

こころの宅配便

あいあい

2023.5
No. 103

特集

- ・精神科デイケアの紹介
- ・学生実習受け入れについて
- ・療食レシピ

Information

- ・山形さくら町病院外来診療体制
- ・かみのやま病院外来診療体制
- ・かなやの里 お問い合わせ

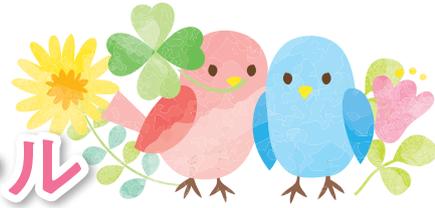


社会医療法人二本松会



あいあい▲
バックナンバーはこちらから

精神科デイケアエスポータル



精神科デイケアとは、実施されるプログラムや様々な活動を通して、社会にうまく参加できるようにリハビリを行っていく医療機関です。利用者からの「生活リズムを整えたい」「他の人とうまく話せるようになりたい」「仕事をしたいけど不安」など様々な悩みを、

最終的に目標にたどり着けるようサポートしていきます。エスポータルでは目的に対応するためにコース別で活動しています。まだ新型コロナウイルスの影響はありますが、感染対策に力をいれ、デイケアを休むことなく開所しています。



創作活動



茶道



リワークさくら

うつ病やうつ状態、適応障害などの精神的不調により休職している方を対象に、復職支援プログラムを行っています。休職の原因はさまざまありますが、近年はうつ病による休職者は増加傾向にあり、リワークさくらでは休職に至った経緯を整理しながら職場復帰を目指し、「うつ病を再発しないで、仕事を続けること」を目標に、再休職しないための予防策も考えていきます。

プログラムの内容は、心理教育でうつ病への理解を深めてセルフケア能力を高めていきます。集団認知行動療法では、自身の考えのクセに気づき、より柔軟かつ合理的な考え方や対処法を学んでいきます。栄養講座では管理栄養士からうつ病に効果的な栄養について学ぶこともできます。そのほか軽スポーツなどもあり、基礎体力を高めながら、対人交流の練習も兼ねて行います。

期間は、1クール15週を基本に、最大2クールまで利用することができます。また月に1回復職準備性の評価を行って、自分がどの程度復職への準備が整っているのかを確認しながら、残っている課題は何かをスタッフと一緒に考えていきます。

復職準備性が整ってきたクールの後半には職場面談を行います。ご本人、職場の担当の方と医師、リワー

クスタッフが、リワークさくらでの活動を振り返りながら、復職への具体的な予定を決めていきます。復職後は、月に1回フォローアップを行って、再休職を防ぐ支援を行っています。



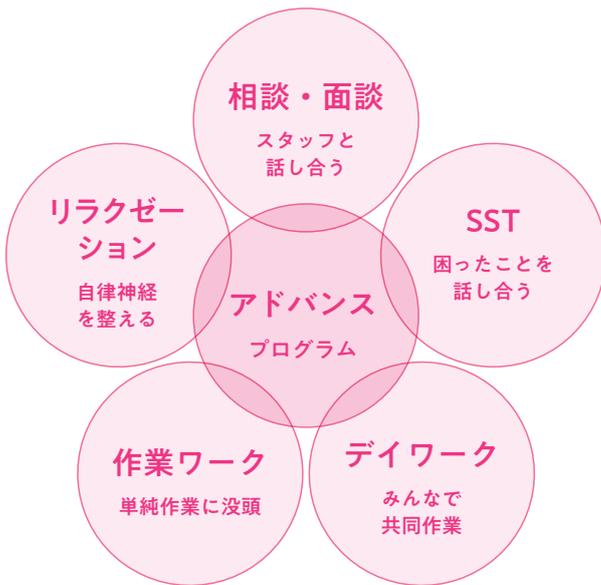
集団認知行動療法

アドバンスコース



アドバンスコースは、メンバーどうしのつながり、メンバーとスタッフのつながりを大切にしながら、一人一人のメンバーの長所を活かしてそれぞれの願いを叶えていくコースです。自分を好きになりたい、生活が少しでも楽しく感じられるようになりたい、人とうまく話せるようになりたい、疾患やストレスとうまくつき合っていきたい、仕事がしたい、そういった純粋

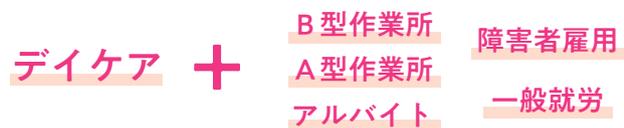
な願いです。定期的にスタッフと個別面談を行う中で「目標」を共有し、どうすれば少しでも「目標」に近づくかを一緒に考え自分の生活の中で挑戦していただきます。また、プログラムを通して、他のメンバーと触れ合い、さまざまなことに取り組んでいただきながら「目標」を目指していきます。それが、アドバンスコースです。



※詳しくはホームページをご参照下さい。

アドバンスコースの就労支援

デイケアでのトレーニング



まずは、デイケアでトレーニング！
その後、デイケアでサポートを受けながら
自分に合った流れでステップアップ！！

- 例1 B型作業所で実践訓練を積み、A型作業所を目指す。
- 例2 アルバイトをしながら、一般就労を目指す。

ジョブコース



ジョブコースは、就労に向けての準備を整えるコースです。症状の安定をはじめ、疾患や障がいの理解、働くための体力、生活リズム作り、コミュニケーション力、ストレスの対処法など、看護師・作業療法士・精神保健福祉士・臨床心理士のスタッフによる、専門性を生かした就労するために必要なプログラムを行っ

ています。具体的な職業訓練、求職に向けては、障害者職業センター・障害者就業生活支援センター・ハローワークと連携し取り組むほか、就職後もデイケアスタッフがサポートし、求職から職場定着まで一貫した支援を行っています。

ジョブコースプログラム

- 生活リズムを整える
- 疾患や障がいへの理解
- コミュニケーションスキル
- ナビゲーションブック
- 問題解決技能トレーニング など



作業活動



グループワーク



学生実習受け入れについて



作業療法士

精神科作業療法は、生活に障害のある方々を支援するリハビリテーションの一つです。作業療法士は回復段階に合わせて日々の中で行われる作業活動を用い、こころと身体の回復を促していきます。個々の目標に合わせて創作や音楽、軽運動などの活動を行っています。

一般的な作業療法の実習は7～8週間かけマンツーマン実習をします。対象者を評価し治療計画の立案・実施という手順で行いますが、その他に複数人の実習生を受け入れての集団学習を行っています。

週に一度、実習生同士が実習を通して学んだ点や疑問に感じた点等の意見を出し合い検討・発表したことに対して、作業療法士が助言や指導を行う機会を設け、それらを通して実習生同士の交流を図ること、また、作業療法士自身が指導方法を学ぶことを目的としています。

実習生からは、「学生の数だけ考え方や視点が様々で、多くの気付きを感じることが出来た」という感想が多く、実習生と作業療法士が互いに学び成長することが出来ていると思われま

公認心理師・臨床心理士

私たちは生活の中で困りごとに直面し、大きなストレスを抱えることがあります。公認心理師・臨床心理士は心理検査や心理カウンセリングを用いて、ご本人が自分自身の力でストレスを軽くしていけるようになるためのお手伝いをしています。

当臨床心理科の学生実習では患者様との交流や他職種との協働場面の陪席等の体験を重視しています。また、ミーティングでは実習で感じたこと考えたこ

とを学生が自分の言葉で伝え、指導者もじっくり聞きながら、共に振り返る時間を大切にしています。

実習で初めて精神科病院を訪れる学生も多いため、関連施設の見学や病院祭への参加を通して「地域あつての精神医療」であることを知る機会を設け、例年「かみのやま病院でしかできない体験だった」との感想をいただいています。

精神保健福祉士

いわゆる相談員と呼ばれる職業です。当院を利用なされるご本人やご家族と寄り添いながら、障害の特性や、周囲の環境などをふまえて課題を明らかにし、解決するために役立つ情報を提供したり助言を行ったりしています。実習中は相談室での実習のほ

か、精神科デイケアや認知症デイケアでも実習していただいているので、いろいろな部署で実際どのような働きをしているかを見聞きし体験しながら学ぶことができます。

看護師

年間約100名の看護学生を受け入れています。基本はコミュニケーション技術と患者様との信頼関係の構築です。そして、実習で最も大切にしていることは、病気ではなく、まずその「人」を見る事です。また、実習の一部として、自分が行ったコミュニケーションを掘り下げて、感情と実際の会話を分析します。そうすると、自分の対人関係の傾向も知る事が出来ます。

学生達は実習への不安を抱えつつ、爽やかで一生

懸命。キラキラした存在です。患者様の新しい一面を引き出してくれることもあります。実習終了時は患者様と涙でお別れといったことも少なくありません。

ある学生から「看護師さんは患者様にも学生にも優しい。人は優しさに癒されて前向きになれるのですね。」という言葉を受けた事があり、今もこの言葉を糧に頑張っています。

ゆう あん とり肉の柚庵味噌焼き

柚庵(ゆうあん)焼きは、和食の焼き物のひとつで、「ゆうあん地」(醤油・酒・みりんの調味液にゆずやカボスの輪切りを入れたもの)を用いて魚や肉の付け焼きにしたものです。

当院では味噌を用いて患者様にも提供している病院給食のメニューの1品です。

ゆずの風味と味噌の焼けた香ばしさが食欲をそそります。ぜひお試しください。



材 料 (2人分)

鶏もも肉	60~80g位のもの2枚
味噌	大さじ1杯(16g)
料理酒	小さじ1杯(6g)
みりん風調味料	小さじ2/3杯(4g)
ゆずの果汁	小さじ1杯(5g)
ゆずの皮(きざんだ物)	少々

作り方

- ①味噌・料理酒・みりん風調味料・果汁をよく混ぜ合わせる。
- ②フライパンを熱し、油(分量外)をしき、とり肉を両面焼く。
- ③とり肉が焼けたら、①の調味料を加えてからめて焼く。最後にきざんだゆずの皮をのせる。



Information

山形さくら町病院外来診療体制表

令和5年4月～

月	午前				午後			
	江口	横川	渋谷	鈴木	坪野	白取	友成	橋口
火	江口	中谷	及川	鈴木	坪野	沢村	天井	久保川
水	江口	坪野	望月	白取	市川	渋谷	久保川	
木	江口	横川	後藤(希)	櫻井	後藤(希)	佐久間	金澤	
金	高橋	望月	安孫子	後藤(希)	中谷	天井	及川	金澤
土	当番医							

- ◆当院の診察は、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12時～17時までお願いいたします。
- ◆週によっては変更になる場合があります。

診療受付時間	月曜日～金曜日	8時～11時、13時30分～16時
	土曜日	8時～11時
初診(要予約)受付時間	月曜日～金曜日	12時～17時

精神科デイケア

エスポワール	9時～15時 月曜日～土曜日 開所しております。
--------	-----------------------------

※ナイトケア、リワークについてはお問い合わせください

認知症デイケア

悠ゆう	10時～16時 祝日を除き開所しております。
-----	---------------------------

地域活動支援センター・相談支援事業所

おーる	9時～17時 月曜日～土曜日 日曜祝日を除き開所しております。
-----	------------------------------------

就労継続支援B型事業所

ステップアップ霞城	9時～16時 月曜日～金曜日 土日祝日を除き開所しております。
-----------	------------------------------------



山形さくら町病院

<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

●地域活動支援センター

●相談支援事業所

おーる 647-4266



二本松会のホームページ▶

コロナ対策及び外来の診断体制について掲載しています。

かみのやま病院外来診療体制表

令和5年4月～

月	午前				午後	
	再診	再診	再診	初診	初診	予約診察
火	大堀			渡部	熊澤	村岡
水	山崎	飛澤	大堀	佐野		村岡
木	村岡	高畠		坂田	山崎	山崎
金	村岡	渡部	峯田	熊澤		熊澤
土	佐野			坂田	飛澤	坂田
日	休診					

受付時間 ■ 8時30分～11時30分 ■ 13時30分～16時30分
※午後は、医師より指示のある方のみの予約診療となります。

かみのやま病院専門外来

物忘れ外来 (認知症)	●専門外来は、予約制となっております。 ●ご予約・お問い合わせの時間は、平日8時30分から17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。)
児童・思春期外来	
小児発達外来	
アルコール依存症	

精神科デイケア

むづれは	9時30分～15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。
------	---

認知症デイケア

あららぎの里	9時30分～15時30分 祝日を除き開所しております。
--------	--------------------------------

上山・山形市内巡回バス運行中



かみのやま病院

<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



介護老人保健施設



かなやの里

施設入所

短期入所

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

☎023-677-1081 (代表)