

Jupiter

ジュピター

2022

冬号

VOL.45

岡山県精神科医療センター理念 | 人としての尊厳を第一に安心・安全の医療をめざします。

福



当センターのシンボルマークは
安心・安全の医療を表しています

ノアの方舟で主人公ノアがハトを放ち、オリーブの葉をくわえて船に戻ってきたところを表しています。安住の地を求めて、安心・安全の医療を追求し進んでいくことをシンボライズしています。

CONTENTS

2 新年のごあいさつ

2 鹿田丸訪問看護ステーションを開設しました！

4 川柳コンクール開催しました！

5 Dr. Yuki Kako Hokkaido 便り

6 各入院棟でクリスマス会をしました！

7 地域連携たより
7 周産期メンタルヘルスのご案内

8 EVENT REPORT

・東古松サニクト診療所 デイケア
・岡山県精神科医療センター デイケア

新年の

2022

ごあいさつ

今年の一文字

逆



院長 来住 由樹

「外来・在宅医療・入院で何ができるか」でなく、「いま患者に必要なことはなにか」を考える。逆からみる。「適応」を、自分の都合、職員の事情で決めない。「あらゆる手立てを駆使して県民ニーズに対応し実現すること」が私たちの使命である。

「逆」 外からみる、裏からみる、主客をひっくり返す。受診する人のニーズには、何にでも取り組む。

今年の一文字

信



理事長 中島 豊爾

儒教で言う四徳は、仁義礼智であったが、商業の発展とともに、五徳として「信」が加えられた。

「信」は、嘘のない真摯な態度を、自他に対して貫くことである。これによって現代社会の基盤は築かれた。

「信」は非常に難しい。現実には、裏切られることもある。そのことを十分に承知した上で信じていれば、納得できるかもしれないが、多くの場合、これが難しい。

どこまで信じてよいか、もう一度己に問いかけてみよう。

新年明けましておめでとうございます。昨年も皆さまのご支援をいただき、無事に一年を終えることができました。

さて、当センターの訪問看護（みなし訪問看護）ですが、病状の不安定な方へ必要な支援をより多く、院内に留まらない幅広い支援が届けられるよう、2021年9月より訪問看護ステーション化に向けて、準備を進めてきました。無事に訪問看護ステーションの指定を受けることができ、同年12月1日より正式に「鹿田丸訪問看護ステーション」として出航（開設）することができました。ご協力いただきました関係機関、当センターの皆さんに感謝申し上げます。

「鹿田丸訪問看護ステーション」は、これまでと同様にリハビリテーション棟1階（医療・生活相談室）に開設しています。スタッフ、支援内容はそのままに、患者さんが自分らしい生活が継続できるよう、困りごとについて相談にのり、ご自宅で自立した自分らしい生活がおくれるよう応援させていただきます。利用するにあたり、手続き・利用料金などご不明な点もお気軽にご相談ください。

最後に、今年も利用者の方にとって最善の支援を届けられるよう、ひとつずつ取り組んでいきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

鹿田丸訪問看護
ステーション
を開設しました!





北海道大学病院附属
司法精神医療センター

Dr.Yuki Kako Hokkaido便り

令和2年10月から令和3年3月まで、当センターに在籍し、現在は北海道大学病院附属司法精神医療センターの開設準備室長を務めている賀古勇輝先生から近況報告が届きました。岡山滞在中の様子や、4月から診療が始まる司法精神医療センター開設準備の進捗状況などをご紹介します。



北海道大学病院附属司法精神医療センター

半年間だけでしたが、本当にお世話になりました。遠い北海道から繋がりもなかった私を快く受け入れていただいた中島理事長、来住院長はじめ、皆さんに感謝の気持ちでいっぱいです。特に医療観察法入院棟の石津先生、高橋先生のほか、スタッフの皆さんには大変お世話になりました。今でも岡山での日々を懐かしく思い出しますが、本当に良い経験をさせていただきました。これほど幅広い領域にアクティブな病院は見たことがなく、患者さんを大事にする文化、とことん深く理解しようとするチーム医療に触れて、目から鱗でした。自

—当センターの
医療観察法入院棟の
勤務はいかがでしたか？

—岡山では、休日は何をして
過ごしていましたか？
また印象に残った食べ物？

分の精神科医人生のターニングポイントになるだろうと思います。半年間はあっという間で、もっと長くお世話になりました。

—北海道大学病院附属司法
精神医療センター開設の
進捗状況はいかがですか？

今年の4月開設に向け、鋭意準備中です。北海道大学病院から4.5km離れた場所に23床の分院として開設されます。北海道初の指定入院医療機関ですが、大学が運営するのも初めてです。分院形式も初めてかと思えます。初めて尽くしで色々な難しさに直面していますが、岡山で学んだことを糧に準備を進めています。開設前研修では来住院長にも講義をしていただき、さらに北海道内の関連病院と合同で行うクローズド研修も岡山県精神科医療センターに依頼させていただきました。

岡山には、フェリーに車に乗せて行きましたので、あちこちドライブに行きました。県内はもとより、直島や鳥取砂丘、金比羅山、しまなみ海道などにも足を延ばしました。北海道以外



(上)札幌市中央卸売市場の海鮮丼
(下)美瑛町「展望花畑 四季彩の丘」

所に…すすきのですね(笑)。昨年、岡山から戻り馴染みの店を挨拶回りして「ただいま」という感じでした。もちろん、自然のお勧めスポットも沢山あります。美瑛の丘や富良野の花畑は毎年のように行きますし、道東釧路湿原、知床、阿寒湖などもお勧めです。北海道にお越しの際は、大歓迎しますので是非お声がけください！

北海道で一番好きな場所はどこですか？

北海道の大自然を挙げたいところですが、あらためて考えてみると自分の一番好きな場



カラフルなネオンに照らされるすすきのビル街

川柳コンクール 開催しました!

新型コロナウイルス(COVID-19)の感染拡大の現状と、職員の感染予防、安全を考慮した結果、残念ながら昨年度に引き続き、今年度も親睦会主催の忘年会が中止となりました。代わりに職員が楽しめるイベントが何かできないかと、中島理事長が「川柳コンクール」を提案してくださいました。

1カ月間募集したところ、65人から全部で167句の応募があり、クスッと笑えるものから、思わず「そういうこと、あるある!」と大きく頷いてしまうもの、目頭が熱くなるものなど、多種多様な川柳が集まりました。

理事長、院長、看護部長、事務局長、事務部長が審査した結果、以下の方々が入賞されました。入賞した句をご紹介しますので、皆さんも一緒に楽しんでいただけたら嬉しいです。

<p>優秀賞</p> <p>鹿田丸 心をつなぐ 定期船</p> <p>いばあさん(1180)</p>	<p>優秀賞</p> <p>体育祭 オリンピックより 見たかった</p> <p>N.Y</p>	<p>優秀賞</p> <p>ありがとう その一言に ありがとう</p> <p>すもも</p>	<p>優秀賞</p> <p>眉描いて メガネで確かめ 福笑い</p> <p>ガツカリ</p>	<p>優秀賞</p> <p>コロナ禍は マスクで年齢 隠せます</p> <p>あまびえ</p>	<p>最優秀賞</p> <p>リモートで 産声あげる 我が娘</p> <p>休みの前の夜はピザポテトとコーラ</p>
<p>事務部長賞</p> <p>子守り業 夫とEテレ いい勝負</p> <p>ひよこ(1180)</p>	<p>事務局賞</p> <p>年忘れ 加齢で自然に 物忘れ</p> <p>華麗と言われた女</p>	<p>看護部長賞</p> <p>ひとぐすり 気づけば自分も リカバリー</p> <p>ねこのばんや</p>	<p>院長賞</p> <p>モニター音 家に帰っても まだ幻聴</p> <p>夜勤明けNS</p>	<p>理事長賞</p> <p>マスク取り 見慣れぬ素顔 君の名は?</p> <p>K山</p>	

地域連携だより

周産期メンタルヘルスのご案内

「産後うつ病かもしれない?」と不安に思っている人はいませんか?
今回は、誰でも起こり得る周産期メンタルヘルスについてご紹介します。

周産期メンタルヘルスとは

女性は妊娠中から産後にかけて、体も女性ホルモンも生活環境も変わり、心が揺れやすくなります。近年、産後うつ病は10人に1人という報告もあり、決して珍しい病気ではありません。早期に受診し、専門家の相談を受ければ回復も早くなります。当センターでは、産前産後の受診を救急でお受けしております。お気軽にご相談ください。



■ 受診の流れ ご予約については、地域連携室へご相談ください。



連携支援

院外の支援機関とも連携します。
(例) 各保健所、地域子育て支援センター、産婦人科、小児科、助産院、訪問看護 など



当センターの母子ケース実績 (令和3年度)

新規受け入れ 平均4.5人/月



外来母子チームからメッセージ

当センターは24時間365日、緊急受診ができる病院です。外来では、安心して日々の様子や困り事を相談していただけるよう、受診された時には積極的に声掛けをさせていただきます。

詳細は地域連携室までお問い合わせください



地方独立行政法人 岡山県精神科医療センター

■ 連携室直通 / tel.086-225-3833 (9:00~16:30) ■ 住所 / 〒700-0915 岡山県岡山市北区鹿田本町3-16
fax.086-225-3855 ■ 代表 / tel.086-225-3821 (24時間対応)



各入院棟でクリスマス会をしました!

12月に各入院棟でクリスマス会を行いました。それぞれ趣向を凝らした内容で、患者さんもクリスマスの雰囲気を十分に味わっていただけたのではないのでしょうか。

中3入院棟

中3入院棟では、ビンゴ大会が盛大に開かれました。美しい白鳥に扮した司会者が患者さんの笑いを誘い、その巧みな話術にスタッフ一同感心していました。豪華景品の中には、寒い冬に大活躍のフリースやモコモコ靴下があり、当たった方はガッツポーズで喜んでいました。スタッフがビンゴの数字を発表する度に大きな歓声上がり、患者さん同士のコミュニケーションの場としても大いに盛り上がりました。

中2入院棟

中2入院棟では、スタッフ一同が子どもたちに喜んでもらえるような出し物を企画しました。子どもと協力して演奏したハンドベル、筋肉自慢の看護師チームは腹筋を鍛えるための話題のあのダンス、コメディカルスタッフと医師チームもコスプレをして難しいダンスに挑戦しました。終始子どもたちの笑いが絶えず、にぎやかなクリスマス会になりました。

西2・西3入院棟

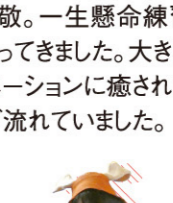
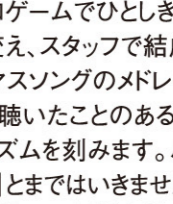
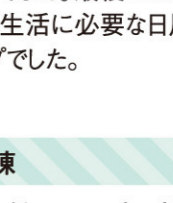
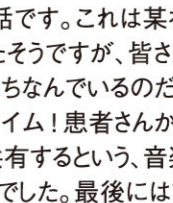
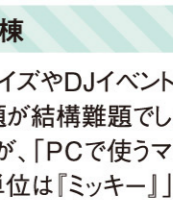
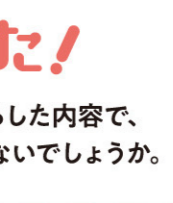
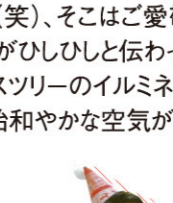
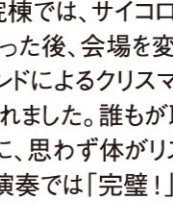
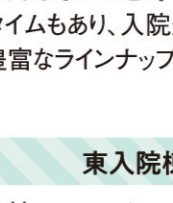
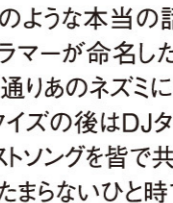
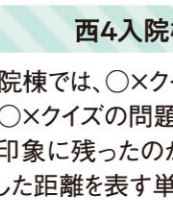
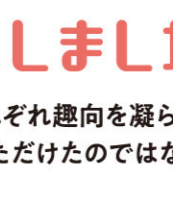
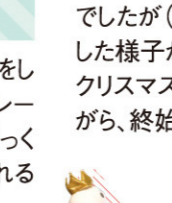
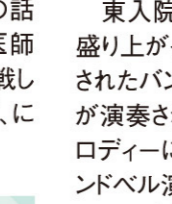
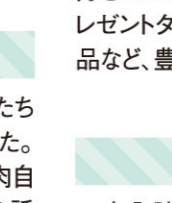
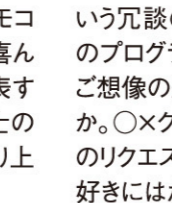
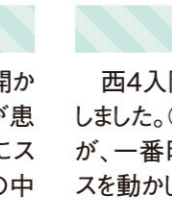
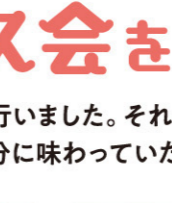
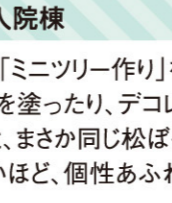
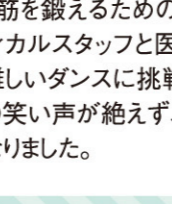
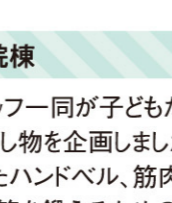
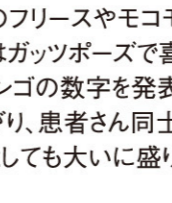
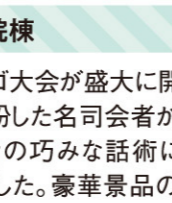
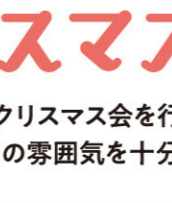
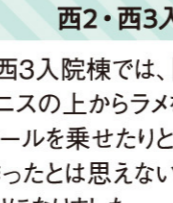
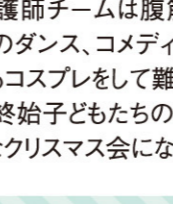
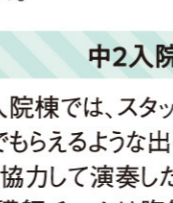
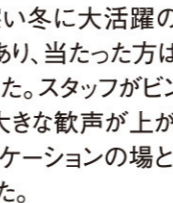
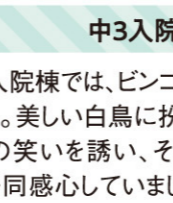
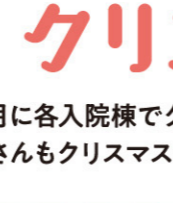
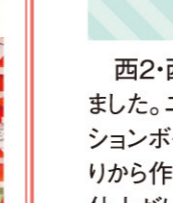
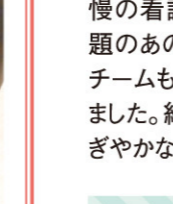
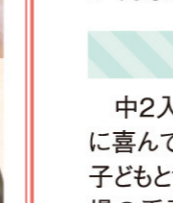
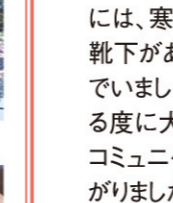
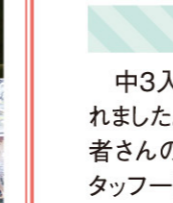
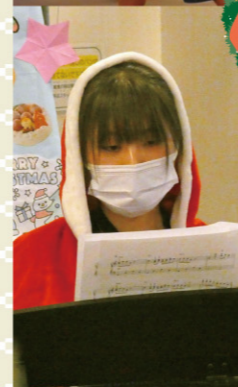
西2・西3入院棟では、「ミニツリー作り」をしました。ニスの上からラメを塗ったり、デコレーションボールを乗せたりと、まさか同じ松ぼっくりから作ったとは思えないほど、個性あふれる仕上がりになりました。

西4入院棟

西4入院棟では、〇×クイズやDJイベントをしました。〇×クイズの問題が結構難題でしたが、一番印象に残ったのが、「PCで使うマウスを動かした距離を表す単位は「ミッキー」!」という冗談のような本当の話です。これは某社のプログラマーが命名したそうですが、皆様ご想像の通りあのネズミにちなんでいるのだとか。〇×クイズの後はDJタイム!患者さんからのリクエストソングを皆で共有するという、音楽好きにはたまらないひと時でした。最後にはプレゼントタイムもあり、入院生活に必要な日用品など、豊富なラインナップでした。

東入院棟

東入院棟では、サイコロゲームでひとしきり盛り上がった後、会場を変え、スタッフで結成されたバンドによるクリスマスソングのメドレーが演奏されました。誰もが聴いたことのあるメロディーに、思わず体がリズムを刻みます。ハンドベル演奏では「完璧!」とまではいきませんが(笑)、そこはご愛敬。一生懸命練習した様子がひしひしと伝わってきました。大きなクリスマスツリーのイルミネーションに癒されながら、終始和やかな空気が流れていました。



EVENT REPORT



東古松サント診療所
デイケア
色々な実りがありました



初めて「サントフリーマーケット」を開催しました

11月6日(土)、サントフリーマーケットを開催しました。デイケア利用者や職員、地域の就労継続支援事業所(5店)から出店していただき、デイケアの庭で実施しました。来場者は93名で、近所の方も49名の方が来てくださいました。ご来場の方にはサントの銀杏を、お子さまにはお菓子をプレゼントしました。地域の方には、高瀬所長の「こころとうまくつきあう」講演が好評で、再度出直し参加し



収穫したさつまいも

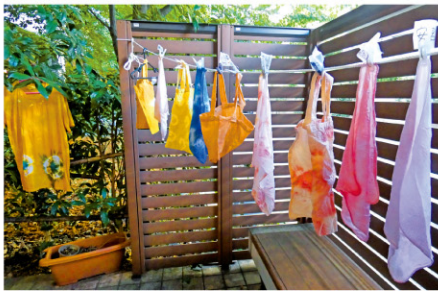


高瀬所長による講演会

てくださる方もいました。また、サントの畑で育てたさつまいもを、11月にみんなで掘って、12月に焼き芋にしました。ねっとりほっくりと美味しく焼くことができました。最近、地震や火災などが多いので12月13日(月)に避難訓練を実施しました。突然の案内でしたが、皆さん慌てず、5分以内には避難し、点呼をすることができました。定期的な練習が必要だなと実感しました。



岡山県精神科医療センター
デイケア
新しいことにトラ(寅)イ!!



鮮やかな色に染まった藍染め・ベンガラ染め

昨春秋、恒例の「染め物レク」を行いました。いつもの草木染め(藍・タマネギ)に加えて、今回はべんがら染めにもチャレンジ。赤やピンク、オレンジが加わって、鮮やかな5つの色を楽しみました。下準備したTシャツやハンカチを、鍋の染料に浸します。皆さん、「どんな色に、模様にならがるんだろう?」と、期待と不安が混じった目で鍋を見つめていました。染め終わって布を干す頃には、その目はキラキラと輝いていました。お互いに、作品を褒め合う場面も。染め物初体験の方も多く、目新しい作業を楽しめました。ペラペラは、吊るされた作品たちで実にカラフルになりました。



プレゼントはお菓子の詰め合わせ



仕上がりを楽しみ

クリスマスはイベント2本立て。まずクリスマススイークには、いらしてくださった皆さんに、応援メッセージを添えたプレゼントをお渡ししました。ラッピングは利用者の皆さんが行いました。そして12月23日(木)にはクリスマス会を開催。デイケアの1階と2階をZOOMで繋ぎ、2部制で「テーマビンゴ」を行いました。これは、季節にちなんだ言葉で行うビンゴゲームです。1階にはカフェがオープン。スクリーンに映し出されるビンゴの楽しい様子を見ながら、ペットボトルのお茶とクマちゃんプリンを黙食しました。今年も色々、趣向を凝らしたレクにトラ(寅)イしていきます!

Jupiter

2022年
冬号
VOL.45

2022年1月31日発行

発行人 中島豊爾
編集人 来住 由樹
発行所 地方独立行政法人 岡山県精神科医療センター
岡山市北区鹿田本町3-16
TEL.086-225-3821(代)
ホームページ <https://www.popmc.jp>
制作協力 (株)あどりえ、ぼう
印刷所 友野印刷(株)



今年はちらし寿司とお雑煮が選べるようになりました

編集後記

新年が明け、早くも1月が終わろうとしていますね。

2月4日は立春、暦の上では春が来ます...と言ってもまだまだこれから寒い日が続くと思えますので、皆さん温かくしてお過ごしください。

皆さんは春になったら何がしたいですか?まだまだ新型コロナウイルス感染症の不安は続きますが、感染対策をしっかりと、自分なりの楽しみを見つけましょうね。

2022年は寅年。「虎」にまつわることわざは数多くありますが、今年「虎の威を借りる狐」にならぬよう、「虎穴に入らずんば虎子を得ず」の精神で仕事に邁進したいと思えます。(事務部 志茂香代子)