情報提供されて解り易かった。」「趣味をもってみようと思いました。」等の感想がありました。

今後も病院理念である「あたたかさと癒しの医療」を提供できるように日々努力していくたいと思います。



■ 食中毒予防

● 食中毒にご用心!! 栄養科

夏は気温や湿度があがり、食中毒が発生しやすい季節です。行楽や行事の機会も増えますが、食中毒になってしまったら…。せっかくの楽しいひとときが台なしにならないよう、食中毒予防の3つのポイントを紹介します。



ポイント1

食中毒の原因となる菌やウイルスを「つけない」

調理器具や食べ物に菌をつけないように、食事を作る人も食べる人も、しっかり手洗いをすることが大切です。



ポイント2

菌やウイルスを「増やさない」

適切な温度で食品を管理・保管し、冷蔵庫から出したら早めに調理しましょう。



ポイント3

菌やウイルスを「やっつける」

ほとんどの菌やウイルスは熱に弱いため、食べ物の中心部までしっかり火を通すことで死滅します。

調理器具も熱湯消毒したり、塩素系の漂白剤などで消毒すると効果的です。



外来診療 ご案内

※精神科医が
担当します。

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|------|---|---|---|---|----|---|
| 午前 | 新来 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| | 再来 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 午後 | 予約外来 | | | | | 休診 | |

診療科目

精神科、心療内科、内科

受付時間

新来▶午前 8:30~11:30(月~金)

再来▶午前 8:30~12:00(月~土)

午後13:30~16:00(月~金)

新来は予約制で月~金曜日の午前中のみとなります。

交通の ご案内



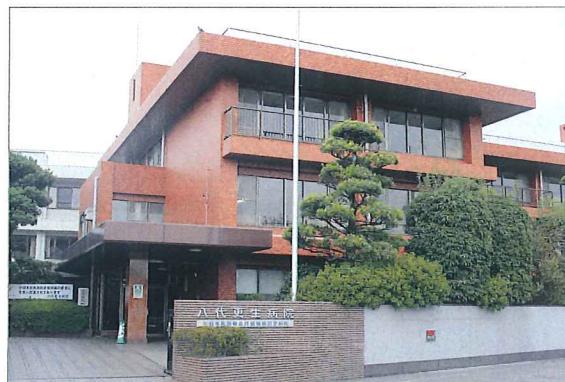
- JR八代駅から……………車で15分
- バスでお越しの際は八代駅方面から
産交バス植柳経由→「南平和町」行き、
又は植柳経由→「君ヶ剣」「破木」「坂本駅」行きに
お乗りください
- 産交バス「千反町」バス停より徒歩3分
- ゆめバス「迎町交差点」バス停より徒歩3分

スタッフ募集

現在、医師、薬剤師、看護師、
准看護師、調理師、調理補助、
看護補助を募集しています。

委細面談

連絡は、事務長 嶋田まで、ご連絡ください。



医療法人 山田会
八代更生病院

〒866-0043 八代市古城町1705
TEL(0965)33-4205
FAX(0965)35-8275
URL <http://www.y-kousei.jp/>
mail info@y-kousei.jp