

あいあい

こころの宅配便

No.92

社会医療法人二本松会

謹んで
初春の
お喜びを
申し上げます

特集

今年の書

二本松会 療食科です!

心の健康と心理療法・カウンセリング

Information

山形さくら町病院外来診療体制表

かみのやま病院外来診療体制表

2020 NEW YEAR

あいあい▶
バックナンバーはこちらから



社会医療法人二本松会 理事長 峯田武興「信」



この文字の意味の一つに、嘘をつかない事、誠実であることとあります。誰言わずとも、当会の絶対的な基本理念であります。私たちは、間もなく開業より100年を迎えます。多くの皆様の「信頼」があってこそ歩んでこられた道であると思っております。

山形さくら町病院 院長 江口拓也「熊野」



昨年の春頃、長年勤めたかみのやま病院から山形さくら町病院への転勤が決まった私は「生まれ変わって働く。」と決心し、熊野詣に行きました。聖地熊野はそれ以来私には特別な地になりました。

今年の書

かみのやま病院 院長 田所 稔「雪道」



豪雪の翌朝、新雪を踏みしめながら歩いていると少し先に幼稚園児くらいの子どもの姿が見えました。近づいていくと私が交差できるよう逃げ道を作ってくれました。忘れたくない雪国の優しさですね。

かなやの里施設長 島貫政昭「和」 ※和の中に輪



職場のそれぞれの専門職の輪の中で協力して、患者さんとそのご家族の不安と悩みの解消と幸福の向上に与かり、地域の繁栄を望みましょう。
「三方よし」の精神で。

こころの健康と 心理療法・心理カウンセリング

かみのやま病院 公認心理師・臨床心理士 佐藤 秀実

「こころ」の治療や支援にあたる専門家の国家資格として 2015 年に公認心理師法が制定されました。その中では「心理に関する支援を要する者に対し、その心理に関する相談に応じ、助言、指導その他の援助を行うこと」とあります。

私たちは「こころ弾む」「こころ洗われる」「こころが揺れる」など日頃から「こころ」という言葉をよく使いますが、「こころ」とは、いかなるものなのでしょう。

そこで「こころ」をゴムまりに例えてみます。空気が満タンに入っている時のゴムまりは、踏まれたり蹴られたりする外側からの力（ストレッサー：ストレスの原因）に耐え、常にいつもの丸い形に戻ろうとします。この状態を「こころ」が安定している、いわゆる「こころ」が健康である状態とします。

私たちは、気温の変化といった些細なことから自分に与えられた役割など絶えず何らかのストレッサーを受けています。様々なことに一喜一憂しながら「こころ」の安定を保ちながら周囲との調和をはかり生活しているわけです。

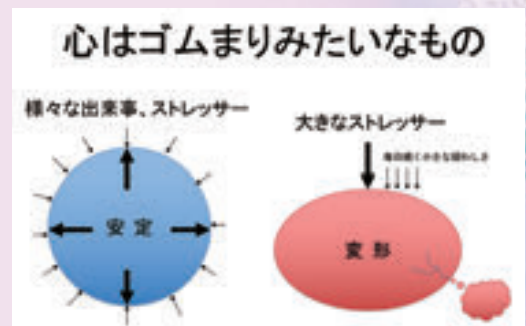
ところが、大切な人との死別や災害など大きな出来事に遭遇したり、人間関係や過労など毎日避けることの難しい体験が長く続くと、一気にあるいは少しずつゴムまりには亀裂が入り空気が抜けた状態になります。初めのうちは眠れなくなったり食欲が無くなるなど体に症状が出る場合もあります。次第にいつもの元気がなくなる、不安な気持ちが大きくなるなど安定した「こころ」の状態に戻りにくくなり、場合によっては生きにくさの渦から抜けられなくなってしまいう場合もあります。

そんな「こころ」の状態になった時、会話を通して考え方の整理をしたり、ストレス場面での対応を一緒に練習する行動トレーニングなどを通して、安定した「こころ」の状態になるようお手伝いさせていただくのが、

私たち公認心理師・臨床心理士が行っている心理療法や心理カウンセリングです。

かみのやま病院臨床心理科では、公認心理師資格と臨床心理士資格を持つ4名の心理職が常勤し、医師の診察と並行して様々な心理療法や心理カウンセリングを行っています。

次号では、新しく国家資格となった公認心理師の役割と合わせ、山形さくら町病院、かみのやま病院、両病院の臨床心理科が行っている心理療法や心理カウンセリングについてご紹介させていただきます。



かみのやま病院

療食科



昼食時に病棟や老健・通所を訪問して食事に対するご意見を伺っています。調理師も同行しますが、その時「毎日美味しい食事を有難う」と、かけられる言葉が私たちの励みになっています。

もっと美味しい食事を提供したいという調理師の思いから、昨年より昆布で「だし」を取ることにこだわり、好評を得ています。「こまくさの里」で栽培した旬の野菜を提供し、地産地消に努めています。もちろん心と体の栄養も欠かせず、栄養指導や「栄養教室」、通所では栄養講話を行っています。

療 …食事も大切

食 …〔人+良〕が
食事は人

近年「精神栄養学」の
食事は体だけでなく
ないことがわかって
院では、特に大きな意
度の高いものになる。
添った食事の提供を行



季節ごとの汁物

1月 寒だら汁・五目ごはん
5月 竹の子汁・おにぎり
9月 芋煮汁・おにぎり

調理師・調理員募集中!

仕事内容：献立表に沿った調理に関わる業務になります。未経験者はもちろん、ブランクのある方も歓迎!

問い合わせ先 山形さくら町病院 023-631-2315 担当 星
かみのやま病院 023-672-2551 担当 舟越



です!!

山形さくら町病院

な治療のひとつ!

から出来ている文字
(体)を良くするもの

の研究が進んだことで
心の栄養にも欠かせ
きました。精神科病
味を持つ食事を、満足
よう、患者さんに寄り
行っています。

ぼたもち《9月と12月に提供》

ほどよく残るもち米の粒の
食感と、納豆とあんこが「家
庭的な味」として人気



食事で季節を感じていただけるよう、ちからを入れている行事食。その中で普段たべられない料理に調理師が挑戦する「調理師おすすめメニュー」が特に好評で、美味しかったといわれるその一言で、仕事にやりがいを感じています。

心の栄養を大切に、少しでもバランスよく食べていただくため、調理師と共に個人に対応する食事をこころがけています。

栄養指導のほかに、食事の大切さを知っていただくための「栄養講座」をおこない、好評を得ております。

今後の取り組み...

2020年からHACCPに基づく衛生管理が義務化なることを受け、現在の衛生管理マニュアルをより安全な食事提供につなげるための準備を進めています。

※HACCP…世界的な基準に基づいた食品衛生管理度

Information

山形さくら町病院外来診療体制表

令和2年1月～

	午前					午後		
月	江口	横川	後藤(調)	相楽		坪野	白取	友成
火	江口	中谷	近藤			後藤(調)	坪野	沢村
水	江口	坪野	鈴木	望月	白取	市川	望月	
木	江口	相楽	横川	後藤(調)	松本	後藤(調)	簡野	佐久間
金	齋藤	望月	近藤	安孫子		中谷		
土	当番医	後藤(調)						

- ◆当院の診療は、原則予約制になっております。
- ◆予約の申し込みや変更は、平日の午前8時30分～午後5時までお願いいたします。
- ◆週によって変更になる場合があります。

診療時間	月曜日～金曜日	午前8時30分～午後5時
	土曜日	午前8時30分～午前12時
初診(要予約)	予約受付時間	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時

精神科デイケア エスポワール

通所	利用時間	食事の有無
デイ・ケア	午前 9時～午後 3時	食事 有り
ショートケア	午前 9時～午前 12時	食事 無し
	午前 12時～午後 3時	
ナイトケア	午後 4時～午後 8時 月・水・金曜日	食事 有り

重度認知症患者デイケア 悠ゆう

午前 10時～午後 4時

地域活動支援おーる
相談支援おーる

午前 9時～午後 5時 月曜日～金曜日

就労継続支援事業所
ステップアップ霞城

午前 9時～午後 4時



<http://sakuracho.net> 24時間対応可能 精神科

☎023-631-2315 (代表) 心療内科

山形市桜町 2-75

●精神科デイケア

エスポワール 625-7141

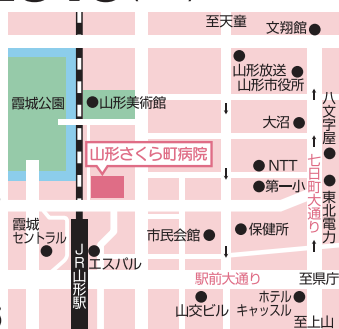
●重度認知症患者デイケア

悠ゆう 631-2334

●地域活動支援

●相談支援

おーる 647-4266



二本松会のホームページ▶

かみのやま病院外来診療体制表

	午 前					午 後		
	再 診	再 診	再 診	初 診	初 診			
月	田 所	大 堀		熊 澤	渡 部	渡 部	熊 澤	また は 当 直 医
火	山 崎	飛 澤	大 堀		佐 野	大 堀		
水	田 所	村 岡	高 畠	坂 田	山 崎	山 崎	坂 田	
木		渡 部	峯 田	熊 澤	村 岡	村 岡	熊 澤	
金	田 所	佐 野		坂 田	飛 澤	飛 澤	坂 田	
土	休 診							

■受付時間 午前8時30分～午前11時30分 午後1時30分～午後3時30分

■受付時間 午前8時30分～午前11時30分

午後1時30分～午後3時30分

かみのやま病院専門外来

もの忘れ (認知症)	●専門外来は、予約制になっております。 ●ご予約・お問い合わせの時間は、平日午前10時から午後4時までとなっております。 (ご予約やご相談窓口は、医療福祉相談室となります。)
思春期	
アルコール依存症	

精神科デイケア

むづれは	午前9時30分～午後3時30分 月曜日～金曜日 開所しております。 祝日も開所しております。
------	--

重度認知症患者デイケア

あららぎの里	午前9時30分～午後3時30分 祝日を除き、開所しております。
--------	------------------------------------



<http://kaminoyama.org> 24時間対応可能 精神科

☎023-672-2551 (代表) 心療内科 内科

上山市金谷字下河原 1370

●精神科デイケア むづれは 672-8398	
●重度認知症患者デイケア あららぎの里 672-2850	
●訪問看護ステーション あららぎ 672-2556	
●介護支援事業所(代) 672-2551	

上山・山形市内巡回バス運行中



施設入所 短期入所 通所リハビリ

<http://nihonmatsukai.or.jp> 相談窓口 8:30～17:00

☎023-677-1081 (代表)