

蘭

— まゆ —



但馬の冬景色

今シーズンは、暖冬のため雪がほとんど降りませんでした。1月になりようやく但馬らしい冬の景色が戻ってきました。

新年のご挨拶

医療法人社団絹和会 理事長 井上雄一



新年おめでとうございます。

珍しく、暖かいお正月だったためか、スーパーの初売りは随分混み合っていました。印象的だったのは、車椅子の方、杖をお持ちになった方を含めて、店内・駐車場にご高齢の方がとても多かったことで、晴れやかな表情でご家族と会話なさっている方、どことなく疲れた感じで視線を落としていらっしゃる方、心配そうに周囲を見回していらっしゃる方、無表情な方など、それぞれの振る舞いは様々でした。

私は、年末から『加齢に伴うストレス感受性の変化』に関する論文を作成しておりましたので、その光景と研究内容が頭の中で重なり合うような気分になりました。

但馬地区の高齢化の潮流は急速に大きくなっているようです。私たち医療者はこの現象に対応して、ご高齢の患者様に、こころの病気の重症度、生活状況、お人柄を考慮した、テーラーメイドの医療サービスをご提供しなくてはなりません。晴れやかなお顔の方が一人でも増えるよう今年も努力して参りましょう。

井上雄一、いのうえ・ゆういち。
東京医科大学卒業、鳥取大学大学院修了。医学博士号取得。鳥取大学医学部神経精神医学助手・講師、順天堂大学医学部精神医学講師を経て、東京医科大学睡眠学講座ならびに精神医学講座教授を務める。現在、日本睡眠学会理事等、多数の学会の理事・評議員も務める。

作業療法の紹介



精神科作業療法とは... 病気によって生活能力や楽しみを失ってしまいがちな方に対して、日常生活の中にある作業活動（仕事・趣味・遊びなど）を通して、心身ともに健康で自分らしい生活を送って頂けるようお手伝いする療法です。

病院交流活動に参加してきました



体育館練習



姫路中央体育館



個人戦



集合写真

平成 27 年 10 月 30 日 第 33 回兵精協親善卓球大会に出場

毎年、秋に開催されているこの大会。当院でのスポーツ活動の成果を発揮する集大成の大会でもあり、今年で4回目の出場を果たしました。

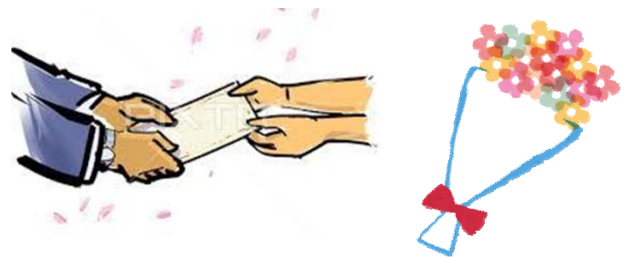
今大会は、個人戦・団体戦ともに惜しくも2回戦敗退ではありましたが、この大会に向けて3ヶ月間一生懸命練習を重ねた成果が出せたのか、負けても皆さんが笑顔だったのが印象的でした。



団体戦

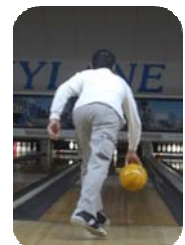
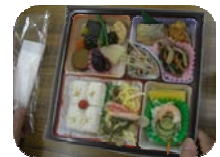


後日、院内で慰労会を開催
大会参加メンバー全員に、
賞状と景品の贈呈式を行いました。



平成 27 年 11 月 4 日 兵庫県精神科病院協会西播磨地区 ボウリング大会に出場

当院からは、男女合わせて8名の患者様が参加しました。
60代Aさんは「今回が初めてのボウリングだ。」と話され、豪快に投げる姿で周囲を笑わせてくれました。
50代Bさんは「ボウリングは20年ぶりにした。」と話されており、みなさんに楽しい体験をしていただくことができました。



こんにちは～！ 今回は看護部の方から、各病棟のアピール
をしていただきますよう (*^_^*)



では、1病棟から。。

男性の急性期の方が入院されている病棟です。職員も男性が
多く、女性には話しにくい事でも気軽に相談でき、頼もしい
人ばかりです。もちろん女性職員も親身に相談に乗ってくれ
ますよ。笑顔いっぱいの病棟です。😊



2病棟です。男性の慢性期病棟です。

日夜優しさをモットーに看護にあたっています。💪



3病棟です。男性の慢性期病棟です。

優しい患者さんが多く、「お疲れさん、ありがとう」「気を付
けて帰んねえよ」と声をかけてくれるんですよ。😊



5病棟です。女子病棟です 💖 高齢者の多い病棟です。

患者様と話し合う時間を多く持ち、よき聞き手、よき理解者
となることがモットーです。👐



7病棟です。女子病棟です 💖 「自分がしてほしい看護を

提供しよう」を目標に、患者様の声を聴き笑顔を絶やさず、
チームワークよく働いています。👍



食だより vol.3 ～ 七草粥 ～



七草粥とは、春の七草（セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ）をお粥にし、毎年1月7日に食べる習慣のことです。

七草は、早春にいち早く芽吹くことから邪気を払うといわれていました。そのため、七草粥には家族の無病息災への祈りが込められています。いずれも瑞々しい緑の草なので、ビタミンが多く含まれています。お正月疲れが出始めた胃腸の回復には、やさしい味に仕上げた七草粥がちょうど良い食べ物ですね。

七草の効用

セリ・・・鉄分が多く含まれているので、造血作用が期待できます。

ナズナ・・・熱を下げるなどの作用があります。

ハコベラ（ハコベ）・・・タンパク質が比較的多く含まれ、ミネラルなどの栄養に富んでいます。

スズナ（蕪）、スズシロ（大根）・・・消化を促進させる酵素を含んでいます。

診療・アクセスのご案内

外来は2診制で対応しております。

受付時間 月～土 午前8:30～午前11:00

診療時間 月～土 午前9:00～正午

休診日 日曜・祝祭日 お盆 年末年始



※ただし急患の場合は、時間外・休診日を問わずいつでも診察いたします。

●豊岡市内より車で30分、和田山市内より15分

●JR八鹿駅より徒歩20分（駅前より路線バスあり（和田山方面行き「網場(なんば)」下車））

編集後記

新年明けて早くも2月。もうそこまで春がやってきているように感じる気候ですね。ちなみに、理事長の挨拶文中にありました“テーラーメイド医療”とは、あまり聞き慣れない言葉ですが、『患者様の個人差に配慮した各個人に最適な医療を提供すること』です。

広報委員会 一同



医療法人社団絹和会
但馬病院

〒667-0023 兵庫県養父市八鹿町上網場 155

TEL 079-662-2631 / FAX 079-662-6682

ホームページ <http://tajima-hp.jp/>