

松風

しょうふう

Shouhu

2023. 春号
(No.246) 万成病院院外広報誌

CONTENTS もくじ

- p2. with コロナにおける美容とお口周りへの意識の変化
- p3. 令和5年度 新人研修
健康レシピ
- p4. Let's Rehabilitation
第27回日本デイケア学会 作品展にて受賞
工藤 友佳里 さん
- p5. ねっとわーく
「岡山リハビリテーションホーム」
- p6. ねっとわーく
「多機能型事業所 ひまわり」
- p7. ねっとわーく
「社会福祉法人 松風会 ケアハウス サンライフ・カドヲ」
- p8. インフォメーション

【理 念】

私達は、地域の皆さまの保健、医療、福祉の向上に貢献します。
私達は患者さまに公正な医療を提供します。
私達は患者さまに説明し、同意による医療を行ないます。
私達は患者さまのプライバシーを尊重します。
私達はより良い医療のために職員の教育、研修の充実、環境の向上に努めます。

【基本方針】

教育研修の充実、地域との連携を強化し、
患者さまが安全で安心できる温かい医療サービスを提供します。



第27回日本デイケア学会で『心癒されるで賞』を受賞した工藤友佳里さんの切り絵作品「にっこりお地藏さん」



特定医療法人
万成病院

with コロナにおける美容とお口周りへの意識の変化

万成病院 歯科医長

小林直樹

日本老年歯科医学会 代議員 認定医・指導医・専門医

日本摂食嚥下リハビリテーション学会 評議員 認定士

日本コスメティック協会 スキンケアマイスター・コスメマイスター

近年の老年医学研究によれば、年をとっても親しい仲間と楽しく語り合い、おしゃれをして外食に行くなど、人との繋がりや社会性を維持することが、身体機能や口腔機能の維持、そして精神・心理状態の維持・向上に良い影響を与えることが明らかになっています。特に、人とのコミュニケーションの要となる顔や口は、社会活動性の維持に大きく影響すると考えられます。ところが、2020年、covid-19 のパンデミックは世界の経済と社会に混乱を招きました。人々は外出を控え、social distance が求められた結果、人との交流は途絶えがちになり、自宅でのテレワークによって身体活動性は低下し、加えて、マスクが必要になったことで、顔や口周りの見た目、肥満といった外見への意識が希薄になっているように思います。



(図1) 対面コミュニケーションでの視覚情報探索
(写真は本人の許諾を得て掲載)

対面コミュニケーション
でのマスク

人は、対面コミュニケーションの場面において、五感（視覚、聴覚、触覚、嗅覚、味覚）を通じて外界の情報を収集し、その情報により周辺の状況を分析して適切に反応していますが、得られた知覚の8割は視覚からの情報であると言われています。ところが、マスクの装着は、非言語コミュニケーションを制限し、円滑な対面コミュニケーションが妨げられるといった課題が明らかになっています。マスクは人とのコミュニケーションにとって重要な下顔面を覆うため、表情にかかわる顔の視覚情報の多くは隠されてしまい、その人の感情状態を推し量ることが困難になります。

このような状況において、対面の人がマスクを外した瞬間、我々は隠されていた視覚情報を探索しようと相手の口周りに視点を移すようになります(図1)。その時、イメージしていた以上に美しい口元が現れると、その人に対して好感を持つに違いありません。特に、初対面では得ようとする情報量も多く、例えば、就活面接では重要なポイントになります。

最近になり屋内外でのマスク着用ルールについて注目が高まっています。コロナ禍では、アートメイク、まつ毛エクステ、アイメイク、パリジェンヌラッシュリフト、まつ毛美容液といった目元や眉毛ケアの人気の高まりましたが、これからは、唇の厚みや色、歯並び、フェイスラインや肌の質感といった口周りの健康美がより注目されるでしょう。人との繋がりや社会性を回復するためには、老若男女を問わずお口周りの健康管理が重要です。

令和5年度 新人研修

春本番、6名の新規職員を迎えて新年度がスタートしました。コロナ禍で昨年まで短縮した日程で開催していたため新規職員、昨年度中途採用職員27名を対象に3年ぶりの4日間の日程での新人研修を開催できたことを嬉しく思っています。

新人研修は院長先生の講義「万成病院のめざすもの」から始まりました。精神科病院を取り巻く時代の流れや、万成病院のモットーである《ひろがれ!笑顔》についてなど、院長先生の体験談とともに話がありました。

その他の講義も万成病院の基礎をしっかりと感じる事ができるプログラムになっており、受講者からは、「目標を定めて成長していきたい」などの感想が聞かれました。



からだに
おいしい!!

健康
レシピ

『アクアパッツァ』

鯛の効果…鯛には、良質なたんぱく質が豊富に含まれています。タンパク質は筋肉や臓器などのあらゆる体内の組織を作る働きや食べ物の消化を促すのに必要な酵素の材料にもなる栄養素です。また、脳の機能を向上させるDHAや血液をサラサラに保つ働きがあるEPAも含まれています。



エネルギー約272kcal(1人分) 調理時間30分

【材料(2人分)】

鯛切り身…2切、あさり(殻付き)…200g、ミニトマト…8個、
ブラックオリーブ…6個、菜の花…30g、にんにく…1片、
オリーブオイル…大1、白ワイン…50ml、水…50ml、塩…ひとつまみ

【作り方】

- ①鯛に塩をふり10分程度おき、キッチンペーパーで水気を拭き取る。
- ②ミニトマトは半分に切る。菜の花は食べやすい大きさに切る。にんにくはみじん切りにする。
- ③フライパンにオリーブオイルをひきにんにくを香りがたつまで炒める。
- ④③に鯛の皮目を下にして入れ、両面に焼き色がつくまで焼く。
- ⑤④にあさり、ミニトマト、菜の花、水、白ワイン、塩を入れひと煮たちさせ弱火にし蓋をする。
- ⑥あさりの殻がひらき鯛に火が通るまで加熱する



Let's Rehabilitation

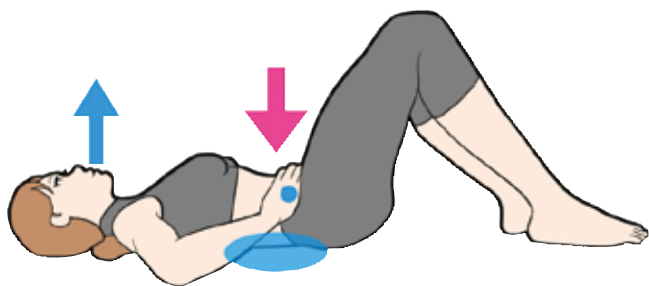
体幹を鍛えてみよう!!

「体幹を鍛えるといいよ」と言われたことはありませんか?体幹を鍛えると、姿勢改善・運動能力の向上・基礎代謝が上がり、太りづらい身体に・身体の歪み調整・心身の安定・ぽっこりお腹の改善 などなどたくさん
のメリットがあります。

今回は、簡単に出来る体幹を鍛える呼吸法を紹介したいと思います。

<ドローイン>

- ①仰向けに寝転がり、両膝を立てます。
- ②両手をお腹に当て、息を吐きながらゆっくりと腹部をへこませます。
- ③息を吐き切ったらお腹をへこませたまま、10～30秒程度浅い呼吸を続けます。



慣れてくると座ってでも出来るそうです。そうすると、テレビを見ながら、パソコンを打ちながらなど、ちょっとした時間にでも行えますよ。

今年は、ちょっと意識をして体幹を鍛えていきましょう!!



第27回 日本デイケア学会 作品展にて受賞

工藤 友佳里 さん

昨年9月に開催された第27回日本デイケア学会にて当院精神科デイケア利用者様、工藤友佳里さんの応募作品が『心癒されるで賞』を受賞しました。参加施設は全国25医療機関、応募作品は総勢117点の中から受賞10作品の一つに選ばれました。作品のタイトルは『にっこりお地蔵さん』。長く続くコロナ禍の終息を願う気持ちを込めた作品でした。作品は工藤さんの得意な切り絵で、裏から和紙を貼って仕上げています。木の葉っぱや花びらを一つ一つ丁寧にカッターで切り抜き葉っぱの概念にとらわれることなく自由な発想で色とりどりの和紙を貼り、葉を表現しています。そこに優しい表情のお地蔵さんがにっこり微笑んでいる、いただいた賞の名前の通り癒される作品となりました。賞を頂いたことで、これからの作品制作もより一層意欲的に取り組んでいただけたと思います。今後の工藤さんの作品にもご注目ください。



・・・OT活動紹介・・・

コロナウイルス感染症が流行して3年が経過しました。本当に大変な3年間で、利用者の方々は勿論ですが、ご家族の方にも面会制限等で多大なご迷惑をおかけしました。ようやく長いトンネルから抜けられる兆しが見えてきました。当施設においても、クラスターの発生等でここ数ヶ月は、この3年間で一番厳しい期間を過ごしたように思います。当然ですが、行事やイベント等もなく、施設内においてもレクリエーションも開催できない状況が続いていました。今回も紹介できる行事がないため、施設内で日頃行われているOT活動を紹介したいと思います。

OT（作業療法士）活動として、週に1回、各フロアにて活動を実施しております。内容といたしましては、各フロアの入所者の方々が各々に興味を持たれているものや、OTの判断でリハビリの一環として必要と思われるものを準備して提供しています。

目的としては、認知機能の維持や、体を動かす機会の提供、また好きな作業に集中していただき、心穏やかに過ごしていただく場の提供として取り組ませてもらっています。

実際に行われている活動内容は、花紙手芸やDVD鑑賞、風船バレー等様々な活動に参加していただいています。花紙手芸では季節感を感じてもらうため、桜やクリスマスツリーなど、四季折々の作品を作成しております。また、DVD鑑賞では皆さんに馴染みがある、昭和の歌謡曲や人気番組、利用者の方々の年代にあった、昔流行したものを選択し提供しています。活動中は歌を口ずさむ方もおられ、皆さん表情よく参加されています。その他にも塗り絵や音楽鑑賞も実施しており、個々に興味のあるもの等、嗜好もお聞きしながら個別に取り入れて対応しています。完成した作品は施設内に展示したり、本人の希望により、居室に飾られる方もおられます。





多機能型事業所 ひまわり

ひまわりホーム・しらゆりホーム

自分の実力再発見!!!

「自分にはできない」と諦めていた事が実は自分にできる事だった-。

ひまわりは自分自身を発見し、自己実現や社会参加につながる事を目指しています。

就労継続支援B型ひまわりでは一人ひとりに合わせた就労支援を提供しています。

『初めて』を経験する中での不安や、適正にあった仕事の選定、業務中でのトラブルなど、様々な課題に対して支援スタッフが丁寧にサポートしています。

また、花壇や西側古民家の環境整備などの管理業務、クッキー製造販売等、様々な活動をおこなっており、グループワークを通じてお互いの強みを活かし、自己成長や自己肯定感の向上に努めています。

「自分にもできた!」を目指して利用者一人ひとりが自分自身の可能性を広げ、より豊かな生活を送るためのお手伝いを続けていきます。



多機能型事業所ひまわり

〒700-0071 岡山市北区谷万成1-6-1

TEL.(086)252-9890

ひまわりホーム・しらゆりホーム

〒700-0071 岡山市北区谷万成2-2-67

TEL.(086)363-1666

「ひまわりホーム・しらゆりホーム」は利用者募集中です。見学等ご相談は上記迄お願いします。



社会福祉法人 松風会

ケアハウス サンライフ・カドタ

ケアハウス サンライフ・カドタのご紹介

○ケアハウスは施設と自宅の中間

高齢の方が自宅で暮らしにくくなる理由は様々ですが、ご家族がお世話をできるご家庭ばかりではありません。しかしながら、施設に入って、いきなりご家族と疎遠になるのも寂しいものです。

ケアハウスは、施設で生活しながらも、ご家族との関わりは大切にいただける施設です。ご家族が時々来て、身の回りのお世話をするという生活に適しています。

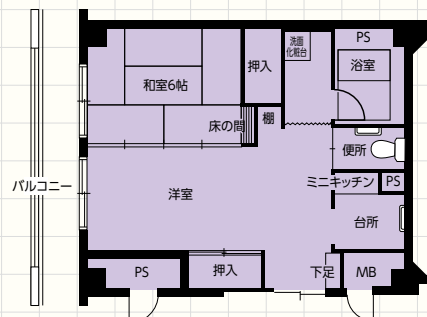
具体的には金銭管理や通院の付き添いなどをご家族で支援していただき、食事や洗濯、入浴など負担の大きいことは施設や併設のサービスを利用していただけます。ご家族の負担を減らし、安心・安全な生活を送っていただけます。一人で過ごすには不安があり、日常のちょっとしたお世話や健康管理を必要とされる方はぜひ入居をご検討ください。

○2人部屋のご紹介

ケアハウス サンライフ・カドタには個室46部屋と2人部屋2部屋があります。2人部屋の間取りは個室より広く、風呂を備えるなど、よりプライバシーを重視した設計で、ご夫婦での入居を念頭に置いています。ご夫婦向けの部屋という考えに拘らず、風呂付きで、1人でも2人でも入居可能な部屋として入居対象を広げることといたしました。主に以下のような方を想定しています。

二人部屋
(2室)
Cタイプ

35.638㎡



- ・家財が多く、部屋を広く使いたい方
 - ・風呂付きの部屋をご希望される方
 - ・配偶者、親、兄弟姉妹(三親等までの親族で60歳以上の方)と同居したい方
 - ・病気療養のため、居室内に医療機器を設置したい方 など
- ※利用料他詳細はご相談ください。



ケアハウスのご見学は下記担当者までご連絡ください。

ケアハウス サンライフ・カドタ

生活相談員:岡本、末澤

<ケアハウス俳句の会より>

- ・豆まきでいつも鬼役お父さん
- ・北風が強くなる夜襟あわせ



〒703-8275

岡山市中区門田屋敷4-5-13

電話:086-273-1123

FAX:086-273-1314

URL:<http://syofuukai.jp>

Mail:syofuukai@mx52.tiki.ne.jp



INFORMATION

“地域交流カフェこだま”“杜の茶屋”本格再始動

この一年は新型コロナウイルス感染症の流行に伴い「地域交流カフェこだま」「杜の茶屋」共に感染状況を見ながら、参加者の皆様にも感染対策のご協力を頂き、開催して参りました。

認知症の方、家族、地域の方々、専門職が協力をしながらカフェを運営し、つながりを持ち、安心して暮らせる地域を目指す為、この4月より「こだまカフェ」「杜の茶屋」は本格再始動をしていきます。

そして今年も4月のこだまカフェでは恒例の“Spring Concert”を開催する予定です。ピアノとフルートの生演奏と昔ながらの日本庭園を眺めながら、春のひと時を一緒に過ごしませんか？

皆様のご参加をお待ちしております。

SPRING CONCERT

地域交流カフェ こだま

参加費 100円

日時 2023年4月15日(土)

場所 こだまの杜(旧谷山邸)

こだまからのお願い
御来場時はマスクの着用、検温、手指消毒をお願いします。
また、最近37.5度以上の発熱や風邪等の症状があった方はご来場をお控えください。また岡山市に「まん延防止等重点措置」「緊急事態措置」が発令された場合は中止とさせていただきます。

お問い合わせ
電話：086-252-2261 担当：石丸・森安
主催：(医)万成病院
共催：谷万成町内会・伊島学区連合町内会

来院された方へ

体温測定を実施しています

新型コロナウイルス拡大防止のため体温測定を実施しております。

体温が37.0℃以上の方の入館はお断りさせていただいております。

皆さまのご理解ご協力をお願い致します。



外来について

受付時間
午前 8:40～11:30
午後 13:00～16:00

※急患の場合は、この限りではありません。
※日曜・祝日は休診

診療時間
午前 9:00～12:00
午後 13:00～17:00

※午前の診療内容・終了時間により午後の診療開始時間が遅れる場合があります。
※外来受診に関しては一部除いて予約制ではございませんので、受付時間内に窓口へお越しください。

外来診療医

		月	火	水	木	金	土
午前	第1診察室	高橋	大森	三野	小林	清水	阿部
	第2診察室		数野(予約制) 9:00～10:30				川端
午後	第1診察室	鳥越	加藤	高橋	小林	清水	阿部
	第2診察室			三野		加藤	久山
歯科		小林直樹	小林直樹	小林直樹	小林直樹	小林直樹	小林直樹
		土山	中川	平井 東	畑中	山城	坂本

アクセス



中鉄バス／谷万成停留所より徒歩1分 JR吉備線／三門駅より徒歩10分

TEL: 086-252-2261 FAX: 086-254-0800
〒700-0071 岡山市北区谷万成1-6-5
特定医療法人万成病院(岡山県指定精神病院)

【患者憲章(患者さまの人権について)】

患者さまの権利を掲げ、全職員の責任を自覚する。

患者さまは、人格を尊重された思いやりのある医療を受ける権利があります。

患者さまは、自分の治療に関する全ての情報を知る権利があります。

患者さまは、自分の病状をわかりやすく教えてもらう権利があります。

患者さまは、治療を拒否する権利があり、その結果を知る権利があります。

患者さまは、病院の医療サービスを可能な限り要求する権利があります。

患者さまは、医療費についての説明を受ける権利があります。

患者さまは、プライバシーを守られる権利があります。

患者さまは、セカンドオピニオンを受ける権利があります。