

広報

こだま

2016

Vol.24

【栗田病院 広報誌】

栗田病院の新たな取り組み

「脳活性化デイケア」「就労移行支援事業所」

広報散歩

リワークデイケア

フォーカス くりた人

サクラ病棟 看護師 佐藤 司

新入職員紹介



有朋会・理念 ～私達の求める姿～

私たちの使命は、患者様、利用者様、ご家族様、地域連携機関、地域住民、有朋会職員と
いったあらゆる方々の「こころ」に、温かな（ホットな）灯りをともすこと、笑顔を増やし続ける
ことです。その使命を果たすことで、以下3つの姿を実現します。

1. 医療・介護・福祉を統合した高品質のサービスを設計・開発し提供し続けている。
2. スタッフみなが有朋会の一員であることに胸を張っており、患者様、利用者様、ご家族様に
質の高いサービスを提供している。
3. 働きたい・学びたいと希望する方が絶えることなく集まってくる。



医療法人社団 有朋会
栗田病院

〒311-0117 茨城県那珂市豊喰505
TEL: 029-298-0175 Mail: yuhokai@yuhokai-kuritah.com
<http://www.yuhokai-kuritah.com/>

栗田病院の新たな取り組み

新規プログラム『脳活性化デイケア』

この度、当院にて「脳活性化デイケア」を開始いたしました。このデイケアは、軽度認知機能障害（下MCI）の方を対象として、脳を活性化させ、認知機能アップを目指すプログラムです。MCIとは、もの忘れがあっても、日常生活には支障がない、正常と認知症の中間の状態を言います。その中には、認知機能の低下と共に不安、抑うつ、意欲低下などの精神的な症状も併存している方もみられます。

現在、65歳以上の高齢者のうち、認知症の方が約462万人、さらにMCIの方が約400万人いると言われています。つまり、高齢者のうち、4人に1人が認知症またはその予備軍とも言えます。そのような中で、できれば認知症にはなりたくないか、何とか脳の健康を保ちたいかと思われ方は多いかと思えます。

このデイケアでは、MCIの方と一緒に認知症予防を目的とした様々なプログラムを行い、認知機能の維持・向上を図っていきます。

脳活性化デイケアの概要

- ◆開所日：毎週水曜日 9時30分～12時30分
- ◆場所：栗田病院
- ◆料金：医療保険適応

主なプログラム

- ①運動
有酸素運動や効果的な筋力トレーニング、エクササイズと認知トレーニングを組み合わせて、楽しみながら行える運動等を実施します。
- ②シナプソロジー
『2つの事を同時に行う』『左右で違う動きをする』等といった普段慣れない動きで脳に適度な刺激を与え、活性化を図るプログラムです。

- ③栄養指導
ご自宅でも簡単に実践できる、認知症予防に効果が期待できる食生活の指導や調理活動を行います。
- ④音楽療法
歌・合奏等の活動を通じて、脳を活性化させるリハビリテーションの1つです。

脳活性化デイケア利用までの流れ

脳活性化デイケアへ通所をご希望の方は、まず当院への受診が必要となります。当院までお問い合わせください。

脳活性化デイケアに通所する中で、一緒に参加されている方との交流も生まれ、楽しみながらプログラムに参加することで、より効果が期待できるかもしれません。

作業療法士や管理栄養士をはじめとする専門職がMCIの方及びそのご家族様をサポートさせていただきます。

ご興味のある方は、お気軽にご相談ください。

新規事業所『就労移行支援事業所』 KURITAワークサポートセンター 「Work-Work」

今年7月より、当院としては初めての就労支援施設『KURITAワークサポートセンター』「Work-Work」を開設いたしました。当施設では、精神疾患と向き合いながらも就職したい、働きたいと希望する方に対して、ビジネススキルはもちろん、さまざまな仕事を体験しながら自分に合った仕事を考えてもらうプログラムなど、患者様の「働きたい」を実現するためのサポートを行います。

患者様の「働きたい」を叶えることはもちろん、その方の生活、人生を一緒に考え、「その方らしい」仕事や生活を実現することが重要だと考えています。就職活動を行っている患者様から、「自分に合う仕事

広報散歩

「リワークデイケア」

ストレス社会と呼ばれる現代において、職場のストレスなどで休職されている方をサポートするリワークデイケア。今回は当法人で活躍するリワークデイケア担当の二人にインタビューしました。

部署・スタッフの紹介

杉井 リワークデイケアはもともと精神科デイケアのプログラムの一つとして行っていたが、地域のニーズが高まり利用メンバー（以下メンバー）が増えてきたこともあり、平成27年8月から部署として独立して再スタートしました。スタッフは2名専従、4名が臨床心理室との兼務、合計6名で構成されています。専従スタッフのどちらかが、必ずプログラムに参加できるようにしたので、一日を通して活動が見えるようになりました。常に安定したスタッフがいる事はメンバーの安心にも繋がります。配置されている職種は臨床心理士と精神保健福祉士ですが、職種は特に意識していません。メンバーにとって私たちはみんな同じ治療者、プログラムの運営も枠にとらわれずみんなが同じ働きができるように配置しています。



リワークデイケア 池永潤 リワークデイケア 杉井智子

リワークデイケアとは？

池永 リワークデイケアの主な役割は、うつ病などで仕事を休んでいる方が職場復帰するためのお手伝いをする事です。支援というよりお手伝いという表現が正しいと感じています。主たる治療者はあくまでご本人であり、治療に積極的になつてもらう事が重要です。職場はストレスフルな場所です。複雑な要素の発生する環境でもともと昔から自身の抱えていた課題が現れてきます。例えば人間関係をストレスに感じてし

まう方がいると思いますが、職場ではこの人間関係を避ける事はほぼ不可能です。そういったストレスと向き合い自身の特徴を知り対応する力が必要です。**杉井** リワークデイケアでは、CBT*を軸に、過去を振り返りながらご自身のストレスに関する課題を知ってもらいます。当院のリワークデイケアの特徴の一つでもあります。心理教育プログラムの種類は非常に豊富です。毎週違うプログラムを展開していますがこのメリットは、知識の幅が広がりいろいろな角度から自身の持つ課題の洗い出しができる点にあります。**池永** 毎週末に行っている一週間の振り返りもとても重要なプログラムの一つです。一週間のうちに起こった事を報告し、翌週はどういった目標を持って生活していくのか、メンバー同士で共有する時間を設けています。職場復帰に向けてお互い確認し合いシェアすることが重要です。そのため毎日活動記録表を作成してもらっています。他にも様々なプログラムがメンバーの職場復帰をサポートしています。今までで120名以上の方がリワークデイケアに参加されました。

当リワークデイケアのコンセプトとやりがい

杉井 休養を取って体調が整えば復職は高い確率でできますが、休養だけでは再び課題に直面した際に、そこを乗り越えることは難しいのが現状です。当リワークデイケアでは復職する事自体がゴールではなく、その後継続して勤務する事を最終的なゴールと考えています。**池永** 職場復帰とその後の勤務継続、リワークデイケアは目的がはっきりしています。休職してしまう理由はそのそれぞれあると思いますが、リワークデイケアを通じて目的に向けてメンバーが変化していく姿を身近で見れる事がやりがいだと感じています。

杉井 本人が取り組むべき課題をきちんと理解し、その課題と向き合っていく力をつけて復職していく。その瞬間に立ち会えると携わっていてよかったですね。

利用者様との関わり

池永 本人の抱えている辛さを受け取ると同時に、本人の抱えている課題をきちんと伝えるようにしていま

がわからない」「就職しても長く続かない」といった声を伺うことがあります。そういった声の裏側には、自分の強みや弱み、得意や不得意に気づかず、実は自分に合わない仕事を選んでいるというケースもあるようです。こういった「自分では気づかない部分」を知ることは、体調の管理にもつながり、働き続けるためのヒントにもなります。『KURITAワークサポートセンター』「Work-Work」は、働くという視点だけでなく、その方の生活や人生と一緒に考え、支援を行っていきます。

就労移行支援事業所の概要

- ◆開所日：月～土
- ◆場所：水戸市青柳町
- ◆利用方法：見学、利用前の面談後、利用判定をさせていただきます。あわせて、障害福祉サービスの申請が必要となります。詳しくはお気軽にご相談ください。

プログラム内容

- ストレスマネジメント
自己理解とストレスとの付き合い方を学ぶプログラム
- アサーション
自分の特徴を知り、相手も自分も安心できるコミュニケーションスキルを学びます。
- ビジネス基礎研修
仕事をする上でのマナーを学びます。グループでのコミュニケーションスキル向上も目指します。
- 就労力向上トレーニング
就活に必須となるスキルを学びます。
- 就労訓練
数種類の作業訓練キットを用いた就労訓練。職業適性を判断することもできます。

新規プログラムについての問い合わせ

TEL 029-298-0175(代)
対応時間 9時～17時

す。時には本人にとつて耳の痛いような話も厳しいと思われような事も伝えなければなりません。しかし、課題を受け止め、それに向き合うという治療のためには必要なことだと思います。**杉井** そこで大切に行っている事は適切な信頼関係を築くことです。伝え方やタイミングも必要ですが、特に意識している事はメンバーに対して誠実である事です。「時間や約束を守る」、「担当のプログラムに責任を持つ」、「やむを得ず参加できない場合はきちんとその理由を伝える」。こうした当たり前の行動が信頼関係に繋がります。結果、治療にもつながるのです。

今後の活動

杉井 将来的には復職後のフォローアップも行っていきたいです。企業からのニーズはあるはずなので、復職後の継続勤務を目的として整備していきたいです。そしてニーズという点では、間口をもう少し広げて規模を拡大していきたいです。メンバーの病気や症状の層は広がっています。現在もかなり濃密なプログラム構成であると自負していますが、幅広い分野からのニーズに応えられるようにさらにアイデアを出しながら運営していきたいと思っています。

池永 忘れてはならないのがスタッフの研鑽です。プログラムをただこなすだけでなく、メンバー一人ひとりに合わせたより治療的な関わりができるようにしていかなくてはなりません。そのためにはスタッフ自身が自分を知る事、長所や短所の把握が必要です。これはリワークデイケアの質の向上を目指す上でも大事な事だと思っています。**杉井** スタッフ全員が共通で認識している事は、「復職する前日までお手伝いする」という事です。症状が改善して復職の準備ができたとしても実際に会社に戻る時期になると不安は出てきます。これらの不安も受け止めながら、最後の最後までメンバーと一緒に取り組んでいく事が私たちのすべき事だと感じています。



*CBT：認知行動療法

フォーカス くりた人



サクラ病棟

看護師 佐藤 司

当院で働く、現場職員の声をお届けします。

配属部署での役割や活動、担当業務

私は急性期治療病棟で看護師として勤務しています。学校卒業後新卒で栗田病院に入職し、今年で二年目になります。精神科病棟での看護師の主な役割は、患者様の日常生活のケア、入院から退院までの治療のサポートを行う事です。

担当させていただく業務は様々あり、その一つがリーダー業務です。リーダー業務は各スタッフから患者様一人ひとりの情報を聞き取り、その日の予定や変わった点はないか把握する必要があります。そういった情報をもとに医師の問診の介助を行います。サブリーダー業務も重要な業務の一つです。主にリーダー業務の補助を行いながら、患者様の服用する薬の管理も行います。内服忘れや処方変更の確認など、間違いがあつてはいけない責任ある業務です。他にも保護室リーダーといって、興奮の強い方が入室されている病室の管理を行っています。ここ最近では保護室リーダーを任せてもらう事が多くなってきました。患者様の安全を第一に考慮してこれらの業務はローテーションで行われるため、日によって業務の内容は変わりますが、どの担当であつても精神科看護を学ぶ上で大切な経験です。

こういったローテーション業務の他にも、ここの教室というプログラムに参加しています。ここの教室は統合失調症の方を対象とした心理教育プログラムで、症状や治療法、ストレスの対処法などの知識の提供を行い病気への理解を深めてもらう事を目的としています。入職してまだ日は浅いですが、たくさん業務に携

わる事ができるのでとても貴重な経験ができています。

やりがいを感じる時

保護室に入室されていた患者様が大部屋に移られた時は特にやりがいを感じています。その際「あの時に話を聞いてもらって助かった」など声を掛けていただいた事もあり、自分の関わりが患者様の治療に繋がったと実感できる瞬間です。一つひとつの関わりが患者様との信頼関係を構築する上で大切だと感じています。

意識している事、大変な事

患者様にできる限り過ごしやすい環境を提供し、規則正しい生活を送っていたり、事を意識しています。調子の悪い方は生活リズムが崩れてしまいがちですが、3食しっかりとごはんを食べ、十分な睡眠をとっていたり、車で身体からまず健康になつてもらいたいと考えます。他にもコミュニケーションを大事にしているのですが、患者様の体調次第でうまくコミュニケーションの取れない事もあります。会話がスムーズに進まなかったり、表現できずにイライラしてしまったり、そんな時でも本人の訴えをきちんと察する努力をしています。今はまだ慣れない事も多いですが、本人の気持ちを尊重しつつ治療に繋がれるように意識していきたいです。

看護師を目指したキッカケ

母が慢性的な病気を患って一時期入院していたのですが、その時に対応してくれた担当の看護師さんがとてもかっこよかったのを覚えています。日ごとに症状が大きく変化する母を見てとても不安な毎日を送っていたのですが、その看護師さんが強く「心配ないよ」と声を掛けてくれたことで救われました。今思えばそれが看護師を目指したキッカケだったかもしれません。看護学校に通うようになってからは脳外科と小児科に興味を持っていたのですが、仲の良い友人の家族が精神疾患にかかってしまい、看病する姿を見てなにかサポートしたいと思うようになりました。最終的に精神科を選んだ理由はその事が大きかったと思います。初めに持っていた精神科のイメージは、大変だったり

新入職員紹介

今年度4月より新たに13名が有朋会の職員として入職しました。入職から数か月、有朋会にもそれぞれの部署にも慣れてきた頃かと思えます。今後の更なる成長を期待しています。今回は代表して3名の方からコメントをいただきました。



新職員から一言

「入職して感じた事と今後の目標」

○作業療法室勤務

私が入職してから感じたことは、栗田病院のチームワークの良さです。職種に関わらず名前前で呼び合い挨拶を交わしている環境に、チーム力の強さを感じました。それは結果として、臨床現場での密な情報交換や職種間の連携に繋がりが、チーム医療として最大の力が発揮されていると思います。

今後の目標は、患者様がその方らしい生活を送れるよう、一人ひとりのニーズに即した支援が提供できる作業療法士になることです。疾患ばかりに捉われず、患者様の想いやこれまでの生活史を大切にできるような努めていきたいです。

まだまだ知識も技術も未熟ですが、先輩方を見習って、常に笑顔で患者様への丁寧な対応を心掛けていきたいです。よろしくお願いたします。



作業療法士 高野 歩

○外来リハビリテーション勤務

有朋会のよいところはコミュニケーションが盛んであることです。出勤時や退勤時の挨拶は必ず目を見て笑顔でしてもらえます。また、職員の交流を持つ機会が年に数回設けており、そこでは普段関わりが少ない部署の方とも顔を合わせることができ、スムーズに多職種で連携することができ、有朋会理念にもある質の高いサービス提供に繋がるとは思いません。

怖かったりと正直あまりよいものではありませんでしたが、実習で精神疾患を持つ患者様と関わるうちに、奥深さややりがいを感じるようになりました。看護師が患者様の話をよく聴き、想いを理解する事だけでも治療に繋がる。そういったところも魅力に感じました。

多職種との関わり

精神科の治療では薬物療法も大事な治療の一つです。患者様に薬剤を服用してもらう際には基礎的な知識が必要となりますが、飲み合わせなど疑問に思った点は薬剤師さんにアドバイスをもらっています。薬剤のスペシャリストである薬剤師さんとは日々の業務の中でも関わる事が非常に多いです。他にも精神保健福祉士さんとの関わりがあります。患者様が退院に近づくやその後のサービス利用など、なにかと頼ってしまう場面が多いです。当院ではプライマリナーズ制を導入しているため、受け持ちの患者様について必要な情報が提供できるよう心がけています。今後は薬剤師さんや精神保健福祉士さん、その他の職種ともうまく情報共有しながら患者様の治療に役立てていきたいです。

これからの自分、今後の目標

まだ看護師としてのキャリアは始まったばかりなので、目の前の業務でいっぱいになり、周りの先輩方に助けていただく事がたくさんあります。一つひとつの業務を丁寧に、そして適度な余裕を持つてこなしていきたいです。患者様への対応も今は悩む事もたくさんありますが、相手の立場に立つて想いを汲み取る事ができ、頼りにされる看護師を目指したいです。

具体的な目標としては精神科認定看護師を取りたいと考えています。今はまだ業務になれる事が先決ですが、そういった資格を取る事で自分の自信にも繋がると思うので、精神科看護師のスペシャリストを目指してぜひ挑戦していきたいです。

栗田病院や所属している病棟にも慣れてきました。毎日が忙しくもありますが、看護師という仕事が今はとても楽しいです。



かと思えます。

今後、精神保健福祉士として患者様はもちろんのこと、様々な部署とも関係性を築き、それぞれの特性を把握することで、患者様の希望に沿ったより良い支援を提供していけるようになることが目標です。そのために多くの方と積極的に関わりを持っていきたいと思っていますのでよろしくお願いたします。

○クリクリ住吉勤務

有朋会に入職して感じたことは雰囲気がとても良いという事です。病院やデイサービスの雰囲気も優しく、落ち着いていて笑顔が溢れていると感じています。職員の方々が優しく丁寧に教えて下さるので、毎日楽しく働けております。また、様々な研修があり、職種という枠を超えて幅広い知識を得られるので、とても勉強になります。

今後の目標としては、利用者様のニーズを把握し、満足のいくサービスの提供が出来るように日々学んでいきたいです。また、ご利用者様とのコミュニケーションを大切に、少しの変化にも気付きを持つ職員でありたいです。笑顔を大切に、ご利用者様に寄り添いながら、1日1日を大切にしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いたします。



精神保健福祉士 加藤 葵



介護福祉士 海野 亜沙美

診療案内

外来担当医一覧表

受付時間 午前 8:00 ~ 11:30 / 午後 11:31 ~ 15:00
 診察時間 午前 9:00 開始 / 午後 13:30 開始

	診察室	月	火	水	木	金	土
午 前	1 診	栗田	疋田	安部	栗田	鈴木	水挽
	2 診	安部	高橋	堤	田口	堀	第2週 鈴木 第3,5週 吉川
	3 診	堤	早坂	木滝	木滝	疋田	高橋
	5 診				早坂	井出	宮本
午 後	1 診	栗田	宮本	安部	栗田	鈴木	休診
	2 診	安部		木滝	田口	井出	
	3 診		佐藤	竹下	木滝	渡辺	
	5 診						

初めての外来受診・入院を希望される方へ

1. 電話で患者様の情報や現在の状況をご相談下さい。
2. 次にケースワーカー（相談員）が詳しい話を伺い、その後ご予約をお取りします。

※現在他病院を受診している、もしくは受診していた場合は紹介状が必要になります。

※当日の状況により、予約内容が変更になる場合がありますので予めご了承ください。

*精神科外来は完全予約制になります。

*当日のご予約は行っておりません。前日までにご予約をお願い致します。

予約電話対応時間 月～土（祝日を除く）9:00～17:00 TEL.029-298-0175

■=内科

関連施設

地域生活支援事業部

障害福祉サービス事業所 自立訓練(生活訓練) ショートステイ

「くりの実」 〒311-0117 茨城県那珂市豊喰505 TEL&FAX.029-295-1834

障害福祉サービス事業所 グループホームくりの木

「第一くりの木」「第二くりの木」 〒311-0117 茨城県那珂市豊喰1152-1 TEL.029-295-7652

「くりくり」 〒311-0117 茨城県那珂市豊喰1152-1 TEL.029-295-7680 FAX.029-295-7681

「くりあん」 〒310-0004 茨城県水戸市青柳町3429-2 TEL.029-231-2280 FAX.029-231-2281

認知症デイサービス

「クリクリ瓜連」 〒319-2103 茨城県那珂市中里1365-7 TEL.029-270-9550 FAX.029-270-9558

「クリクリ住吉」 〒310-0844 茨城県水戸市住吉町20-6 TEL.029-248-1001 FAX.029-248-0215

「クリクリ市毛」 〒312-0033 茨城県ひたちなか市市毛上坪1186-2 TEL.029-275-0262 FAX.029-275-0263

「クリクリ金上」 〒311-0022 茨城県ひたちなか市金上1031-1 TEL.029-271-1607 FAX.029-271-1608

小規模多機能型居宅介護施設・認知症グループホーム

小規模多機能ホーム「クリクリ」・認知症グループホーム「クリクリ」

〒311-0117 茨城県那珂市豊喰140-17 TEL.029-352-0016 FAX.029-298-7750

認知症グループホーム「クリクリ田彦」

〒312-0063 茨城県ひたちなか市田彦950-48 TEL.029-275-8701 FAX.029-275-8702

認知症疾患事業部

アクセスマップ

