



こころ

あたたかい心、思いやりの心、私達は心の医療を推進します。

十全ユリノキ病院

精神科応急入院指定病院

〈理念〉

- 一 私達は、前向きで建設的に考えよう。
- 一 私達は、開かれた医療を展開して行こう。
- 一 私達は、自ら学び、研鑽し続けよう。

〈基本方針〉

1. 思いやりある、利用者中心の医療を目指す。
2. 過不足のない支援で、社会復帰を促進する。
3. 働き甲斐のある、職場を創り出す。



季節のしやしん
「薄色づく秋空と河川敷」

少し歩いて みませんか？



作業療法科 平井 智明

突然ですが、みなさん身体を動かしていますか？コロナウイルスが流行し、自粛生活やテレワークが多くなり、まだまだ自宅で過ごすことが多いのではないかと思います。運動不足になっていませんか？

前回、この場をお借りしてストレッチを紹介させていただきました。今回は散歩について少しお話させていただきます。日中の気分転換、健康のため、暇つぶしなど様々な理由で散歩を行っている人もいるのではないかと思います。では、散歩をすることは人にどのような影響をもたらしてくれるのか。少しお話させていただきたいと思います。

散歩は脳や精神に良い効果を与えます。ハーバート大学医学部の教授であるジョン・レイティ先生は運動することによりBDNF(脳由来神経栄養因子)という脳にとっての肥料のような物質が分泌されると言われています。海外の学校では1時限目の授業の前に0時限目として散歩やランニング、体操を取り入れ、成績が上がったと発表しています。作曲家のベートーベンは歩きながら作曲しており、小説家の村上春樹さんは毎日10km走っているそうです。

また散歩をしていると普段はなかなか感じられないゆっくりとした時間を感じることができ、呼吸が深くなり気持ちがリラックスできると思います。このような状態になることで自律神経を整えることができ、日々のストレスや生活リズムが乱れている方にとって非常に良い効果をもたらします。



どうですか？他にもいろいろな効果があるのですが、散歩に対するイメージが少し変わってきたのではないのでしょうか。これを機に少し歩いてみませんか。1日10分～20分歩くことでも身体に与える影響は少し変わっていくかと思えます。運動不足を感じている方、デスクワーク、テレワークなど座っていることが多い方、是非少し歩いてみてください。少し生活が変わるかもしれませんよ。もちろん感染対策はしっかりと行ってください。

■ 所在地のご案内



■ 交通のご案内

- JR新居浜駅より南 約5km
- 〈市内バス〉 山根グランドバス停より徒歩……約10分
- 〈タクシー〉 JR新居浜駅より……約10分
- 〈車〉 新居浜ICより西 約2km……約3分

2021・11・1000



環境負荷を抑えた植物油インクと適切に管理された森林から生産された紙を使用しています。

地域の生活を支える

看護部長 村上 彰

精神疾患で入院されている患者様は減少傾向になっており、全国で2002年は35万人、2017年は30万人になっています。しかし、逆に精神疾患で外来を受診される患者様は増加傾向で、全国で2002年は224万人、2017年は398万人と15年で約174万人の増加になっています。

外来受診者を疾病別にみると、認知症(アルツハイマー病)が15年前と比べ約7.3倍、気分「感情」障害(躁うつ病を含む)が約1.8倍、神経症性障害、ストレス関連障害及び身体表現性障害が約1.7倍と増加割合が顕著です。年齢別では65歳以上高齢の方の外来受診者は認知症で増えています。65歳以下の外来受診も増加しています。

これは、精神疾患に対する理解と早期受診の必要性、相談窓口が増えたこと等が考えられます。また、全国平均で精神科床における新規入院患者様の入院期間は短くなり、入院後3か月時点の退院率は63.5%、6か月時点での退院率は81%となっていることから、外来受診を継続しながら地域で生活している方は増加しています。

精神疾患領域においても、精神障害者が地域の一員として、安心して自分らしい暮らしができるよう、医療、障害福祉・介護、社会参加、住まい、地域の助け合い、教育等が包括的に確保された精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に向けた整備が進んでいます。精神科病院から退院される方々をはじめ、地域で生活する精神障害のある人々が安心して暮らせる地域をつくるためには、地域の支援体制のなかで特に精神科訪問看護が果たす役割は重要です。精神科訪問看護の目的は、患者様が地域で生活できるように自己決定を支援するサポートを行い、症状と付き合いながらの生活を組み立てるお手伝いをさせて頂くことです。

当院の訪問看護やデイケア等の在宅部門は地域で支えるという視点を強化し、今後、益々増える地域で生活される患者様のニーズに応えられるよう日々取り組んでいます。

編集後記

第50回目となる広報誌「こころ秋号」を発刊いたしました。

まだまだ、新型コロナウイルス感染症予防が大変ですが、去年同様、インフルエンザ予防にも気をつけてお過ごしください。



〒792-0844 愛媛県新居浜市角野新田町1-1-28
TEL0897-41-2222 FAX0897-41-2224
http://www.juzenhp.jp/
E-mail juzen@juzenhp.jp



関連施設

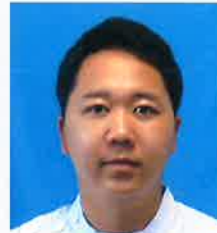
- ◎生活のしづかさをもつ患者さまの社会参加と社会復帰をお手伝いしています。
自立訓練(生活訓練・宿泊型訓練)事業所 国領荘 愛媛県新居浜市角野新田町1-1-28 TEL0897-41-2258
- ◎単身生活が困難な患者さまの生きがいをもった自立への道を援助しています。
グループホーム 船木の里 愛媛県新居浜市国領甲4819-5 TEL0897-41-2258
- ◎患者さまの家庭に伺い、療養上のお世話・支援を行っています。
訪問看護ステーションれんげの会 愛媛県新居浜市角野新田町1-1-28 TEL0897-43-5653
- ◎生活に関する相談や福祉サービスの紹介などを行っています。
指定相談支援事業所 まごころの会 愛媛県新居浜市角野新田町1-1-28 TEL0897-47-6682
- ◎お年寄りの生活にふさわしい環境の中で共同生活を行い、生活能力の回復と維持を図っています。
グループホーム むつみの家 愛媛県新居浜市中萩町9-52 TEL0897-43-1022

新人紹介

4月に入社した
看護師3名の新人紹介です。



横川大樹
趣味：サッカー、ソロキャンプ
好きな食べ物：オレオ
好きな言葉：休日
一言：わからないことだらけですが、1人前になれるよう一生懸命頑張ります。よろしくお願いします。



加藤大我
趣味：釣り
好きな食べ物：ラーメン
好きな言葉：ありがとう
一言：人生初の就職で何もかもわかりません。一生懸命やっていますのでよろしくお願いします。



武田虎太郎
趣味：筋トレ、ゲーム、読書
好きな食べ物：オムライス
好きな言葉：大切なことは目に見えない(星の王子さまより)
一言：精一杯頑張りますのでよろしくお願いします。



新人研修

6月25日(金)、新人教育研修を実施しました。この研修は毎年この時期に教育委員会が実施しており、今年度は12名の新人職員が参加しました。

研修内容は、「当院のあゆみ」、「組織体制と各委員会の説明」、「感染対策の取り組み」、「関連施設の紹介」、「新人職員としての心得」などを行いました。

参加者にとって、精神障がい者の社会的偏見と人権の尊重について理解し、当院での取り組みについても理解できたのではないかと思います。

看護職員募集

自分らしく生き生きと働くことのできる職場環境の中で、素晴らしい看護の実現と専門職としての資質向上を目指し、私たちと共に成長しませんか？

●看護師・准看護師
中途採用者随時募集(5名)

●看護助手
中途採用者随時募集(5名)

受付期間：随時
*施設見学も随時可能です。

お問い合わせ先 TEL(0897)41-2222(総務課/黒部)



部署紹介 訪問看護ステーション れんげの会

所長 黒河 靖

私自身、看護師として30数年間病院勤務をしてきましたが、その間は病棟での勤務を行って来ました。今年度より訪問看護ステーションへの異動で、在宅看護は初めてとなります。

在宅と入院では、何に違いがあるのだろうかとは思っていましたが、どのように違うのだろうか新鮮な気持ちでもあります。

入院では、入院環境の中で看護が展開されますが、在宅では日常生活を送りながら、治療継続をしていく必要があります。社会資源をうまく利用したり、福祉サービスを利用していくためには、ケアマネージャー、ケースワーカー、福祉関係者との連携が重要になります。また、薬剤師や管理栄養士を言

めたチームとして、在宅ケアが大切と感じています。

今年度から新たに訪問スタッフとして作業療法士もスタッフに加わり在宅リハビリの面でのサービスが提供できることによりサービスの幅も広がっています。

2025年問題も数年前から話題となっていますが、超高齢化時代となり社会的ニーズも在宅ケアの需要が増えてくると考えられます。それに伴い認知症といったケースも多くなるので、認知症の方への訪問看護等、社会ニーズに応えられるような訪問看護ステーションを目指し進んでいきたいと考えております。

河川清掃

当院では地域の皆さまとの交流を目的に、「地域活動推進委員会」を中心として様々な活動に取り組んでいます。また、新居浜市のアダプトプログラムや愛媛県の愛リバー活動にも参加しています。

6月6日(日)には角野新田自治会の方々と合同で河川清掃を行い、河川の美化活動に取り組みました。

10年以上続くこの活動を大切に、これからも地域に必要とされる病院創りに努めていきたいと思っております！



コラム



新型コロナウイルス

臨床検査技師 田坂麻紀

連日、新型コロナウイルスのニュースで心休まりませんが、コロナの豆知識をひとつ。

新型コロナウイルスにかかった時の病名は、COVID-19(コビットナインティーン)

新型コロナウイルスの名前は、SARS-COV-2(サーズ・コブ・ツー)

わかりにくいかもしれませんが、次の病名は聞いたことがあるかもしれません。



病名の名前 AIDS(エイズ)
ウイルスの名前 HIV(エイチアイブイ)
ヒト免疫不全ウイルス

このように病名とウイルスの名前が一致しないものがあります。

検査で、
SARS-COV-2 抗原
SARS-COV-2 核酸(いわゆるPCRです)
と記入していたら新型コロナウイルス検査です。