

Jupiter

ジュピター

2024
春号
VOL.54

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。



山田理事長より辞令を受ける安井医師



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 新入職員紹介
みなさん、はじめまして!!

5 日本デイケア学会
Report
第28回年次大会福岡大会

6 令和5年度事例研究発表会

6 健康コラム
便秘体操で便秘を改善!

7 地域連携だより
高齢者・障がい者
なんでも相談会のお知らせ

8 EVENT REPORT
・東古松サント診療所 デイケア
・岡山県精神科医療センター デイケア

Introduce a Newcomer

みなさん、はじめまして!!



顔と名前は覚えていただけましたか? 今後ともよろしくお願いいたします。

質問項目 1 職種 2 趣味・特技 3 好きな食べ物 4 苦手なもの 5 好きなアーティスト



14

Rika Fukumori 福森 清香

- 1 看護師
- 2 美味しい焼き鳥屋さんを探すこと
- 3 鍋、焼き鳥、ヨーグルト
- 4 正座
- 5 SEVENTEEN, Maroon 5

09 津波 大地



- 1 看護師
- 2 趣味: 定食屋巡り
特技: バレーボール
- 3 米、焼き芋
- 4 セロリ
- 5 かりゆし58, HY



15

Masahiro Matsuda 松岡 雅大

- 1 看護師
- 2 旅行、サッカー
- 3 天ぷら
- 4 虫
- 5 HY

10 小竹 雅裕



- 1 看護師
- 2 ギター、卓球
- 3 魚料理
- 4 キムチ
- 5 The Beatles



16

Risa Urahama 浦川 里彩

- 1 看護師
- 2 カラオケ
- 3 ラーメン、えんがわ、堅あげポテト
- 4 ゴーヤ
- 5 超ときめき♡宣伝部、backnumber

11 所司 太一



- 1 看護師
- 2 スポーツ(サッカー、フットサル、バレーボール)
- 3 ラーメン、甘いもの全般
- 4 ホラー系
- 5 Mr.Children, SUPER BEAVER, TWICE



05

Yuki Aizawa 相澤 侑希

- 1 看護師
- 2 韓国ドラマを見ること、K-POP
- 3 チョコレート
- 4 パクチー、シナモンなど
癖が強い食べ物
- 5 BTS

01

Yoshiki Arai 安井 伸樹

- 1 医師
- 2 ランニング
- 3 寿司
- 4 掃除
- 5 TWICE

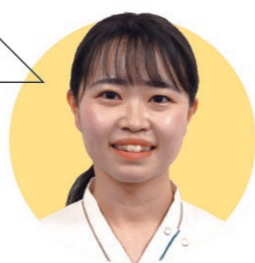


17

Yuki Kanata 桑田 侑季

- 1 看護師
- 2 映画鑑賞
- 3 焼肉
- 4 足が多い虫全般
- 5 B'z

12 宮本 結依



- 1 看護師
- 2 趣味: ショッピング、サウナ、ドライブ、旅行
特技: 書道、硬筆
- 3 天ぷら、だし巻き玉子、蒙古タンメン、ピビンバ、カニ、いちご、梨、グミ
- 4 きのこと、ピエロ、わさび
- 5 ONE OK ROCK



07

Rina Shiraga 白神 璃音

- 1 看護師
- 2 グルメ巡り。最近はラーメン巡りをしていて、みそラーメンでは「くるり」というラーメン屋が美味しかったです。
- 3 母の作るだし巻き卵が好きなので、レシピを教わって自分で作る練習をしています。
- 4 にんじん、食べられるようにはなりたいと思っているので、小さいサイズから食べる練習をしています。
- 5 King Gnu、4人組のバンドですが、特にボーカルとキーボードを担当している井口理さんが好きです。

03

Kazushi Asada 浅田 和志

- 1 医師
- 2 バドミントン、ドライブ
- 3 ラーメン、うどん
- 4 カリフラワー
- 5 Official髭男dism



18

Mami Yamamoto 山本 真由

- 1 看護師
- 2 趣味: 音楽、映画鑑賞、散歩
特技: ヴァイオリン
- 3 茄子の揚げ浸し
- 4 マラソン、絵を描くこと
- 5 プラームス

13 本若 ころこ



- 1 看護師
- 2 映画を見たり、歌を聴いたりすることが好きです
- 3 チョコレート
- 4 生卵が苦手です...
- 5 NCT DREAM, ONF



08

Momo Marumoto 丸本 萌百

- 1 看護師
- 2 趣味: 散歩、テレビ鑑賞、編み物
特技: 書道
- 3 寿司、お好み焼き、ラーメン
- 4 キノコ類、レーズン
- 5 あいみょん、米津玄師

04

Ayaka Kikuchi 菊地 綾香

- 1 看護師
- 2 植物の育成、ソフトボール
- 3 jinラーメン、魚
- 4 雷、節約
- 5 UVERworld, LE SSERAFIM





Report
日本デイケア学会
第28回年次大会福岡大会

Interview

西村明子 精神保健福祉士にインタビュー

- デイケア学会はいかがでしたか？
いろいろな学びがあって、楽しかったです。
- 発表後、発表内容に関して声をかけられましたか？
何人かには声をかけていただいて、お話ができました。こういうやりとりができることが発表の醍醐味だなと感じました。
- 印象に残った講演内容がありますか？
なんといっても教育講演ですね。デイケアを精神科医療の歴史からひも解いて今後を見通すという内容のものが印象的でした。古屋龍太先生(日本社会事業大学 名誉教授)の話が一番インパクトがありました。あとは、いくつかのワークショップです。座談会とかが非常に面白かったです。あとは東古松サント診療所の木下瑠子精神保健福祉士のフリーマーケットの歩みに関する発表もすごく興味深い内容でした。
- デイケアがどんな場所であれば良いと思いますか？
そうですね、地域生活を回復させる場所であればいいと思います。人とのつながりであったり、家族とのつながりであったり、社会生活でのつながりであったり。自分らしい生活を見つげられる場所であったりすると思います。
- デイケアの好きなところは？
なんらかの形で回復している姿を垣間見ることがいいと思います。デイケアを卒業された方が顔を見せに来てくださるの力になりますね。



演題発表を行う木下精神保健福祉士

令和6年3月16日・17日の2日間にわたり、電気ビル共創館&みらいホール(福岡県福岡市)にて「日本デイケア学会第28回年次大会福岡大会」が開催されました。本学会は、「デイケアの再発見」を育み、未来を拓く居場所へ」というテーマの下、久々の対面での学会開催で、演題発表や懇親会などを通じて、親

睦を深めることができました。当センター・東古松サント診療所からは、6名のスタッフが参加し、西村明子精神保健福祉士による「精神科単科病院デイケアの利用者層の変遷と今後の課題」、木下瑠子精神保健福祉士による「東古松サント診療所フリーマーケットの歩み」の演題発表が行われました。大会長特別企画の「デイケア学会の役割と展望」では、大会長である川崎弘昭氏(福岡大学医学部精神医学教室)が司会を務められ、その他4名の名高い先生方から、多角的な視点でデイケアの役割や目的について話を伺う機会がありました。その他シンポジウムやワークショップ、座談会、スィーツ



会場からの質問に答える西村精神保健福祉士



23 土肥 耕介

- 1 精神保健福祉士
- 2 バトミントン
- 3 ひじきの煮物
- 4 チーズケーキ
- 5 斉藤和義



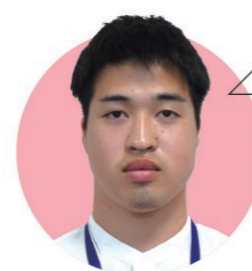
24 杉原 初依

- 1 作業療法士
- 2 旅行、粘土
- 3 炭水化物
- 4 運動
- 5 NCT、相対性理論



25 太田 真愛

- 1 作業療法士
- 2 料理
- 3 海鮮
- 4 チョコ、生クリームなどの甘いもの
- 5 NMB48、=LOVEなど女性アイドルグループ



26 古市 裕樹

- 1 作業療法士
- 2 趣味: 動画視聴
特技: 車椅子バスケットボール
- 3 クレープ
- 4 辛いもの
- 5 和ぬか



27 榎野 太祐

- 1 事務
- 2 筋トレ、ピアノ
- 3 肉、寿司
- 4 梅干し、虫
- 5 矢野顕子、上原ひろみ

Introduce a Newcomer
みなさん、はじめまして!!

- 質問項目
- 1 職種
 - 2 趣味・特技
 - 3 好きな食べ物
 - 4 苦手なもの
 - 5 好きなアーティスト

19 村野井 晃枝

- 1 看護師
- 2 犬飼い
- 3 文旦
- 4 早起き
- 5 BTS



20 大石 いず美

- 1 看護師
- 2 野球観戦
- 3 ケーキ、パスタ
- 4 高い場所
- 5 Official髭男dism、ケツメイシグループ



21 増田 早紀

- 1 看護師
- 2 カラオケ
- 3 コーヒー
- 4 チーズ、生物、納豆



22 藤田 美由紀

- 1 看護師
- 2 趣味は映画鑑賞、パン屋さん巡り
- 3 ハード系のパン、チョコレート
- 4 納豆
- 5 BTS





地域連携室だより

高齢者・障がい者 なんでも相談会のお知らせ

「高齢者・障がい者なんでも相談会」は、高齢の方や障がいのある方が、安心して地域で生活できるように、法律や福祉について相談できる無料相談会で20年間継続して開催しています。今年度からは、弁護士、司法書士、行政書士、社会福祉士、精神保健福祉士、社会保険労務士などの士業団体が参加する「岡山県高齢者・障がい者権利擁護推進連絡協議会」が新たに発足し、この相談会を主催することになりました。

私たちが相談をお受けします！

弁護士、司法書士、行政書士、社会福祉士、精神保健福祉士、社会保険労務士、税理士、介護支援専門員 など



なんでも相談会の様子
(左から)行政書士、社会福祉士、社会保険労務士

Topics

3月に開催された相談会に、精神保健福祉士として当センターのスタッフも初参加しました。

- 高齢の親が認知症になり、成年後見制度を考えているがどうしたらいいか
 - 兄弟で遺産相続をすることになったが、どうしたらいいか
- 家族との関係や暮らしの中で生じる課題について、相談される方多いようです。



(左から)相談会に参加した岡崎精神保健福祉士と黒岡精神保健福祉士

高齢者・障がい者なんでも相談会

開催日 毎月第1土曜日13時～15時(相談終了)
※1月・5月および、第1土曜日が祝日の月は、第2土曜日の開催となります。

会場 岡山県総合福祉・ボランティア・NPO会館
きらめきプラザ 2階(岡山市北区南方2丁目13-11)

電話相談 070-5042-9253 (1件30分)

主催：岡山県高齢者・障がい者権利擁護推進連絡協議会 共催：特定非営利活動法人 岡山高齢者・障害者支援ネットワーク

相談は
無料
(予約不要)



詳細はこちら

お問い合わせ **NPO法人 岡山高齢者・障害者支援ネットワーク事務局**
岡山市北区南方3丁目5番25号 TEL.086-222-0019 <https://www.oka-siennet.org/>



令和5年度
事例研究発表会

令和5年度 事例研究発表会

令和6年1月27日(土)、サンクトホールにて「令和5年度事例研究発表会」が開催されました。
事例研究は、入職3年目の看護師が約10カ月かけて自身の看護の実践を振り返り、理論と結びつけ論文にします。受け持った患者さんとの関わりを思い出しながら振り返ることは、自分と向き合う機会にもなります。

ります。日々の業務をしながら事例研究をまとめることは簡単な事ではなく、担当の指導者と二人三脚で長距離マラソンのようにゴールに向かってペース配分を考えながら進めていきます。提出期限や研究のルールを守ることで、指導者とコミュニケーションをとりながら事例をまとめることは、同時に社会人としてのマナーやスキルも学ぶ経験になります。
今年度は13名の3年生看護師が事例をまとめ発表されました。今年の発表者の論文のテーマやキーワードは多様で、一人ひとりが現場で真摯に患者さんと向き合い、一生懸命に関わってきた姿が見えてくるような事例が多かったように思います。
また、自身の学びだけではなく後進の看護師にも参考になる内容ばかりでした。入職式を迎えた同じ場所でも、堂々と自身の看護を発表される姿は、3年間の確かな成長の証であり、今後、当センターの看護を担う若い世代として、益々輝いてほしいと思います。
(相談支援センター)鹿田



Let's Exercise!!



健康コラム 便秘体操で 便秘を改善!

今回は東入院棟で令和6年1月から始まった便秘の予防、改善に向けた取り組みについて紹介します。その名も「便秘体操」。患者さんが退院後、便秘の予防や改善を意識して生活できることを目標に、東入院棟1年目の看護師が中心となり始まった取り組みです。
東入院棟の作業療法士に相談しながら、どんな動きでどの程度の体操が便秘の改善につながるかを考えながら準備しました。患者さんが楽しみを持ちつつ参加できるように、BGMに流行の曲やバラードなどを、日々使用する曲を変える工夫を行いました。
また、参加を躊躇している患者さんには不安を取り除いたり、参加しやすい環境を設定し、個別で体操の指導を行うことで、多くの患者さんが体操に参加できるようにしています。患者さんから「体操を始めたいから毎日お通じが出ました。」という声も聞かれました。



「今は困ってないけど、こんな動きが便秘にはいいんだなって知ることができた」などの意見もいただき少しずつ取り組みの効果も出てきました。
今後は、患者さんに便秘の予防、改善への意識が定着してもらえるよう、腹部マッサージ、便秘の原因・理由、便秘改善の食べ物、水分摂取量、下痢になった時の薬の調整など繰り返しポスターや講習でお伝えできる環境を整えていきたいと思っています。
入院生活で、便秘の予防、改善に対する知識や意識を高め、退院後、よりよい排便状況で生活をしていただけるよう取り組みを続けていきます。
(東入院棟・看護師/藤原春奈)



EVENT REPORT



東古松サングト診療所
チャレンジ

デイケア



熱々の小籠包とあんまん、いかがですか〜♪

「一月往ぬる二月逃げる三月去る」なんて言葉がありますが、年明けの震災や大谷翔平選手の結婚など、大きな出来事が起こり目まぐるしい3カ月でした。

2月には1年の目玉イベント「サングト祭」を開催。ミニゲーム、表彰式に加え、スタンプと利用者さんが一緒にマツケンサンバを踊り、撮影した動画を繋ぎ合わせ、ひとつのミュージックビデオに仕上げました。最初は皆さん「ダンスなんて恥ずかしい」と参加を躊躇されましたが、あの陽気な音楽が流れ始めると、自然と体が動き始め、恥も忘れノリノリでダンスを踊ることができました。おやつの中には、蒸し器で蒸した熱々の



初チャレンジのオープン陶芸



バレンタインのお返しに、感謝の気持ちを込めて…

小籠包・あんまんを提供しほっと一息つきお腹も温まりました。

また、ホワイトデーには、普段はお菓子作りに参加しない男性利用者さんを中心となりチョコクッキー作りをしました。捏ねる作業は力が必要でしたが、粘り強く丁寧な作業をし美味しいクッキーが出来上がりました。

そして、初チャレンジのオープン陶芸をしました。専用の粘土を用いて、1日目に成型、2日目に焼成・色塗りをしました。皆さん思い思いに小物入れや一輪挿しなどの作品を作りました。

診療所の庭も色とりどりの花で彩られ春を感じる今日この頃です。



岡山県精神科医療センター
春ですね

デイケア



VRSSST (VRゴーグルを活用したソーシャルスキルトレーニング)の様子

寒さが残りつつも、くしゃみの頻度や目の痒さから春の気配を感じる今日この頃、皆さまいかがお過ごしでしょうか。今年は、桜の開花が例年に比べ遅かったのですが、岡山市内の桜が咲いていないことも、デイケアの受付では鮮やかに咲いていました。

この冬から新しく「VRSSST」というプログラムがスタートしました。みなさんはVR体験をしたことがありませんか？思っていた以上に臨場感があり、楽しんで取り組むことができました。眼鏡をかけたままゴーグルを装着することができるとも驚きです。

毎月さまざまなレクリエーションを行っています。3月



パンケーキトッピング全部のせ!



きれいに包めるかな?

は特別なレクリエーションとなりまして。実行委員会を立ち上げ、何をするから、買い出し、当日準備まですべて利用者さんが行ってくださいました。池田動物園、美観地区散策等の意見が出る中、最終的に選ばれたのは「パンケーキクレープ作り」でした。作製・トッピングともにセルフサービスだったため、参加された方は自分好みのパンケーキクレープを上手に作られていました。参加された皆さまが幸せそうに食べられていたので、見ているこちらも幸せでした。

このような楽しい思い出を今後も利用者さんと一緒に作っていったらと思います。

編集後記

新年度が始まり、今年も当センターに多くの新入職員が仲間入りしました。新しい風が入ることで我々も初心にかえることができます。

また、令和6年度より理事長が交代いたしました。前理事長である中島豊爾先生の理念を引き継ぎ、山田了士(やまだのりひと)新理事長のもとで、全職員が患者さんの安心、安全を第一に考え、同じベクトルに向かって進んでまいります。

次号で山田新理事長の紹介をする予定ですので、皆様お楽しみに…。(事務部・志茂香代子)



ぶりぶり会集合写真
看護師1年目、お疲れ様でした〜!!

Jupiter

2024年
春号
VOL.54

2024年4月30日発行

発行人 山田了士
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 ㈱あどりえ、ぼう
印刷所 友野印刷㈱