

2022年1月発行 第462号

季刊冬号

曙光



CONTENTS

新年のご挨拶	2
精神疾患の話	3
Drの休日の過ごし方	4
もう一度行ってみたい旅行先	4
我が家のペット	5
OT（作業療法）だより	6
デイケアたんぽぽだより	6
地域連携室だより	6
新人紹介	7
ステイホームの過ごし方	7



医療法人社団 緑誠会

光の丘病院



新年のご挨拶



理事長・院長
馬屋原 健

あけましておめでとうございます。

旧年中は、令和 2 年にもまして医療業界のみならず、多くの業態の職種が、そして国を問わず世界中が新型コロナウイルスに翻弄された 1 年でした。我々光の丘病院も、無傷だったわけではありませんが、直接的被害を最小限に食い止めることができたのは、様々な制約を課せられる中での職員と患者さんの頭が下がるほどの実直なご辛抱とご協力のおかげであり、地域住民、関係医療機関、介護・福祉施設、行政担当者など多くの皆様のご支援にも、厚く御礼申し上げます。

昨年秋、国による第 8 次医療計画等に関する検討会では、新型コロナウイルス感染症に対応した医療機関や行政等へのヒアリングが 3 回に分けて行われ、私自身も「在宅医療及び医療・介護連携に関する WG」構成員として、大阪府の要請で全体がコロナ専門病院に転換した市立十三市民病院や離島の限られた病床で救急との両立に苦心した沖縄県立八重山病院の報告等を興味深く拝聴しました。令和 5 年度に都道府県での策定が始まり、令和 6 年（2024 年）度に運用開始となる第 8 次医療計画では、従来の 5 事業（救急医療、災害医療、へき地医療、周産期医療、小児医療）に「新興感染症対策」が盛り込まれて、6 事業となることが決まっており、コロナ対応の経験値を全構成員で緊密に共有することが狙いです。新型コロナウイルスとの戦いは、今後も容易に終わりそうもありません。

以前より、都道府県単位での医療計画の考え方の 1 つとして、「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」の観点からテーマ別で（連携）拠点医療機関が指定・設置されています。従来、広島県における医療計画において当院は認知症とアルコール依存症の 2 疾患における地域連携拠点医療機関として活動してきました。前者としては、認知症疾患医療センター及び認知症に伴う行動心理症状を治す認知症治療病棟の経験と実績を最大限に生かし伸ばすことを目指しています。後者としては、長年に渡って養成してきた重度アルコール依存症入院治療専門スタッフによるアルコール・リハビリテーション・プログラムをあらかじめ定められた行程表に沿って運用し、認知行動療法や自助会、更には飲酒欲求抑制剤や抗酒剤など補助薬を適切に活用することで断酒成功者を 1 人でも増やすことを目指しています。令和 3 年度は新たに、統合失調症の県拠点医療機関に選定されました。統合失調症は長年多くの医療従事者と患者・家族を悩ませ続けてきた代表的な精神病であり、治療の進歩と病態の軽症化から、統合失調症の入院患者数は減少の一途を辿っているのが通常ですが、当院では入院患者数が減少していません。厳格な安全管理システム下で運用されるクロザリル投与による治療抵抗性統合失調症患者への治療、精神科訪問看護やデイケア・デイナイトケアによる地域生活支援、さらには心理疾病教育や家族教室を通じての再発予防を主眼とした啓蒙活動等が総合的に評価された結果と思います。

令和 4 年も、こうした評価に身を引き締めて、重責を担えるように職員一同研鑽を積み、着実なコロナ対策と地域精神科医療の充実に臨んで参る所存です。どうぞ本年もよろしくご指導のほどをお願い致します。



精神疾患の話 ～全般性不安障害～

突然、非常に強い不安を感じパニックにおちいるパニック障害とは異なり、不安感が持続するのが特徴です。通常は不安や心配事は解決したり、時間の経過と共に自然と意識しなくなります。しかし、全般性不安障害の方はどのような状況であっても不安が続いてしまいます。心配事は健康・家庭・仕事等様々であり、心配しても仕方がないことだと理解していても、不安を拭い去ることができず、不安のコントロールができなくなってしまいます。

原因

遺伝的要因・環境要因・性格的要因（神経質で不安をもちやすい）等いくつかの要因が重なって発症します。

症状

精神症状 ⇒ 常に漠然とした不安感があり、家事や仕事が手に付きません。集中力の低下・記憶力の低下・根気がなくなる・疲れやすくなる・イライラして怒りっぽくなる・些細なことが気になる・悲観的になりやすい等が出現します。

身体症状 ⇒ 食欲不振・発汗・のぼせ・動悸・眩暈・頭痛・不眠等身体に症状が出現することが多いです。

経過・予後

良くなったり悪くなったりを繰り返しながら慢性的に経過します。

治療

薬物療法 ⇒ 抗うつ薬、抗不安薬を用います。

認知行動療法 ⇒ 精神療法の1つで、現実の受け取り方や物事の見方に焦点を当て、ストレスの感じ方の軽減を図ります。



（医師：山根 美智子）

Drの休日の過ごし方

自然豊かな山々に囲まれた環境で育ったことや植村直己の影響等もあってか中学生の頃から山登りを趣味としています。一時期、岩登り&沢登りなどに夢中になっていた時期もありました。最近では写真撮影や山の空気を感じる事が出来るハイキングが殆どです。

ハイキングでは雲海（霧海）からの御来光・ブナなどの原生林・霧氷の森・雪原・花々…等の景観の情報を入手して四季折々を楽しんで歩いています。子どもの頃は情報が少なく今ほど登山道が整備されていませんでした。そのため山行記の本と国土地理院の地図を購入してコンパスを頼りに道なき道を歩いていました。

山登りをしていると「富士山に登ったことがあるのか」と聞かれる事がよくあります。でも山登りを趣味としている人にとっては、一度は登ってみたいもののどちらかという登山の対象というより他の山から見る対象として考えている事が多いように思います。私自身も同じで登ったことは一度だけで大学時代の友人と登りました。まだ春だったので富士山は雪化粧をしていました。早朝から登って剣ヶ峰から見た景色が素晴らしかった事を今でもしっかりと覚えています。

自然相手なのでどんなに準備万全にしても100%安全ということはありませんが事故のないよう万全を期してこれからも安全第一で楽しみたいと思っています。



(医師：大加茂 俊一郎)

もう一度行ってみたい旅行先

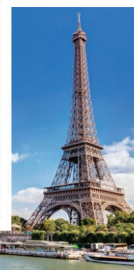
私がもう一度行きたい旅行先は23年前に専門学校の研修で行ったフランスです。

姉妹校でシスターや先生方からフランス流の研修を受けたあとに行ったパリでの観光は日本と違う建物・文化に見る物すべてが眩しく感じました。

ルーブル美術館では「最後の晚餐」「ジャンヌダルク」といった有名で素晴らしい作品が沢山ありました。中でも印象に残ったのはルネサンスを代表するレオナルド・ダ・ヴィンチの「モナリザの微笑み」です。この作品は厳重に飾られていたので遠目でしか見る事が出来ませんでした。写真と見間違えそうな程の表現力と目力に圧倒され5世紀たった今でも『トレビアーン!!』と称賛されるのがわかり、実際に見る事ができて本当に感無量でした。

また凱旋門の下をバスで通過しエッフェル塔の近くを散策したり、夜はセーヌ川をクルージング。乗客皆で一緒に音楽に合わせて踊ったりと日本では味わえない楽しいひと時を満喫する事が出来て、いい思い出となっています。

コロナが落ち着いて行けるようになったら、行きたいです。



やまうば あつこ
(4病棟：山姥 敦子)



我が家のペット



皆さんは『ピンポンパール』という金魚をご存じですか？中国原産で、ピンポン玉のように丸い姿と、全身が白い鱗に覆われていて、その鱗が真珠に似ていることから名づけられたそうです…。

ある日弟から「姉ちゃんかわいい金魚が世羅の道の駅に売っているから買いに行こう。」と誘われて行ってみるとなんとかわいらしい金魚でしょう！！5匹袋に入って売られていました、1匹だけ黒色で4匹はピンク色、店の人から「黒は日がたつにつれてピンク色に変わってくるんですよ」と言われ購入しました。

約5か月経過し、最近になって本当にピンクと言うかオレンジ色に変わってきています。

餌をあげるとパクパクとよく食べてずっと見ていられすごく癒されています (^ ^)

(2病棟：信川 千鶴恵)



我が家の「きなこ」を紹介します。

7年前、インターネットでポメラニアンを検索し、片道5時間かけて愛知県の知多半島の先端の町まで娘と車で行きました。

「きなこ」は3姉妹でした。小さいポメラニアンが人気とのことで、一番小さい子は福岡へ行き、中くらいの子と一番大きい「きなこ」が残っていました。ブリーダーの方は中くらいの子がお勧めと言われましたが、ネット画像で決めていた「きなこ」に決めました。娘の8歳の誕生日プレゼントでした。7年後の今、きなこは人間では44歳ですが、目を離すといたずらをします。



いたずらは小さい頃からで、私の様子を観察しながら焼き芋泥棒をしたり、野球観戦で使う長い風船を飲んで内視鏡治療、散歩の途中で老梅の種を飲み込むなど…色々な事件を起こします。先日も娘が夜中に食べて捨てていた、ピオーネの皮を一房分食べてしまい、腎不全の危険性となり入院しました。

いつも心配させられますが一日でも長く一緒にいてほしいなと思います。

(訪問看護：M・E)



アタシ、華(はな)。同居人にはツンデレだっていわれるの。撫でて欲しい時には鳴きながらぐいぐいすり寄って、それでも相手にされなかったら、服を噛んで引っ張る作戦で大抵は成功ね！逆に気が乗らない時は、名前を呼ばれても、軽くしっぽを振って応えるだけよ。媚は売らない主義なの。生まれて約8年。人間の年齢だとアラフィフらしいわよ！最近、着地の音が大きくなったらしく「トンッ」ではなく「ドン！！」なんだって、肉付きも良くなったらしい。失礼しちゃうわ～！そんなようすを見て同じくアラフィフの同居人は、自分と重ねているみたい！（華より）

(訪問看護：N・Y)



OTだより

4病棟では昨年から「あなたの希望叶えますプロジェクト」と銘打って活動を始めました。コロナ禍で外出等色々な事が出来なかった1年…。患者様からは「こんなことしたいな」と色々な声が聞こえてきます。そこでOTと病棟スタッフで共に考え、患者様一人一人に「希望」を聞き出し一緒に叶えていくプロジェクトを立ち上げました。「希望」を一緒に叶えていく事で患者様の笑顔に何よりもスタッフが元気をもらっています。

体験談はまた次回に載せていきたいと思います。

(作業療法士：先納 英実) プロジェクトの主要メンバーです▶



デイケアたんぽぽだより 11月19日たんぽぽ祭

感染対策のため例年行っていた「ひかり祭」は行えず、「たんぽぽ祭」として実施しました。日ごろから行っているプログラムから4つに別れ、それぞれ作品を作ったり、作品を買ったりと日ごろのプログラムとは違う形で皆さん楽しんでいました。

有志の方のステージ発表では、「ピアノ演奏」や「オカリナ演奏」など、特技を披露する場もあり、メンバーさんからは「とても感動した」「私も来年は出てみたい」などの感想が聞けました。

(作業療法士：門原 舞)



地域連携室だより

広島県認知症疾患医療センター（福山・府中圏域）活動報告

令和3年9月28日（火）、第16回福山・府中地区認知症医療連携協議会を開催しました。昨年度は新型コロナウイルス感染症の拡大により開催を中止させて頂きました。今回は初めてWebでの開催とし市内の各医師会代表の先生方・地域包括支援センター・行政の方などにご出席いただき認知症疾患医療センターの実績報告等を行ないました。

また、10月7日（木）には、第8回福山・府中地区認知症を考える研修会を開催しました。この研修会は、地域における認知症疾患の保健医療水準の向上を図ることを目的に、保健医療・介護関係者等を対象として年1回開催しています。

社会医療法人祥和会 脳神経センター大田記念病院 脳神経内科 佐藤恒太先生をお招きし、「レビー小体型認知症の診断と治療のポイント」と題して基礎的な内容から専門的な話題まで非常に幅広く詳細にご説明頂き、認知症診療を行なう上で大変勉強になりました。

佐藤先生には、レビー小体型認知症について次年度も研修会を開催する予定ですので、ぜひ多くの皆様にご参加頂けたらと思います。

(認知症疾患医療センター主任：足立 萌美)

新人紹介

① 血液型 ② コロナ禍でやりたくても出来なかった事 ③ 一年の抱負



3病棟

看護補助

くわだ みわ
桑田 美輪さん



- ①A 型
- ②映画館での鑑賞
- ③患者様の人生が豊かな時間を過ごせるように責任を持って取り組みたいです



栄養課

調理員

いのうえ ゆめか
井上 夢楓さん



- ①B 型
- ②旅行
- ③少しでも仕事を早く覚え頑張っていきたいです



訪問看護

看護師

よしおか さちこ
吉岡 幸子さん



- ①A 型
- ②仲間と外食に行けなかったこと。
- ③20 kmランニングに挑戦

ステイホームの過ごし方 ディップアート(アメリカンフラワー)

大学2年生の時に偶然テレビの特集を観たのがきっかけで始めました。元々高校時代に家庭科部に入っていたので、「やれば出来そうだな」と思い気分が乗った時にこつこつ作っています。作り方は、ワイヤーで形を作りマニキュアや専用の液でシャボン玉のように膜を張って乾燥させ各パーツを組み立てて完成します。気になる色はつい買ってしまい、僕の部屋にはマニキュアが50本以上あります(笑)

全てが手作業で、とにかく時間と根気が必要です。パーツの大きさや、組み立てのどこかで失敗したら一からやり直します。大きいほど難易度が上がり、乾燥にも数時間~1日かかり、チューリップを作った時には試作・練習で3週間かかりました。

頑張りすぎると燃え尽きてしまうので、現在は灯火程度の熱量で活動中です。いつかブーケやアクセサリを作って撮影会ができればなと思っています。

かわかみ れお
(精神保健福祉士:河上 黎士)



外来担当医表

診療時間		月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	1診	院長	羽原	院長 (完全予約制)	石岡	徳岡	石岡
	2診	大加茂	藤原 (9:30から)	大加茂	藤田	山根	徳岡
	3診	高木			山根		大加茂 (第2、第4)
午後 15:00~16:30	1診	院長	羽原	大加茂	石岡	徳岡	
	2診	高木		中田	藤田	山根	
	3診						
休診日	日曜日・祝日						

管理者 馬屋原 健

※初診の方は予約制となっております。

あらかじめ、お電話でご予約をお取りください。

※外来担当医表は 1月現在

予約や受診に関するご相談は、地域連携室まで

TEL. 084-976-1415

お問い合わせ時間：月～土 8:30～17:00(祝日は除く)



当院の理念『3C』

Comfortable Life

人々の生活の中に、安心感をもたらす医療サービスを提供する。

Counseling Mind

カウンセリング・マインドに基づいて、人々に奉仕する。

Community Network

院内により深く、そして地域社会により広く、保健、医療、文化、福祉サービスのネットワークを広げていく。



交通のアクセス

中国バス 福戸橋停留所下車 → タクシー約5分

JR福塩線 戸手駅下車 → タクシー約5分

患者さまの権利

- 良質な医療を公平に受ける権利があります。
- ひとりの人間として、その人格・価値観を尊重されます。
- 病気、治療などについて、十分な説明と情報を受ける権利があります。
- 十分な説明と情報を受けたうえで、治療方法などを自らの意思で決定する権利があります。
- 病気の治療等について、病院外の医師からも診察や意見を求める権利があります。(セカンドオピニオン)
- 自分の病気についての情報開示を求める権利があります。
- 治療の過程で得られた個人情報の秘密が守られる権利があります。

医療法人社団 緑誠会 光の丘病院

〒720-1147 広島県福山市駅家町向永谷302番地
TEL.084-976-1415 FAX.084-976-0954

広島県認知症疾患医療センター

TEL.084-976-1412

編集

後記

新年あけましておめでとうございます。今年は寅年!中国では昔十二支に入っていたのは寅ではなく獅子だったと言われていました。しかし獅子は悪事を働いたので神様が十二支から獅子を外し、人に害を及ぼす獣を退治してくれる寅を代わりにいれたとの事。コロナも是非退治してもらいたいですね。ちなみにブルガリアでは猫、トルコでは豹が寅の代わりに入っているそうです。海外旅行にいけない昨今、こういった世界の雑学を調べてみるのも面白いかもしれません。
(広報委員 田山 山姥 小谷)



医療法人社団 緑誠会

光の丘病院

〒720-1147 広島県福山市駅家町向永谷302番地
TEL.084-976-1415 FAX.084-976-0954

広島県認知症疾患医療センター
TEL.084-976-1412

ホームページでも「曙光」をご覧ください

光の丘病院

検索

<http://www.hikarihp.com/>