



# 「ささえ～る」



※『ささえ～る』とは、「佐々木」・「ささえる」・「エールを送る」の意味を含めた造語です。

作業療法作品展



平成二十九年



院長

菊野恒明

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。

さて、新年初めての記事であるが、私事の話少し載せたい。私の趣味はドライブと短歌と囲碁ということになっている。佐々木病院のホームページにもそう書いている。確かに数年前まではそうだった。しかし月日とともに状況は変わる。車を運転しなくなった。もっぱらタクシーで移動している。ドライブは好きだった、というべき状態になっている。そういう訳でとりあえずお知らせしておく。そのタクシーに乗って、行きつけの歯科医院に来ている。歯は私の目下一番の悩みであ

る。私の歯は中学生の頃から悪い。高校生の時には医科歯科大学で複雑な歯の手術を受けたこともある。もともと歯が悪いのに加え手入れが悪い。主治医の歯医者さんからは、もったきちんと磨くようにと繰り返し言われている。その点佐々木のスタッフは皆良く歯を磨く。私も若い頃からそのように過ごしていれば良かった。そう思いながら歯科医院の待合室で順番を待つのであった。





## クリスマス会報告

先日、毎年恒例のクリスマス会を執り行いました。今回は少しだけ趣向を変え、午前の部は全病棟合同、午後の部は各病棟それぞれで催し物をするという、メンバーの計画に乗っかることにしてみました。自身、正直なところ発案当初は、例年よりも物足りない感じにならないか、と不安が大きかったのですが、いざ蓋を開けてみると各病棟スタッフの頑張りが良かったためか、良かった、楽しかった、という声の方々から多く聞かれました。

午前の部についても、予めテーマに沿ってビデオを撮りためておいたモノを一本のムービーに編集し、ニュースに見立てて今年1年を振り返ってみたのでした。こちらの方も皆さんにとっても笑ってもらえた様で、ずっと心配していた気持ちがスッと消えて行ったので

した。それにしても、今年も喜怒哀楽色んなニュースがあり、皆さんと手作りのビデオを見ながら、ちょっと感慨深い思いになりました。

次、ひな祭りが控えています。皆さんの期待に応えるべく、療養生活の中でのオアシスになるべく、実行メンバーだけでなく、病院スタッフ全員で良いモノを作り上げていこうと思っています。

活動療法委員会 福井



## 部署紹介（外来看護）

4月から外来の看護師を務めさせて頂き、早くも半年以上経ちました。当初は不思議そうな表情をしていた患者さんたちでしたが、数ヶ月が経った頃から目と目が合うとニコツとして頂けるようになったのがとても嬉しかったです。

毎日たくさんの患者さんが来られる中、色々な病气、症状、悩みや不安を抱えている人たちがこんなにも大勢いるのだなと思いました。

今や過労や仕事のストレスによる「心の病」での労災申請が過去4年連続で1千人を超える高ストレス時代と言われています。複雑な社会環境や人間関係を

背景に生活をしている多くの人々が、心に傷を抱えて生きています。笑っていても心は涙を流していたり、怒りをぶつけながら心は助けを求めていたり、1人で抱え込んでいたり、目に見えないからこそ複雑化、深刻化しやすい心の問題。多くの人々の心の笑顔を見られるよう外来看護を務めさせていただきたいと思っています。

まだまだ至らない点もたくさんありますが、常に患者さんやその家族又は付添いの方々の目線に立ち、寄り添えるよう尽力していかなければならないと思っています。

外来看護 栄

## 職員コラム

### ～新幹線での2時間～

先日、看護管理実践セミナーに参加してきました。「生き生きリーダーになるために」がテーマでした。「仕事が大変だと眉間にしわを寄せて悩むより、笑顔で、やるならその場、その空気を楽しむ、環境を変化させることを楽しみましょう。」と講師の方が言われました。「楽しむって・・・辛いわ！」心の中の叫びです。

帰りの新幹線で、現職についてからのことに思いを馳せてきました。「こんな事？するために看護師になったんじゃないのに・・・もっと現場で仕事がしたい！」辛いときには、よくこんな言い訳しているな。

「別に私でなくても・・・」とかって逃げてないかと

か、振り返ればダメダメ上司です。現状を楽しむ余裕のない毎日です。でも、スタッフに支えられ、知恵と笑顔をもらい何とか3年目。これからも、自問自答は続くでしょうが、「今ここ」を丁寧に、一瞬一瞬を大切に、スタッフみんなと生き生きと仕事ができるよう頑張っていきたいと考えているうちに富山に着きました。2時間って短い様で、自分と向き合うのには案外丁度いい時間なのかもしれません。

看護部長 町野



## 行動制限最小化委員会

隔離や身体的拘束といった行動制限は、精神保健福祉法の第 36 条において述べられているように「その医療又は保護に欠くことのできない限度において、その行動について必要な制限を行うことができる」とされています。

当院の行動制限最小化委員会は、院長、看護部長、各病棟からの看護師、福祉支援部の精神保健福祉士から構成されています。月 1 回の委員会では、行動制限の現状把握や問題点について話し合い、年 2 回の全体勉強会では、全職員に法の周知徹底や拘束することで起こるリスクを知り、安全で正しい方法を学んでいます。

今後も、隔離・身体的拘束の最小化・適正化に向けて患者ファーストで取り組んでいきたいと思えます。

行動制限最小化委員会 宮崎

## 病院実習を終えて

今回の 14 日間の実習では、病棟、アンダグテ、支援室での精神保健福祉士の業務研修等、多くのことを経験させていただきました。患者さんと接する機会も多くいただき、当初の課題であった患者さん理解、また、患者さんのもつニーズを理解するという点で学習を深めることができました。「こんな暮らしがしたい。」「今の生活が充実している、幸せだ。」「職員の人に感謝している。」等、患者さんの気持ちや希望を実際に聞くことができました。そして、傾聴する姿勢、患者さんに寄り添い誠実に向き合う姿勢の大切さを感じました。

今回の実習では、各部署からいろいろなお話をお聞きすることができましたし、精神保健福祉士の実際の業務にも同席させていただき、より一層、精神保健福祉士として働きたいという思いが強くなりました。今回の実習での学びを今後の学習に生かしていきます。ご指導ありがとうございました。

北陸ビジネス福祉専門学校

菱田



## 新入職員インタビュー

中村（看護師）

① 佐々木病院の印象は？  
職員・患者さんともに明るい印象です。

② 趣味は？  
一人でこっそりお茶すること



③ 今後の抱負を一言で！  
患者さんの夢や希望の実現を支え、その人らしい生活ができるよう訪問看護師として関わっていきたくです。

## 佐々木病院患者さんの好きなメニューベスト3

当院では、質の向上のため入院患者さんを対象にした食事についての嗜好調査を年 1 回実施しております。その調査結果に基づき、今回、患者さんの好きなメニューをご紹介します。

### 第1位 寿司



### 第2位 焼きそば



### 第3位 カレーライス



## 管理栄養士のちょこっとメモ

### 「炭水化物は悪か？」

時々、「炭水化物を全く食べない」という減量法を耳にします。この糖質制限ダイエットと呼ばれる食事は、短期間で減量の効果が出やすいです。しかし、人が生きていくうえで炭水化物（糖質）は、エネルギー源として重要な栄養素であり、大事なのは PFC 比（糖質・脂質・蛋白質の摂取割合）のコントロールです。例をあげると、ごはん＋やきそば、チャーハン＋ラーメンなど、炭水化物に偏った組み合わせは避けたいものです。



# 佐々木病院周辺マップ



精神科デイケア・精神科デイナイトケア  
・精神科ショートケア  
**アンダンテ**  
電話 (076) 423-2114(直通)



富山駅からお越しになる方は

■富山駅バスターミナル⑤番バスのりば

- 43 福沢・富山国際大学
- 44 月岡団地経由福沢
- 45 月岡西南町
- 47 下堀経由国立高専

⇒★大町南部口下車  
(約20分~25分)

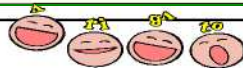


指定障がい福祉サービス事業所  
**フィールド・ラベンダー**

住所 〒939-8073  
富山県富山市大町3-4  
電話 (076) 495-1555  
FAX (076) 495-1666  
ホームページ <http://www.field-lavender.net/>



## 編集後記



新年明けましておめでとうございます。雪もチラチラと降り始め、急に寒くなってきました。忘年会、大掃除、クリスマス、年越など、師走は主婦にとってなにかと忙しい月です。

新しい年を迎え、温かい鍋でも食べて頑張って今年1年を乗り切りたいと思っております。

広報委員会 須田



## 医療法人社団 重仁 佐々木病院

住所 〒939-8073 富山県富山市大町1番地  
電話 (076) 425-2111  
FAX (076) 425-2112  
ホームページ  
<http://www.sasakihp.or.jp/>

