

# おあしす



特定医療法人 南山会

親切 安心 信頼

峡西病院・峡西老人保健センター・きづな  
・アルプス訪問看護ステーション

2024

7

第38巻7号  
(通巻443号)



—— 峡西病院の理念 ——

「その人らしさをともに創造する」

人生の新しい目的や意味を一緒に考え、  
より良い人生を伴走していく

## 関西病院

# 職場復帰支援

## (リワーク)のご紹介

### はじめに

リワーク(re-work)とは休職している労働者を対象とした、職場復帰に向けたリハビリテーションを指します。関西病院のリワークの枠組としては、リハビリテーションセンターにある目的別のグループの一つに復職準備型(リワーク)を運営しています。県内のリワーク施設はクリニックが主ですが、当院は単科の精神科病院でリワークを展開しており、また入院病棟を持っていることが特徴として挙げられます。そのため入院中の方へも回復段階に応じてリワークの紹介や見学を行なえるといった強みがあります。リハビリプログラムも多様な視点で支援が行えるように様々な職種スタッフが運営を担っています。

### コンセプト

当院におけるリワーク支援は三つのコンセプトを定めています。一つ目は『利用しやすい環境・仕組み』です。「精神科病院」はまだまだ敷居が高くスムーズに病院に繋がらない現状があります。職場の産業保健スタッフと連携をしながら出来る限り足を運びやすい環境作りを目指しています。

二つ目は『ほっとする安心感』と『仕事に向けた緊張感』の提供です。リワークでは再休職予防を行うっていく上で自分自身を振り返る作業が多く含まれます。こういった負荷の高い作業に取り掛かるために、まずは出来る限り御本人が安心してリハビリを利用できる状況を作ることが大切と考えています。

三つ目は『今までの「生き方」をふりかえる機会の提供』です。当院では休職の経過だけでなく「生活

「暮らし」「人生そのもの」を振り返ることが出来るリワークを目指しています。

### 当院リワークのリハビリ内容

リワークでは復職するための基礎的な準備はもちろんのこと、復職後に再休職せずに健康で長く働き続けることが真の目的となります。そのため色々な角度からリハビリに取り組めるように運動、認知機能リハビリ(頭の回転を整えたり、物

事の捉え方などを取り扱うもの)、WRAP※(コンディショニングに応じて体調を整えていくための自分なりの方法を整理)、心理教育(心理的な配慮をしながら復職に向けた必要な情報を得る)、コミュニケーション系の活動など復職に必要な幅広い用意をしています。スタッフも

場を進行するだけでなく、一人の労働者として日々の仕事を行う中で感じていることなどを活動の中で意見するように意識しています。こういった同じ目線に立った相互交流の中で関係性が深まっていくような気もしています。

またプログラムと並行して個別の

リハビリメニューにも取り組んでいきます。生活リズムやコンディショニングのモニターから始まり、復職準備性のチェックをしたりストレス要因やストレス反応を整理する課題などに移行していきます。そして徐々に負荷の大きい休職の経過の振り返りや休職原因を探るワークへと深めていきます。

以上のような様々な取り組みを通して復職に向けてリハビリを行なっています。興味のある方はお近くの病院スタッフまでお声かけ下さい。

※WRAP(Wellness Recovery Action Plan:元気回復行動プラン)



# 令和5年度 目標管理発表会

## 最優秀賞

- 利用者1名をピアスタッフとして雇用し、就労の定着を図る  
坂本さやか (アルプスファーム)

## 敢闘賞

- 病棟内で発生したヒヤリハット・インシデント報告についてレポートを作成し職員間で周知できるよう掲示。病棟内の分担しながら継続し、再発を予防してアクシデント発生0件にする  
望月 裕太 (A病棟)

- 訪問看護に関わる管理や請求に関して勉強会を開き、職員の知識を高める  
保坂 聡子 (アルプス訪問看護)

- アルプス訪問看護ステーションにおけるBCPマニュアルの作成を行い災害時訪問看護が継続できるように対策を明確にする  
塩澤千晶、米長美奈、金丸 綾 (アルプス訪問看護)

## 技能賞

- 食事を安定して提供するため、週休二日制度による改変と合わせて改良を実施  
中島千里、佐野里美 (栄養)

- 患者のリハビリ：治療プログラム委員として他部署・委員会と協働し、リハビリ手帳モデルを作成。患者が主体的にリハビリに参加し入院中～退院後もリハビリの連続性を意識できる手帳とする  
丹澤 裕奈 (医療相談)

- 利用者に認知症に興味をもってもらい、予防に努める。利用者が認知症のサポーターとなり、地域で活動してもらう  
岩田 由美 (リハセン)

## 殊勲賞

- 地域医療に貢献する一助として緊急対応枠を活用するケースに対応していく  
工藤加代子、川口 敦 (地域連携)

- 新型コロナウイルス感染症対策マニュアル、フェーズ作成CDトキシンマニュアル作成  
井上亜沙美 (Rs病棟)、森澤千恵 (リハセン)

- 病床転換プロジェクトチーム構成員として安全に移棟が行えるように定期的なスタッフへの情報提供、意見交換の実施  
中込 琴子 (B病棟)、内藤 文子 (C病棟)

# 令和5年度 目標管理発表会

去る6月12日「目標管理発表会」が行われました。

今年は法人各部署から22演題28名が推薦され、その中から厳正なる審査を経て10演題16名が選ばれ、成果を発表しました。

発表の持ち時間は1演題につき8分。限られた時間の中で令和5年度中の取り組みのテーマ、過程、成果、考察、今後の方向性についてプレゼンテーションを行いました。

自分の野望を述べるもの、プレゼンで会場内を巻き込み魅了するもの、過去の経験から必要な取り組みを継続していくもの、数人で一つの目標に挑み横の繋がりを絆を深めたもの等、発表者の表現は多種多様でしたが「1年間真剣に取り組んできた成果」を発表している姿は活き活きとしていました。

昨年度に引き続き「年間MVP賞」の表彰も行われました。南山会では、定例で毎月法人内の運営会議を開催し、

最後に川崎理事長から講評と共に、新年度からOKRという新しい評価手法に変更されたことに伴い『目標管理発表会』の名称も次回からは『幸せ発表会』に改名され継続していくこと、コンセプトは「幸せ」であり、世界の誰かを「幸せだ」と思わせる事ができた活動を称えることが説明されました。

その人らしく輝けるように、相手が嬉しいと思う事を自分も嬉しいと思えるように。そんな積み重ねが、幸せ(成長)に繋がっていくのだと思います。

最後に川崎理事長から講評と共に、新年度からOKRという新しい評価手法に変更されたことに伴い『目標管理発表会』の名称も次回からは『幸せ発表会』に改名され継続していくこと、コンセプトは「幸せ」であり、世界の誰かを「幸せだ」と思わせる事ができた活動を称えることが説明されました。

その人らしく輝けるように、相手が嬉しいと思う事を自分も嬉しいと思えるように。そんな積み重ねが、幸せ(成長)に繋がっていくのだと思います。



## 作品づくり

趣味活動の一環として、フレンズアート展に向け紫陽花の花籠を作りました。細かな作業に苦戦しながらも可愛い作品に仕上がりました。



## OT・PT だより

### 鉄板祭り

5月27日(木)レクリエーション委員会の企画の元、楽山館の芝生広場で鉄板を用いて焼きそば会を行いました。開催した週は雨や曇りの日が多かったのですが、イベント当日はなんと晴れで特に午前中は日差しが強く、用意したテントの下で暑さを凌ぎながら焼きそばを食べました。  
午後からは少し風が吹き始め、寒くないか患者さんに聞くと「気持ちいいからもう少し、外にいたい。」と答える方もいたり、焼きそばのおいしさと屋外の心地よさの両方を楽しむことができた会となりました。

## リハビリテーションセンターだより

### 第3回 フレンズアート展 開催のご案内

2021年より始まったフレンズアート展が、2024年も開催することが決定いたしました。今回のテーマは『縁～あなたとつなげる∞(無限)の未来～』となっております。

8月2日(金)・3日(土)に韮崎市民交流センターニコリの地下1Fアートギャラリーにて開催することになりました。当院の患者様、利用者様、職員の作品が展覧されます。入場料は無料となっております。また今回は峡西病院有朋館の1F売店・天竺の外側通路でも作品を展示致します。9月2日(月)～13日(金)で予定しております。

手芸・絵画・文芸など多種多様な作品を見ることで、楽しい気分になったり新しい発見があるかもしれません。素敵なお縁とつながることを願いつつ、展示を致しますので、是非お立ち寄りください。

## プログラム紹介

### 生活充実型プログラム ドリームクッキング

【活動曜日】 第1・2水曜日午後、第4水曜日午後

【活動場所】 ホームルーム1またはキッチンスタジオ

#### 【活動内容】

調理の活動を通して「誰かの、もしくは自分の夢をかなえる」ことを目的としたプログラムです。

現在は「低コスト料理を楽しく、楽に作ろう」という目標を掲げ、旬の食材や低価格な食材、レンジを使用した調理方法などを学び、食材の高騰などに少しでも抗い、誰でも「安い・美味しい・簡単」を合言葉に取り組んでいます。

様々な夢をかなえ、達成感や自分にも何かが出来ると感じられる機会となることを目指しています。



興味のある方、見学や利用をお考えの方は、スタッフまで気軽にご相談ください。 ☎055-282-2151

\*ホームページをぜひ、ご覧ください。

峡西病院 リハビリのご案内 検索

# ろうけんTimes

## TOPICS★

今月の

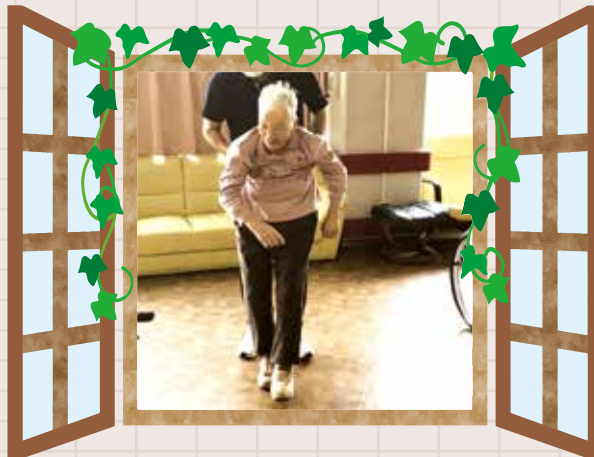
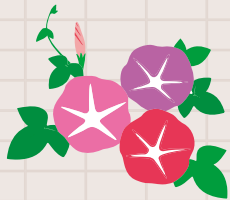
午後のレクリエーションの時間、回想会でカルタ大会を開きました。初めから白熱した戦いが繰り広げられ、終わりの頃には疲れた様子も見られましたが、とても素晴らしい笑顔と笑い声がフロアに響き渡っていました。



3F  
通所  
リハビリ



2F  
認知症  
専門棟

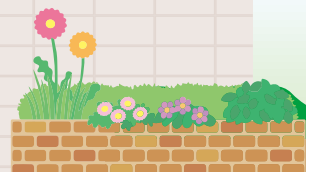


下肢の筋力低下の防止や姿勢を正すために定期的に理学療法士による訓練が行われています。しっかりと歩きたい気持ち強い利用者様も多く、意欲的に訓練に参加されるご利用者様もいらっしゃいます。

生活リハビリの一環として、正座の状態から立ち上がる動作を訓練する様子です。下肢筋力低下防止や体幹維持のために定期的にこのような訓練を実施しています。



1F  
一般棟



\* 峡西老健のホームページもご覧ください。

峡西老健 検索



峡西老健の理念

優 優しさ

友 友愛

結 人と人

～あなたに優しく、あなたを思い、あなたと結ぶ～

# 本の紹介コーナー

今回は、Tさんにおすすめの本を  
聞きました！

## 本の題名：余命一年と宣言された僕が、 余命半年の君と出会った話

(作者：森田碧／出版社：ポプラ社／出版年月日：2021年)

### ●読んだきっかけは？

見出しに「嗚咽するほど泣きました」と記載されており、そこで強い興味を引きました。他に説明文がなく、そんなに言うなら読んでみようとおもったのがきっかけです。

### ●おすすめのポイントは？

高一の冬、早坂秋人は心臓病を患い、余命宣言を受ける。絶望の中、秋人は通院先に入院している春奈と出会う。彼女もまた、重い病気で残り僅かの命だった。秋人は自分の病気を隠して春奈と話すようになり、死ぬのが怖くないと言う姿に興味を持つ。自分はまだ恋をしていいのだろうか？と自問しながら過ぎる日々に変化が訪れ……。儂い美しさと優しさに涙が止まらない、究極の純愛ストーリー。

この本の見出しの通り、嗚咽するほど泣きました。本当に嗚咽するほど泣くのか気になる方はぜひ読んでみてください。

## 患者の権利と責任

あなたには、「その人らしさをともに創造する」の理念の下、治療の主体者として、以下の権利と責任があります。

1. 必要かつ十分な医療サービスを、あなたにふさわしいやり方でいつでも受ける権利
2. 治療の主体者として、医療者と協力して病気を治すことに参加する責任
3. 病名・病状・予後・診療計画・薬の名前や作用・副作用、必要な費用などについて、納得できるまで説明を受ける権利
4. 個人の秘密が守られる権利および私的なことに干渉されない権利
5. 自分の患者としての行動に適用される病院の規定・規則を知る権利とそれを守る責任
6. 自分が受けた医療等に関する費用の請求を点検し、説明を受ける権利と、決められた期限までに請求された医療費等を支払う責任
7. すべての患者さんが適切な医療を受けられるようにするため、他の患者さんの治療や病院職員による医療提供に支障を与えないよう配慮する責任
8. 治療上必要な必要最小限の行動の制限を受けることがありますが、「精神保健及び精神障害者福祉に関する法律」に定められた、面会・通信の自由、退院請求を行う権利及び治療・対応に対する不服申立てをする権利と、これらの請求や申立てをしたことによって不利に扱われない権利

『原稿依頼』である。改めて自身の趣味を語れと言われると非常に困る。決して無趣味ではないのだが、皆さんはどうだろう？ しかも職場の会報誌とか。何か恥ずかしい。ここは無難に「映画鑑賞」とか言って、個人的名作映画を並べ立てて何とかお茶を濁したい。

最近では映画館に行かずとも、Netflixやアマゾン、YouTubeなど自宅ですぐに観れますね。便利な世の中です。あまり映画を観ない人もいるかと思いますが、皆さんの思い出に残る映画は何でしょう？ 人生や死生観に影響を与えた映画もきつとあるでしょうね。ここは僕個人の独断と偏見に満ちた選定による名作たちを記してお茶、濁します。間近の映画では「ゴジラー1.0」は外せませんね。観た人も多いでしょうが、「コレ日本人全員視聴義務化してもいいくらい」の作品。

# 万華鏡

自分の生活には普段は当たり前のように存在していますが、失って初めてその大切さに気付くものが多いです。人間関係や時間といった目に見えないものも含まれ、これらの存在は自分が日々の忙しさに追われている時には気づかない事が多いのですが、ふとした瞬間にその価値に気付かれます。健康の大切さも失って初めて気づくもの一つです。

# 私の趣味

映画館で全編泣きっぱなしでした。もはや、怪獣映画ではないです。ある意味「日本人とは？」が語られ、今の日本に足りない物が詰ま込まれてます。ぜひアマプラで視聴を。

なんかもう、全然映画の紹介になつてませんし、字数も無いのでタイトル列挙で。災害パニック物なら「2012」「カリフォルニアダウン」がおすすすめ。邦画サスペンスなら、古いけど「犬神家の一族」を始めとする石坂浩二主演の金田一シリーズ角川映画6本。人の、悲しいほど愚かな愛が招く悲劇とその切ないラストは十分なカタルシスを味わえます。最後に宇宙物なら「インターステラー」と「メッセージ」。この2本はホント超絶おすすすめ。観る貴方の人生観をきつと変えてくれます。

了

自分にとって大切な人々、例えば家族の存在です。普段はそばにいるのが当然と感じられるものですが病気になるったりするとその支えがどれほど大きかったかを痛感します。そして家族で過ごす時間がどれほど貴重でかけがえのないものかを改めて思い知ります。若いころは多少の無理をしても身体がすぐに回復するため、健康について深く考えることは少なかったですが病気が怪我をすると健康であることがどれほど幸せなことかを実感します。日常生活が制限されることで、普通に歩けること、食事がおいしく感じられること、ぐっすり眠れることなどそれまで当たり前であった健康のありがたみを強く感じるようになります。

時間もまた失って初めてその価値に気づくものです。日々の生活の中で時間が無限にあるように感じつついつい無駄に過ぎしてしまふ事がありますが、締め切りが迫っている時や大切な人との別れが近づいているとき時間の貴重さを痛感します。自分を支えている人間関係や健康、時間などが生活していく上でいかに大切であるかを改めて実感したことも今後はできるうちに関心のあることまでやめたことがない事などは何でもやってみたいと思つようになりました。何気ない普段の生活からでも感謝の気持ち忘れず大切な人々と、健康であるうちにいろいろな事を楽しんでいきたいと思います。

## こちら編集室

とても私事ではありますが、家では鳩に悩まされています。毎年、鳩対策を行っていますが、鳩も毎年巧妙になつてきます。

一昨年は玄関の扉の上に停まり、家を出るときはいつも扉をゆっくり開けて上にいないか確認していました。また家を出ると、目の前には糞もたくさん落とされていて、朝から気分は憂鬱でした。去年は給湯機の上に停まつており、卵も産んでいました。帰宅する時には、のんびりと給湯機の上に停まつていて、私の帰りに気づくと、急に羽ばたいて飛び立ちます。そのたびに驚かされ、ビクビクしながら帰宅していました。毎年毎年やってくるわと思いつつ、しつかり鳩対策をしてきたため、今年は大丈夫と安心していました。しかし鳩は私の考えを簡単に超えてきます。今年も室外機の下に隙間に巣を作り、卵を産んで抱卵しています。孵化する前にどうにかしたいと思つていますが、怖くて手が出せません。音や刺激で、威嚇していますが、逃げ出しません。少しばかり親つてすごいなと関心はしてしまいました。

来年は完璧に対策をしようと思つています。隙間という隙間は全て埋め尽くそうと考えています。来年こそは鳩に悩まされない生活を送れそうです。

Tより

**今月の予定 7月**

8日  
労働衛生委員会

10日  
感染予防研究会

17日  
教育委員会  
広報委員会

**今月の一枚**



チロル、  
7才です。

**おあしす広場**

今月もおあしすに素敵な作品が寄せられました。

姉さんや泣きべその顔プールにて  
今福 和人

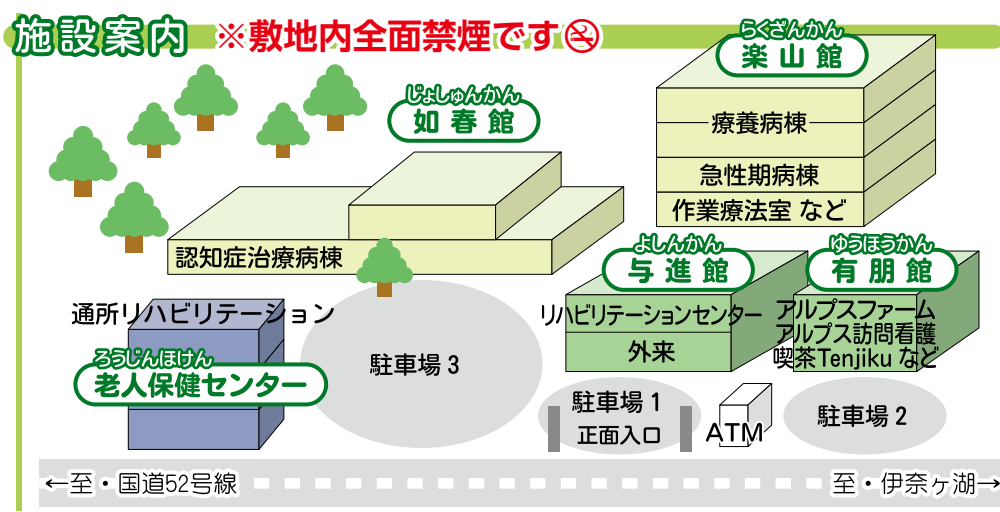
雨上がり葉陰に鳴くやあぶらぜみ  
カナメ

ひまわりや夏の日差しに黄々として  
保坂五十鈴

海開き紫外線とサングラス  
渡辺 あき

晴れる日を信じて歩み出そう！  
渡辺 奈美子

※掲載は五十音順です。



- 交通案内**
- JR中央線  
甲府駅より車で40分
  - JR身延線  
東花輪駅より車で15分
  - 中央高速  
甲府昭和ICより車で30分
  - 中部横断道  
南アルプスICより車で5分
  - 山交バス  
甲府-南アルプス市甲西支所行き (十五所経由) 鵜沢営業所行き (西野経由) 鵜沢営業所行き 小笠原下仲町バス停徒歩5分