

4月

2021年

みやま

第275号

病院理念

『患者さまの不安をとること』

当院の基本方針

「地域に根ざした安心できる医療」

「精神科医療の充実」

「老人医療」医療と福祉の結合

医療法人社団光生会 平川病院

本年の標語『学びと感謝を常に忘れず 医療に対し誠実な病院 ～それが平川病院～』

〔ホームページ〕 <http://www.hirakawa.or.jp/> 〔e-mail〕 hhsp1966@violin.ocn.ne.jp



新入職者オリエンテーションにて（令和3年4月5日）



当院敷地内の桜

新入オリエンテーションを開催しました

いよいよ令和3年度が始まりました。今年の新入オリエンテーションは、34人の職員の方に参加いただきました。また、中国、ベトナムの方も5人いるので、ここは通訳付きで別途、行いました。1回の講義も短く、例年の半分程度の時間になっています。感染対策を考え、ソーシャルディスタンスをとって、無言で行いましたので、例年のオリエンテーションより荘厳な感じがしました。これから、平川病院のメンバーとして頑張ってくれます。どうか、よろしくお願いします。

また、この4月から、空席だった事務部長として堀江順さんが着任されました。堀江さんは国立病院の医事課を中心に医療畑を歩んでこられた方です。凄くまじめで、ストイックな方だとイメージしていますが、どうか、皆様と良好な関係を早期に作っていただきたいと思います。また、医局には、松沢病院で後期研修を終わられたばかりの阿久津先生、そして、醍醐先生の後任で、慈恵医大からローテーションでこられた片山先生が加わります。

新たな体制で、平川病院が始動します。どうか、ご期待ください。

院長 平川 淳一

【表紙】院長挨拶 【P2】歯科から 【P3】地域生活支援室より 【P4】内科訪問診療について
【P5】こころの扉 【P6】ホームページがリニューアルされました

摂食嚥下障害って??

歯科から

食事中にむせることがある。咳が増えた。食事が飲み込みにくい。声が変わった（ガラガラ、かすれ声）。体重がへってきた・・・こんな症状はありませんか？これらの症状は、口から食べる力の衰え（摂食嚥下障害）のサインかもしれませんよ。

加齢による体力・筋力の衰えや、脳梗塞などの全身疾患によって口から食べる力が低下し、誤嚥（食べ物等が気管に入ること）による肺炎を起こしてしまうことがあります（誤嚥性肺炎）。誤嚥性肺炎に一度かかってしまうと、しばらく食事がとれなくなってしまういさらに体力が衰え、再び肺炎になりやすくなってしまふことや、他の病気にかかりやすくなってしまふことがあります。では、誤嚥性肺炎にならないためにはどうすれば良いのでしょうか。

大切なのは、十分に栄養をとり体力や免

疫力を保つことです。また、適度な運動をするのも良いでしょう。たくさん話したり、歌ったりすることで、口の筋力や肺活量の衰えを防ぐことも重要です。

平川病院では、歯科の外来で口から食べる力の評価、食べ方や食べる筋力を維持・改善する訓練のアドバイスを行なっています。患者さんの症状やその時々状態に合わせて無理なく食事や訓練メニューを変えることで口から食べる力を保ち、場合によっては改善することが出来るかもしれません。

また、平川病院の歯科室では常勤の歯科医師による入院患者さんの歯科治療が可能です。それに併せて歯科衛生士による専門的口腔ケアも行われ、患者さんが美味しく楽しく食事を食べることが出来るよう全力でサポートしています。

歯科 摂食嚥下担当 歯科医師 平井 皓之



訪問看護を通して感じたこと

地域生活支援室より

地域生活支援科は、外来、デイケア（精神科、アルコール）、訪問看護の部署からなり、地域で暮らす患者様の生活を支援しています。科内の各部署の知識や支援方法などをそれぞれの職員が学び、研鑽を積む目的で、私は訪問看護の業務から、昨年10月よりアルコールデイケアで働いています。

今まで訪問看護を通して、患者様の健康相談や生活支援を個別に行っていました。現在、デイケアという集団活動を通して患者様と関わっています。

アルコールデイケアでは断酒生活を継続し、社会復帰するために、酒害教育やミーティングといった机上プログラム、卓球やZUMBA、ゲートボールや行軍などの運動プログラムを行います。デイケアに通う患者様は全員同じプログラムに参加します。アルコールデイケアの目標は、飲酒している間に退行してしまった能力を元に戻す（ライフスキルを取り戻す）こと、自分のことは自分で決め、責任をとれるようになることです。デイケアの活動を通して、生活リズムを整えること（食事や睡眠をとること）、体力をつけること、嫌なことから逃げないで過ごすこと、障害や病気があっても健常者と同じように暮らしていけるよう支援します。屋外で行うゲートボールや行軍は、体力作りや就労も視野に入れ、雨でも雪でも天候に関係なく決

行されます。このことに納得しながらも、最初は驚きましたが、患者様が風邪をひかずにデイケアに通っている姿を見ると、ご自身で健康管理をする実践の場になっているのだと思いました。

治療的介入方法も、HARPP（認知行動療法）、CRAFT（家族療法）など様々ありますが、患者様1人ひとりの性格や課題、目標に合わせて個別対応をしています。



アルコールデイケアと訪問看護では、対象となる患者様の生活状況や症状などが違います。しかし、患者様がどのような状況なのかを正確に把握し、介入するタイミングを逃さず、患者様のわずかな変化をスタッフ間で共有することは同じであると分かりました。また、患者様と一緒に目標を達成するため、どのようなことが必要なのかを考えることも大切だと思いました。

今後も、患者様から色々学びながら、よりよい支援の方法を模索していきたいと思っています。

地域生活支援科 作業療法士 犬井 良子

内科訪問診療について

当院は、内科疾患のある患者様のうち、病院への通院が困難な方々に対して、内科医師が定期的に訪問診療を実施しています。診療の内容は、体温・血圧測定、医師による問診、視診、触診からお薬を処方します。

現在登録者数は20名で、年代は70代が10名、80代が10名です。性別は男性が8名、女性が12名と、若干女性が多い傾向にあります。図1は訪問診療を受けている患者様の居住地域になります。当院と同法人の八王子市高齢あんしん相談センター（＝地域包括支援センター：以下包括とします）長房・もとはち南・恩方からの相談を受けていることから、図1の地域になっています。訪問診療利用患者様は、居住地の状況で当院以外に医療機関が近くになく、当院からとても遠く交通機関が不便で通院が難しい方もいます。

表1の訪問診療を受けるきっかけは、入院を機に退院後訪問診療を受ける方が一番多く10名と半数でした。次に、包括からの相談の方が7名でその中には、一度当院外来にて身体的な検査を行う方や、認知症外来に受診された方もおり、継続的に診療を行う体制も整えています。

訪問診療を受けている患者様は訪問診療だけでなく、介護保険サービスによる訪問看護、ヘルパー、訪問リハビリテーション、デイサービスや、薬局によるお薬のお届けや指導など様々なサービスを受けています。その為、包括やケアマネジャーを中心に支援機関と連携しながら、在宅医療のバックアップをしています。これからも、患者様に寄り添った平川病院として取り組んでいきます。

図1 訪問診療を受けている患者様の居住地域

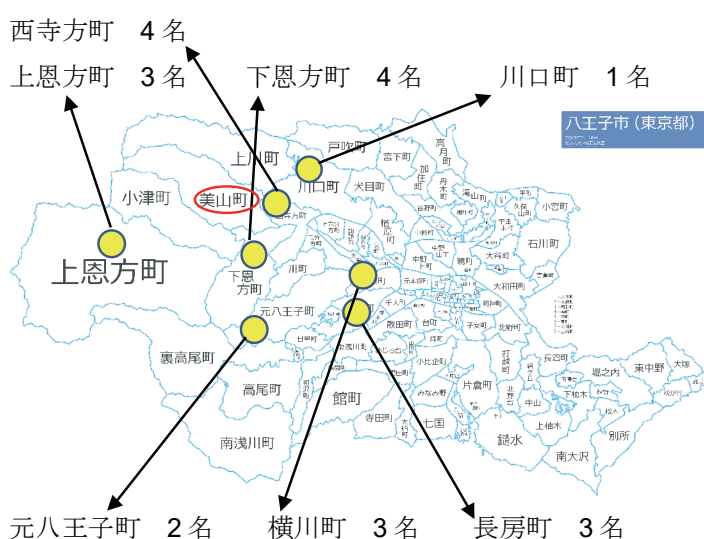


表1 訪問診療のきっかけ

訪問診療のきっかけ	合計 20 名
内科病棟から退院	10 名
内科病棟以外の退院	2 名
包括からの相談	7 名
本人からの相談	1 名

こころの扉 その208 ～マインドフルネスな食事を～

皆様、初めまして、2020年4月に心理療法科に入職いたしました、伊藤と申します。早いもので入職して1年が経ってしまいました。未だに日々の臨床では「本当にこれで良かった？」と悩み、迷ってばかりおります。

突然ですが、食べることが大好きな私の毎日の楽しみは昼休憩の時間です。しかし、その間も午前の業務を反省し、午後の業務を頭でシミュレーションし、いろいろと考え事をしてしまいます。すると「あれ、もうお弁当食べ終わりそう、味がしなかったな」と思うことがあります。皆様も休憩中も忙しく考え事をしていると、ふとご飯の味がしなかったり、あっという間に食べてしまった感覚になりませんか？

ここで、マインドフルネスという考え方を紹介したいと思います。マインドフルネスとは、「今この瞬間の体験に意識を向け、評価をせず、とらわれのない状態で、ただ観ること」と定義されています（日本マインドフルネス学会より引用）。今この瞬間に起きていることであれば何に意識を向けても良いのですが、今回は日々欠かせない“食事”について、マインドフルに観察してみます。

白ご飯を食べてみるとします。じっくり観察してみます。すると、それぞれの粒は形がいびつで大きさも異なることに気がつくかも知れません。口に運んでみると唾液が分泌され、ゆっくりと咀嚼すると甘い味がして、米の一粒ずつ、微妙に噛みごたえが異なり、少

しずつ甘い味が濃くなっていくことに気がつくかも知れません。こうして食べると、思っていたよりもご飯は甘くて噛みごたえがあることに気がつくかも知れません。

毎日の食事という行動でも、よくよく観察すると新しい発見があるものです。そして、じっくり観察して食べたご飯は、いつもより美味しく感じると言われています。皆様も、食事中も他の考え事で頭がいっぱいになってしまうこともあると思いますが、ほんの少し目の前のご飯を集中して、味わってみてください。もしかしたら、いつもより美味しいかも知れません。私もまだまだ半人前で業務にクヨクヨと考え込んでしまいますが、いったん休憩中は目の前のご飯を美味しくいただいて、また午後も頑張ろうと思います。



ホームページがリニューアルされました

精神科 内科 医療法人社団 光生会
平川病院

総合受付 **042-651-3131**
9:00~16:00

当院の取り組み

診療・外来案内 >

入院・面会案内 >

当院の取り組み >

病院紹介 >

アクセス >



決して諦めない、見放さない
「覚悟」を持って治療する
東京・八王子の精神科、内科。

看護部
広範囲にわたる、新しいスタイルの精神科診療に取り組みます。

地域生活支援
地域で安心して暮らすための診療や生活支援をおこなっています。

診療協力体制
私たちは「チーム医療」に力を入れています。

歯科
入院内を問わず、ニーズに応じた充実した歯科診療を提供します。

造形教室
病気を「物」を通して「言葉」の橋渡しを目指しています。

施設案内

東館
1F 造形教室
2F 受付/外来診察室/売店/薬剤科/事務室/医務相談室/トイレ
3F 重2病棟・精神科急性期治療病棟
4F 重4病棟・精神科急性期治療病棟
5F 重5病棟・社会復帰支援病棟

南館
1F 看護部基盤/デイクラス/トイレ
2F 重2病棟・精神科急性期治療病棟
3F 重3病棟・精神科急性期治療病棟
4F 身体リハビリテーション室(作業療法) /身体リハビリテーション室(理学療法・言語聴覚療法)

A-WING
1F 精神科作業療法室 /X線撮影・CT室/脳波検査室/検査室/内視鏡・超音波/心臓検査室/トイレ
2F A2病棟・アルコール依存症治療病棟
3F 内科病棟・内科療養病棟

別館
2F 歯科
3F 中病棟
6F アネックス病棟・認知症治療病棟

サービス棟
1F デイクラス
2F 中央検査室/中央材料室/トイレ/ランドリー



【注】上記レイアウトは、Webページとは異なります。

症状から探す

精神疾患・精神障害

精神的な不調、または体の不調を感じているのに原因が見つからない方を診察します。

発達障害

おもに大人の発達障害の方を対象としています。なるべく幼少期からの様子がわかる方とご来院ください。

アルコール依存症

飲酒によって引き起こされる様々な問題に対して、専門的な相談・治療をおこなっています。

認知症

医学的な診断だけでなく、日常生活の状況やほかの身体疾患などもふまえて、総合的に診察します。

内科

消化器・呼吸器・循環器・神経内科など、幅広い専門医が勤務しています。

リハビリテーション

精神疾患や身体疾患を合併した患者さんへの身体リハビリテーションをおこなっています。

こちらのQRコードでアクセスできます。



4月1日より、当院ホームページがリニューアルされました。見やすさを追求したデザインとなっております。

また、リニューアルに伴い新たな情報発信を随時、更新していきますので、よろしくお願い致します。

医事課 診療情報管理係 係長 大西 秀樹

編集後記

入社式、入学式といえ桜をバックに記念撮影というのが定番である。ところが温暖化の影響なのかここ数年、卒業式の頃に桜が咲き、入学式の時には散ってしまい、行事の風景が変わりつつある。みやま4月号が発行される頃は、新社会人の皆さんは、初任給をもらっている頃ですね。皆さんの初任給の使い道は？……。早く仕事に慣れ、活躍することを期待しています。

医療法人社団光生会 平川病院

東京都八王子市美山町1076
電話 042-651-3131
FAX 042-651-3133
編集 平川病院 広報委員会
ご意見ご感想はこちらへお願いします
kouhou@hhsp1966.jp

