

Shouhu 松風

しょうふう

2024. 新春号
(No.249) 万成病院院外広報誌

CONTENTS もくじ

- p2. 「令和6年、スタートにあたって」
第15回 ドリームカップ開催
- p3. 健康レシピ『鍋焼きうどん』
- p4. Let's Rehabilitation
万成病院フォトコンテスト
- 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・カドク」
- 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。



万成病院フォトコンテストの作品より

「令和6年、スタートにあたって」



医療法人 万成病院
院長 小林 建太郎

令和6年が始まりました。今年もいろいろな事があると思いますが、スタッフ全員で前を向いて歩いていければと願っています。

昨年5月に新型コロナが感染症分類で5類になり、3年間続いたコロナ禍から日常生活が動きだした気がします。昨年を振り返りますと、1月から2月は、まだコロナのクラスターが発生して対応に追われていました。

その中で4月18・19日に8カ月延期されていた、5回目の病院機能評価を受審しました。最後の講評では「各部署が一丸となって、病院として一つの方向に進んでいる」「多職種による患者視点からの連携がなされている」「ぜひ現在の取り組みを学会で発表されたい」などうれしいサーベ

イヤーからの言葉をいただきました。後日届いた結果でB評価が1つもなかったのは初めてでした。

夏は異常な暑さでした。猛暑日が続き、その中でも十分な換気に気を使わないといけなため電気代は厳しいものがありました。秋になって院内学会、フォトコンテストなどの病院行事が復活していきました。精神障がい者スポーツ支援を目的に始めた「ドリームカップソフトバレー大会」もエムホールで再開しました。レベルの高い接戦が多く、参加した選手の笑顔が障がいの壁を取り払っていました。

ただ、精神科医療を取り巻く環境は厳しいものがあります。今の時代、過剰な投資や画期的な変革プランは大ききリスクに直結します。地域の中での自身の立ち位置をきっちりと見定める必要があります。万成病院は「ひろがれ！笑顔」の病院であり、「面倒見のいい病院」でありたいと思います。患者さん、ご家族、スタッフ、地域の方に面倒見がいい病院をめざします。

第15回 ドリームカップ開催

11月12日(日)に万成病院主催のソフトバレーボール大会「第15回ドリームカップ」が当院のMホールで開催されました。この大会は精神障がい者スポーツ支援として行われていますが、コロナ禍で大会中止を余儀なくされ、4年ぶりの開催となりました。参加チームは、「岡山県選抜」、「岡山市選抜」、「岡山・高知連合」、「リバイブ」、「ゆかいな仲間たち」、「万成病院ファントムズ」の6チームでした。久しぶりの試合という参加者も多く、『とにかく怪我なく、楽しく』をテーマに試合開始。笑い声の絶えない、笑顔あふれる大会となりました。結果は、「ゆかいな仲間たち」が接戦の末、見事優勝しました。

当日は、応援やボランティアのご協力をいただきまして、ありがとうございました。

試合結果



ゆかいな仲間たち



岡山市選抜



リバイブ



熱戦が繰り広げられた大会の様子

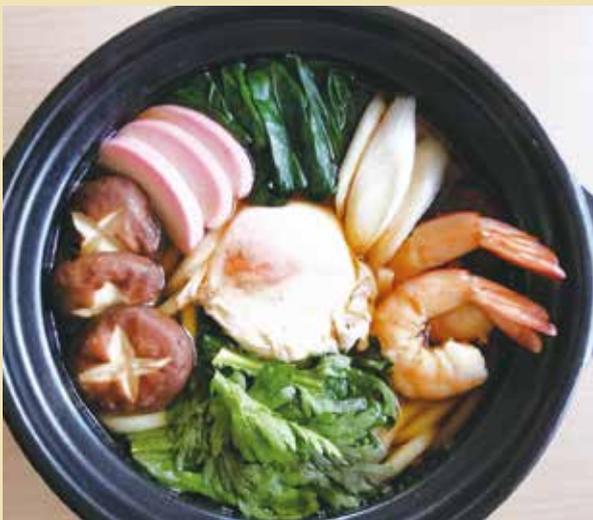


からだに
おいしい!!

健康
レシピ

『鍋焼きうどん』

春菊の効果…春菊に含まれるβカロテンは強い抗酸化作用がありアンチエイジング効果や生活習慣病予防が期待できます。また、骨や歯の形成を助けるカルシウム、血液循環を健康に保つ助けになるマグネシウム、高血圧予防に効果があるカリウムなども豊富に含まれています。



エネルギー 約490kcal(1人分)、調理時間 約30分

【材料(1人分)】 ……………
 冷凍うどん…1玉、エビ…2尾、卵…1個、かまぼこ…2枚、
 ほうれん草…50g、春菊…30g、しいたけ…20g、白ネギ…30g、
 だし汁…400cc、醤油…大1、みりん…大2、塩…小1/4

【作り方】 ……………
 ①エビの背ワタを取り、塩茹でした後殻をむく。ほうれん草は、茹でた後食べやすい大きさに切る。
 ②春菊、白ネギは食べやすい大きさに切る。しいたけは石づきをとる。
 ③鍋に、だし汁、醤油、みりん、塩を入れ火にかけて沸騰させる。
 ④③に、冷凍うどん、白ネギ、しいたけを入れ再沸騰させ火を弱める。
 ⑤④に、かまぼこ、えび、ほうれん草、春菊を加え中央に卵を割り入れ蓋をして卵に軽く火を通す。



Let's Rehabilitation

体幹・インナーマッスルを鍛えよう!!

体幹を鍛えていく為の呼吸法や「ながら運動」を紹介してきましたが、今回は、自宅でも出来る体幹を鍛えるトレーニングを紹介したいと思います。1度は聞いたことがあるような運動だと思いますが、これを機に挑戦をしてみてもどうでしょうか。

①プランク

1. 両肘を床につけ、うつ伏せになる。足は腰幅に開き、腰を浮かす。
2. その姿勢をキープ。20秒×3セット



注意：

体を固めて一直線に保ち、姿勢を崩さないことが必要です。

図のように腰が上がりすぎても、下がりすぎても効果は出ないので注意をしてください。また、疲れてくると顔を前方に向けてしまいがちですが、我慢です!

体幹を鍛えて、健康な1年にしていきましょう!!



万成病院フォトコンテストが3年ぶりに開催され、162点の応募がありました。

素晴らしい風景や可愛らしい子供、笑顔いっぱいの写真など、どれも力作ぞろいで審査員もかなり悩んでいましたが、厳正なる審査の結果、院長賞1点、審査員特別賞5点、入選10点の計16点が選ばれました。

最優秀賞の院長賞に選ばれたのは、



作品名「化粧」です。

初めてのお化粧に少し恥じらいを感じる笑顔が素敵です。

入賞作品については、万成病院の外来前のエントランスへ展示されております。どの作品もキラリと光る作品で、笑顔や素晴らしい景色に癒されます。是非、万成病院へお越しの際は立ち止まってご覧下さい。



岡山リハビリテーションホーム

～クリスマス会の中止及び取り組みについて～

コロナウイルス感染症が5類になり、完全に終息したとは言えない状況ですが、世間では普段通りの生活に戻りつつあると思います。しかし、高齢者施設においては、なかなか例年通りの生活に戻ることが難しく、最近では岡山県内にもインフルエンザ警報や食中毒注意報が発令されるなど、更なる感染対策を徹底し、継続していくことが求められています。

岡山県内がこのような状況なため、致し方無いところはありますが、残念ながら今年もクリスマス会を一堂に会して行うことは難しいと思い、断念しました。利用者の方々には季節感を感じてもらえるよう、フロア毎にクリスマスの飾りつけを行い、クリスマス会も開催し、ささやかながら楽しんでいただきました。



感染の流行状況により面会制限等、今後ご家族の皆様にはご迷惑をおかけすると思いますが、ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。現在は、時間と場所の制限はありますが、面会コーナーを使用し面会を再開しておりますので、ご利用いただければと思います。

コロナ禍にリハホームに入所された方も多く、中にはどういうところで生活しているのか?どのような生活をしているのか?など、殆んど施設内の様子が分からないご家族の方もおられます。施設での生活やイベント時の様子など、毎月の家族の手紙や写真にて、できる限り分かり易くお伝えできればと考えていますので、何かご要望等ございましたら、お気軽に支援相談員をはじめ、スタッフへお声掛けいただければと思います。





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

・・・就労継続支援B型事業所ひまわりの取り組み・・・

就労継続支援B型事業所ひまわりでは、取り組みの一環として、近隣の住民の方々からのご依頼を受け、お庭の片付けや清掃作業に伺わせていただく「家事代行サービス」をおこなっています。

地域のニーズにお応えすると共に、地域の方々との「つながり」をつくる大切な取り組みの一つとなっています。

メンバー自身も、ステップアップの場として責任感や自己成長を育てる良い機会になっています。地域の方々からも「とても助かっている。」「綺麗になって嬉しい」といったお声も頂いており、励みになっています。

今後も、地域の皆様と共に協力しながら、より良い未来を築いていこうと思います。



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

グループホームひまわり・しらゆり

〒700-0071 岡山市北区谷万成2-2-47

TEL.(086)363-1666

見学等ご相談のお問い合わせは上記までお願いいたします。



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



入居様は11月17日に岡山県総合グラウンドへドライブに出かけられました。陽射しも暖かく、紅葉した落ち葉拾いや散歩を楽しまれました。

昼食は、行楽御膳でした。炊き込みご飯は絶品です！鶏のから揚げや、玉子焼きなどもおいしかったです。

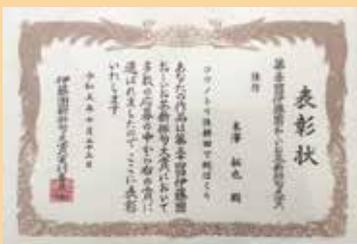
デイサービス-秋の運動会を開催しました。



職員手作りのバズーカ砲でどこまで遠くへ飛ばせるかを競いました。皆様、遠くに飛ばそうと前のめりです！また、ゲームで獲得した札をヒントに、都道府県の場所を当てる「国取りゲーム」を行いました。皆様は以前、仕事や家族と行った旅行話に花を咲かせておられました。



俳句大会で、職員が佳作を受賞しました。



<俳句の会より>

- ・ 思ひ出はよきことばかり墓洗ふ
- ・ 砂浜にお城を造って秋日傘
- ・ 秋風にゆれし稲穂のこがね色

「カドタ俳句の会」では、句会の先生方や入居様、近隣の方、職員などが毎月、投句や選句をしています。興味のある方は、是非カドタへご連絡ください。選句だけの方もおられます。



〒703-8275

岡山市中区門田屋敷4-5-13

電話：086-273-1123(代表)

FAX:086-273-1314

URL: <http://syoufuukai.jp>

Mail: syoufuukai@mx35.tiki.ne.jp



松風会
ホームページ
QRコード



INFORMATION

●小林孫兵衛記念医学振興財団 第31回研究助成金受賞者

- ・鳥取大学医学部付属病院精神科 山梨豪彦
- ・九州大学病院整形外科 横田和也
- ・大阪大学大学院医学系研究科
外科学講座消化器外科学 浜部敦史
- ・岡山大学大学院医歯薬学総合研究科
細胞組織学 皆木瞳
- ・岡山大学病院医療技術部 樋之津健二

●第9回万成地域スポーツ功労賞受賞者

- 団体
- ・岡山市選抜ソフトバレーボールチーム
 - ・岡山市立京山中学校陸上部
- 個人
- ・岡山シーガルズ選手 船田芽依
 - ・岡山シーガルズ選手 長瀬そら
 - ・岡山シーガルズ事務局 藤岡まり

Hand Cream

専門医が物忘れや認知症の相談にも応じています

こだまカフェ

アロマワークショップ

1月20日(土) 13:00~

場所:こだまの杜(旧谷山邸)

参加費 100円

■こだまからのお願い
 御来店時はマスクの着用、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、ご来店をお控えください。
 また岡山市に「蔓延防止等重点措置・緊急事態措置」が発令された場合、開催当日11時現在で
 岡山市に何らかの警報が出ている場合は中止とさせていただきます
 お問い合わせは— TEL:086-252-2261 担当:石丸 森安
 主催:医療法人万成病院
 共催:谷万成町会・伊美学区連合町会

外来について

受付時間 午前 8:40~11:30 ※急患の場合は、この限りではありません。
 午後 13:00~16:00 ※日曜・祝日は休診

診療時間 午前 9:00~12:00 ※午前の診察内容・終了時間により午後の
 午後 13:00~17:00 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		藪野(予約制) 9:00~10:30				川端
午後	第1診察室	鳥越 川端	加藤	高橋	小林	清水	阿部
	第2診察室					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。