

# Shouhu 松風

しょうふう

2026.新春号  
(No.257) 万成病院院外広報誌

## CONTENTS もくじ

- p2. 2026年のスタートにあたって
- p3. 万成病院フォトコンテスト  
健康レシピ『きゃべつシュウマイ』
- p4. Let's Rehabilitation  
「つながるプロジェクト」始動
- 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・カダタ」
- 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。



2026 ひろがれ! 笑顔

## 「2026年のスタートにあたって」



医療法人 万成病院  
院長 小林 建太郎

2026年がスタートしました。今年こそ良い年と思うのですが、病院経営をめぐっては厳しい状況が続いています。

ここ3年間、物価は毎年3%ずつ上昇しており、あらゆる物が値上がりして病院経営を圧迫しています。赤字病院の割合は74%に達しています。この状況で賃金アップを果たすには、早急な補助金と診療報酬の両面からの十分な対応が不可欠です。高市新総理が誕生して、昨年末にやっと医療・介護にもそれなりの補助金が決定しましたが、さらなる対応が必要で診療報酬で入院基本料の大幅なアップが望まれます。政治の力が重要です。

昨年3月、岡山県病院政治連盟理事長に就任しました。夏に参議院選挙があり、自民党への大逆風の中、医師であり当政治連盟顧問であった小林孝一郎候補を当選させることができたのは岡山県の医療・介護関係者の皆さまの熱いご支援のおかげだと深く感謝申し上げます。

良いこともたくさんありました。万成病院は精神科医療からの町づくりをめざしており、地域スポーツの支援を行っています。スポーツには人を元気にする力があります。昨年、大リーグのワールドシリーズでは、ドジャースが連覇を達成したが、その原動力となったのが、岡山県出身の山本由伸投手でした。シリーズで3勝を挙げ、MVPに輝き、岡山県人として誇らしく思いました。冬のスポーツでもがんばってくれました。中学・高校生の駅伝には力が入りました。地元の京山中学が全国駅伝で見事に3連覇を達成し、倉敷高校が都大路で男子が3位、女子が6位とすばらしい結果で、TV中継に釘付けになりました。首藤主将、チームをまとめ、花の一区で8位スタートは見事でした。若い人に大きな力をもらって2026年も前を向いて歩いていきます。



# 万成病院フォトコンテスト

## 院長賞

ひろがれ笑顔  
部門



みかん飴 いいでしょ!!

職員を対象とした万成病院フォトコンテストが開催され、今回は総数206点の応募がありました。厳正な審査の結果、院長賞2点、審査員特別賞5点、入選10点の計17点の入賞作品が決定いたしました。美しい風景や可愛い子ども達、心がほっこりする作品など力作が勢ぞろいでした。今回入賞した作品は1Fエントランス付近に展示しております。ご来院の際はぜひご覧ください。 ※表紙はフォトコンテスト入賞作品

## 院長賞

風景その他  
部門



ほっこり

からだに  
おいしい!!

## 健康 レシピ

### 『きゃべつシュウマイ』

きゃべつ効果…きゃべつには、胃腸の健康を保つビタミンU、美肌や免疫力向上に役立つビタミンC、高血圧予防に役立つカリウム、便秘改善に役立つ食物繊維、骨の形成や血液凝固因子に必要なビタミンK、造血機能やDNAの合成を助ける働きがある葉酸など豊富な栄養素が含まれているといわれています。



●エネルギー約374kcal(1人分) ●調理時間30分

#### 【材料(2人分)】 .....

豚ひき肉…200g、きゃべつ千切り…100g、玉ねぎ…1/4個、えのき…1/4株、◎酒…大1、ごま油…大1、片栗粉…大1、オイスターソース…小1、おろし生姜…小1、しょうゆ…小1

#### 【作り方】 .....

- ①玉ねぎはみじん切りにする。えのきは細かく切る。
- ②豚ひき肉に①と◎の調味料などを加えよく混ぜる。
- ③②を丸めてきゃべつの千切りを押し付けるように付ける。
- ④600wの電子レンジで約5分加熱する。
- ⑤お好みでからしをそえる



# Let's Rehabilitation

## 連休明けの気持ちを切り替え!!

お正月はどのように過ごされましたか?連休が始まる時は、あんなに楽しかったのに、連休が明けると、仕事に行きたくないなあと気分が落ち込んでいる方が多い時期ではないでしょうか。

今回は、仕事に行きたくないと感じた時の対処法をお伝えします。

### ①仕事に行きたくない気持ちを受容する

無理に「あんなに休んだのに行きたくないと言ってはいけない!」と思わないで下さい。軽く深呼吸をしながら、「休み明けは、行きたくないって思うよね。」と自分の気持ちに寄り添うようにしてみてください。



### ②早めに寝る

連休中は、どうしても生活リズムが乱れてしまうものです。早めに寝て、朝、すっきりと起きられるといいですね。

### ③ToDoリストを作る

連休明けに無理に仕事を詰め込むのではなく、自分の仕事がコントロールできるように、ToDoリストを作り、優先順位、必要最小限の仕事を決め、余裕をもって仕事をする事も大切です。



### ④自分への報酬を決める

「仕事が終わったら、おいしいご飯を食べよう」「週末は、好きな場所で遊ぼう」など、頑張った自分へのご褒美を決めておくと気持ちもポジティブになりますよ。



## 地域と共に歩む精神科医療 「つながるプロジェクト」 始動

万成病院では今年度より、地域と連携し、精神科医療の輪をひろげる取り組みを進める「つながるプロジェクト」を本格的に始動しました。

当院が目指す「精神科医療からの町づくり」を推進するため、「教育・啓発」「高齢者支援」「スポーツ支援」の3つを柱に、地域と共生する医療の在り方を追求していきたいと思っています。

今年度は、特に「地域とのつながり」を重視し、その一環として、地元・京山中学校の写真部とのコラボレーションによるフォトコンテストを開催しました。テーマは「地域の街並み」。倉敷美観地区をはじめ、地元岡山の風景を切り取った作品が数多く寄せられました。

同校の写真部22名が応募した作品は、いずれも地域への愛着とまなざしが感じられる力作ばかり。選考は非常に難航しましたが、最終的に「万成病院賞(最優秀賞)」1点、「入賞」2点を選出しました。

今回ご協力いただいた京山中学校の皆さまには、心より感謝申し上げます。





## ～ 施設外活動 ～

今回の広報誌は、施設外活動の様子をお伝えしたいと思います。去年は、備中国分寺 五重塔へ紅葉見物に行きましたが、今回は初の試みとして、最上稲荷に行ってきました。

最上稲荷の正式名称は「最上稲荷山 妙教寺」といい、日蓮宗の寺院で1200年余りの歴史をもち、言わずと知れた日本三大稲荷の1つで、正月三が日は岡山県下では最多の60万人の方々が参拝されます。

参加された利用者の方々は、毎年参拝されていた方や、岡山に住みながら1度も行ったことのない方など様々でしたが、皆さん近年は最上稲荷に行ったことがない方ばかりだったため、行きの車内からとても楽しみにされている様子が伺えました。国道180号線を進み、まず目に入るのが大きな鳥居ですが、この鳥居もお寺でありながら鳥居をそなえる大変貴重な稲荷としても有名です。最上稲荷に到着後はいろいろ見るところが多く、賽銭箱の大きさに圧倒され、中を覗きこもうとされたり、線香の煙でお清めをしたりと、あっという間に時間が過ぎていきました。



今回の施設外活動は、岡山医療福祉専門学校の実習生も参加しました。実習生の3名も最上稲荷に行くのは初めてで、特に中国とベトナムから勉強に來ている留學生の2名は、素晴らしい日本文化に触れることが出来た、良い機会になったと思います。参加された利用者の方々も久しぶりの外出をととても喜ばれ、「来て良かった」「また来たい」等の意見が聞かれ、秋の季節を感じることもでき、とても充実した時間を過ごせた様子でした。



# 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B型における活動紹介です

ひまわりでは、地域の中で実際に役割を持ちながら取り組める仕事も行っています。今回は県庁へのお菓子BOX配達作業と、売店の清掃作業についてご紹介します。

#### 県庁へのお菓子BOX納品作業

県庁へのお菓子BOXの納品作業は2週間に一度、メンバーと職員が一緒に行っています。

他の事業所で準備したお菓子の箱を県庁内の各課を周りながら、一つ一つ丁寧にお届けしています。

納品の際には、配達先の確認や数量のチェックを行い、納品先に配慮した受け渡しを心がけています。

最初は緊張した様子が見受けられましたが、回数を重ねるごとに挨拶や周囲の方への配慮が行えるようになりました。

実際の職場環境で活動することで、働くことへの意識や責任感を育む機会となっています。

#### 売店の清掃作業

売店の清掃作業も、ひまわりで定期的に行っている活動の一つです。

床の清掃や冷凍庫の霜取りなど、決められた手順に沿って作業を進め、清潔な環境を保つことを大切にしています。

清掃作業では、時間を意識して取り組む事や、周囲の方への配慮を学びながら作業を行っています。

「きれいになると気持ち良い。」「自分たちの仕事に役に立っていると感じる。」といった声もあり、成果を実感しやすい活動となっています。



作業を通して、働くリズムを身に着けることや、人との関わりを経験する事を大切にしています。一人ひとりの特性や体調に配慮しながら、無理のないペースで継続できるよう支援を行っています。

今後も、地域とつながりながら、安心して「働く」経験を積み重ねていけるよう取り組んでいきます。

#### 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

#### 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

### ケアハウス秋のドライブ

11月28日(金)入居様は黒井山ヘ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策を楽しめました。



### 秋の行楽弁当



地域の方々に厨房で料理した行楽弁当をお配りしました。メニューは、栗ご飯、天ぷら、きのこの白和え、りんごでした。



### 俳句の会 300回記念

10月24日(金)「カドタ俳句の会」は、節目となる第300回を迎えました。入居様や地域の方、近隣施設の入居様と職員の方が集いました。代表の挨拶に耳を傾けながら、これまでの歩みを振り返り、俳句が結んできたご縁をあらためて感じる時間となりました。



△俳句の会より▽

- ・ほほ笑みの 七福神や 秋暑し
- ・風呂あがり 昔懐かし 涼み台
- ・夕暮に こがねに染めし 稲穂かな



〒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](mailto: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33回研究助成金受賞者(敬称略)

- 岡山大学大学院医歯薬学総合研究科  
精神神経病態学教室 大矢 芳男
- 信州大学医学部医学科  
循環病態学教室 田中 愛
- 京都大学大学院医学研究科 大塚 日花里
- 岡山大学病院  
総合内科・総合診療科 松田 祐依
- 福島県立医科大学医学部 辻岡 洋

### ●第11回 万成地域スポーツ功労賞

- 団体 ・岡山市立京山中学校陸上競技部
- 個人 ・岡山シーガルズ選手 濱田 真友  
・岡山シーガルズ選手 岡野 亜衣  
・岡山シーガルズ事務局 近藤 亜希子

地域交流カフェ **こだま**

2026. 1. 17 (土) 開始 13:00~

場所:こだまの杜 (旧谷山邸) 参加費:100円

ミニ講座  
「変異株? どうしたらいいのインフルエンザ対策」  
講師:石丸信一

今年もよろしく  
お願いします

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

## 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

※午前の診察内容・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	和氣	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 川端	加藤	高橋	小林	清水	阿部
	第2診察室			三野	和氣	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
		窪木	土佐	山本 東	畑中	平井	窪木

## 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。