

For

Our Policy is
" *For* the Society, *For* the Patient, *For* Myself "



Photo by H.SHIMIZU

C O N T E N T S

- 映画紹介 『ふるさとをください』……………1・2
- 『うつ病は治る!』……………3・4
- 就労支援 『障害者の仕事をサポート』……………5・6
- 特 集 『認知症リハビリテーションプログラム』……………7
- トピックス 『食中毒に気をつけて』……………8
- 『病院機能評価について』……………9
- おすすめの一冊 『離人病日記 書くことは生きること』……………10
- 花 言 葉 『バラ』……………10



Story

県庁の職員をしている千草の町に、障害をもった人たちがクリーニングとパン製造の共同作業所を立ち上げた。

町の人々は目を光らせ、町内会長である千草の父を先頭に反対運動をはじめめる。

その頃、千草は共同作業所の職員である明彦と知り合い、彼の案内で初めて障害のある人たちの働く姿に接し共感を覚え始める。

千草も町の人々の反対運動を辞めさせようと一生懸命になるが、父は頑なに反対を続ける。



そのような中、千草は明彦に頼まれ、地域住民への共同作業所説明会開催に向けて呼びかけに協力する。

「何か事件が起きたら誰が責任を取る」

「あんたはここの住民ではない。何か起きたら逃げるんだろう。」

と詰め寄る町内会長に対し、

「私が全責任を取ります。」

「逃げません。住民票をこの町に移しました。」

と名言する作業所の所長。



きょうされん
30周年記念映画
今春3月より
全国縦断公開中!



地域住民たちもひとまず矛を収めるが、反対派の一部が差し向けた妨害が入り大混乱が起こる。

力を落とす千草を励ます明彦。いつしか二人の間に恋心が芽生え始める。

一方、作業所ではメンバーの中に1つのカップルが生まれていた。精神病院での長い入院生活から抜け出して、落ち着いて働き将来を夢見る二人。

双方の両親から結婚を反対された二人を応援し、ゴールインさせたいと願う明彦。話を聞いた千草も、二人の生きる意欲に感動し、明彦と共に懸命に応援する。

そんな中、千草との交際の許しを得るため片倉家を訪れた明彦は、雄二郎から剣もほろろの扱いを受ける。

父と娘の対立は決定的になって・・・

見どころ

脚本はドラマの達人と多方面から引っ張りだこのジェームス三木。長年にわたる共同作業所運動の応援団として、特別の思いが込められた、ノーマライゼーションの原点に迫る人間ドラマ。ロケーションは美しい自然と優しい心にあふれる和歌山で行われました。ハートフルな映像は、観る人の心を癒してくれるでしょう。

きょうされんとは？

旧共同作業所連絡会のことで、日本の隅々で、障害のある人たちの生きること、働くこと、暮らす事を大切にして来た作業所。

作業所が手を取り合い、誰でもが住みやすい地域作りを目指している。



おすすめコメント

入院・入所から在宅へ。福祉の制度が大きく転換するなか、偏見や差別の対象になりがちな障害者たちが、いろんな難しい問題を職員と共に乗り越えながら、地域で少しずつ自分達の居場所を見つけ、地域住民と共に生きて行く、そんな様子が描かれている映画だと思います。

利用者様や患者様に接するなかで本人達に必要な事は何なのか、どうしたらよりよい地域生活を送れるのか日頃より模索していますが、この映画が一つの参考になればと思います。

(文:青陽館 小松美智子)

この映画は全国縦断公開中ではありますが、青森県での上映は予定されておりません。今後劇場公開・DVDレンタルにより観る機会があると思いますので、是非ご覧ください。

うつ病は治る!

警察庁2007年のまとめとして、日本国内で昨年1年間に自殺した人数は33,093人で、このうち「うつ病」が原因・動機とみられる人が約18%、6,060人に上り最多だったことが先日新聞でも取り上げられました。うつ病は適切に治療に結びついていれば、治る病気であり、うつ病による自殺も避けられるはずなのです。



【2008年6月20日デーリー東北掲載】

◆ うつ病とは？

うつ病は、神経伝達物質の働きが不足することでバランスが崩れ、感情をコントロールする機能が弱くなってしまいます。治療をせずにいると、重症化・長期

化してしまいますので、単なる心のしずみと捉え違いせず、「病気」と理解することが必要です。

◆ どのような症状？

普段の生活の中で気が滅入ること、身体のだるさを感じることは誰にでも起こりえることですが、うつ病の憂鬱な気分は一過性の気分の落ち込みとは違い、2週間以上持続するという性質をもっています。また、質的にも「興味・関心の減退」「おっくう感」「不安感」など独特

の気分の障害が生じます。この気分の障害から繰り返し自殺について考えるようになります。うつ症状が軽い場合にも、見た目は普段と変わらず誤解されることや、やる気の出ない状況に焦り無理を続け症状を悪化させることもあります。

～精神症状～

- 気分の落ち込み
- 憂うつ
- 集中力低下
- 強い焦燥感
- 自殺への思い
- 興味や喜びの喪失 等



～身体症状～

- 睡眠障害 (不眠または睡眠過多)
- 食欲低下・増加
- 体重の減少
- 疲れやすさ
- ホルモンの障害
- 吐き気・便秘・下痢 等



◆ うつ病の治療

治療は**お薬での治療**が中心となります。症状の経過を観察しながら個々の症状に応じた治療が行われます。

また、十分な休養をとることが必要

です。抱えている仕事や家事などの荷物をおろして疲れた心と体を十分に休めてあげましょう。

◆ 精神科の診察とは？

診察から治療の流れは普段風邪などで病院へ行ったときと同じです。精神科医との対話が中心で問診を行ったあと、薬

による治療が行われます。内科に行ったときより少し会話が多いものとお考えください。

◆ うつ病の予防

- 自分自身を知る
- マイペースでゆとりある生活を送る
- 1人で抱え込まない
- 生活や環境の変化に注意する

- 行動：記録や日記をつける
趣味探しの時間を作る
- 相談：人に頼る
カウンセリングを受ける
相談窓口の活用

◆ 受診について

風邪や内科的な疾患などはいち早く受診するのに対し、うつ病はなかなか受診に踏み込みにくいイメージがあるかもしれません。当院の場合、受診は予約制となっておりますので、お電話にて連絡していただきご相談を承り受診日の決定をします。

また受診の当日、あまり人目に触れたくない、待つのが苦痛というときには電子呼出器を使用していますので、車内や外など待合室以外で待つことも可能です。受診について不安などの相談にも対応致しますので、ご遠慮なくお申し付け下さい。

人はそれぞれ違うこと、世間一般に言われる幸せ像に合わせていく事が適当なのか考え、自分流の生き方を尊重していけば良いと思います。苦しいとき・辛いときは1人で無理する必要はないのです。

<青南病院のご案内>

診療科：精神科・神経科・内科・心療内科
外来診療：月曜日～土曜日
午前9：30～ 午前11：30
日曜・祝日休診

- ※ ただし、新患・急患の方はこの限りではありません。
- ※ 待ち時間軽減のため「予約制」で行っています。

障害者の仕事をサポート

これまでの障害者施策は、地域生活のサポートに重点を置いていましたが、これからは働いて収入を得て「自分らしい生活」を手に入れるための動きになっています。働きたい、という思いを持った障害者が増える中、国の施策でも、障害者の「就労をサポート」する動きが活発になってきました。そこで、今回、障害者の就労をサポートする事業をご紹介します。



今すぐ一般企業では働く事が難しい・・・
でも、少しでも多くの賃金を得て生活したい・・・



【就労継続支援A型－雇成型】
65歳未満の方に、雇用契約に基づく就労の機会を提供し、就労に向けてのトレーニングを行います。

Point 最低賃金が保障される

今すぐ一般企業では働く事が難しい・・・
でも訓練をして将来は、一般企業で働きたい・・・



【就労継続支援B型－非雇成型】
働く場を提供し、就労への移行に向けてのトレーニングを行います。

Point 長期間じっくり訓練ができる

トレーニングをしながら早く就職したい・・・



【就労移行支援】
一般企業等への就労を希望する人に、一定期間、就労に必要なトレーニングを行います。

Point 支援の利用は原則1回に限り、利用期間は更新できる

* サービス利用には、利用料が発生しますので、ご注意ください。

障害者の「働く場」をサポート

多くの障害者が社会に出て働く為には、障害者を受け入れる企業側にもメリットを感じる体制が必要となります。しかし障害者が支援を受け働く体制が整っていても、障害を理解した雇用先がなければ障害者の就労は成り立ちませんそこで、国は**発注促進税制**を創設し、企業が障害者施設等に発注するきっかけを作り、障害者が働きやすい環境をつくる取り組みがされています。



■発注促進税制とは？

企業から障害者施設などへの発注額が増えた場合に、発注を行った企業に対して法人税等の税制優遇をするものです。発注額が前年度より増えた場合、企業に対し税制優遇（減価償却資産の割増償却）が認められ、法人税や所得税の納税額が軽減されます。



■税制優遇対象者
青色申告者である全ての法人又は個人事業主

(例) 発注額
前年度→200万
今年度→500万
↓ 300万円増

税制優遇・納税減額

■対象となる発注先
○就労移行支援事業所
○就労継続支援事業所 (A型・B型) など

■適用期間
● 企業 (法人)
平成20年4月1日～平成25年3月31日
● 個人事業主
平成21年1月1日～平成25年12月31日

■障害者就労施設・事業所での取組例
・クリーニング ・清掃
・包装・組立て ・印刷
・パン ・弁当
・作業服 ・部品 など

青明舎での相談や利用は無料です。
就労やその他生活に関する
ご相談も受けておりますで、
どうぞお気軽にお立ち寄り下さい。

【障害者の就労に関する相談・お問い合わせ】

地域生活支援センター 青明舎
開所時間：10：00～17：00
※月曜日を除く
連絡先：0178-70-2088
メー ル：seimeisha@seijin.or.jp

「認知症予防・改善を図るプログラム」

認知症高齢者に提供されるリハビリテーションプログラムは、機能訓練、歌、ゲームに代表されるように、あらかじめ時間を設定して行われる活動と思われがちですが、実は24時間すべての生活が対象になります。

目的や効果も様々であり、身体機能の向上を図るもの、精神の安定を図るものなど、個人に合わせたプログラムの選択が重要になります。ここでは、認知症高齢者が生き生きとした生活を送る為のプログラムと、近年注目されている認知症を改善・予防するプログラムを紹介致します。



効果的なリハビリテーションプログラム

〔身体的能力に効果がある〕

楽しみながら体を動かすことで、身体機能の維持・向上を図る

風船バレー、
ゲートボール、
散歩 など



〔精神安定を図る〕

楽しさ喜びの体験を取り戻すことで安定を図る

趣味活動、園芸、音楽、アロマセラピー、動物との触れ合い、縫い物、日曜大工、書道、将棋、お茶 など



〔脳の活性化を図る〕

●学習トレーニング

簡単な読み書きや計算、音読などを個々の能力に応じて実施する事で、脳の活性化を図る

●回想法

かつて自分が体験した事を語り合い、過去のことに思いをめぐらせることで、生き生きとした生活を取り戻す



ここでは、代表的なプログラムを紹介しています。ここに書いている以外でもご本人様が趣味としていたこと“やりたいこと”を出来る環境の提供が望ましいです。“役割作り”をし、目的をもっていただくことが理想的です。また、無理なく楽しさを感じる事ができるもので、少しでも向上的という気持ちで行うことが大切です。

これらのプログラムは高齢者通所リハビリテーション施設南陽館でも実施しています。

南陽館のご案内

定休日：なし

営業時間：10：00～19：00

(送迎8：00～)

延長サービス 20：00まで

TEL：0178-27-3009



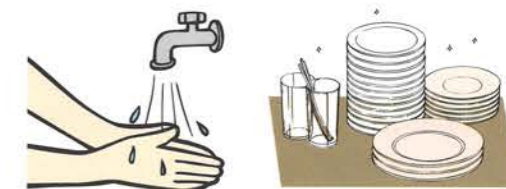
食中毒に気をつけて！

近年のノロウィルスの流行などにより食中毒は年間を通して発生するようになりましたが、やはり高温多湿なこれから多発してきます。全食中毒の9割が細菌性で、細菌たちは目には見えてませんが簡単な方法を行えば、予防することができます。

食中毒にはこのような種類があります

- ① 細菌性食中毒
O-157やサルモネア菌などの各種
- ② 化学性食中
食品に洗剤や薬品などが混入
- ③ 自然毒性食中毒
毒キノコや自家調理のふぐによるもの

！ 食中毒の予防策



買い物時の注意

- 生鮮食品は新鮮なものを購入する
- 表示のあるものは、消費期限などを確認する
- 冷蔵、冷凍する食品は、購入後寄り道せずに冷蔵庫へ入れる

調理の下準備をするとき

- 手洗いの励行
- 使用後の台所用具は洗剤、流水でよく洗い、熱湯をかける
- 肉や魚を切った包丁やまな板で、そのまま野菜や果物を切らない。一度洗ってから熱湯をかけた後に使用する
- 長時間の解凍は避ける
- 繰り返しの冷凍・解凍は、細菌の増殖が起こるので避ける

食事をするとき

- 食卓につく前に手を洗う清潔な手で
- 清潔な器具を使い、清潔な食器に盛りつける
- 調理前後の食品は室温に長く放置しない

家庭で保存するとき

- 肉、魚は容器やビニール袋に入れ、他の食品と触れないようにする
- 冷蔵庫を過信せず、冷凍・冷蔵庫に詰めすぎない(目安は7割)
- 正しい温度維持(冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下)

調理をするとき

- 加熱して調理する食品は十分に加熱する。中心の温度が75℃で1分間以上が基本！
- 料理を長く中断する際は、冷蔵庫にしまい、再び調理するときも十分に加熱する

残った食事

- きれいな容器、皿を使い、小分けして冷蔵庫・冷凍庫へ入れる
- 温め直すときも十分に加熱する
- ちょっとでも怪しいと思ったら、食べずに捨てる

日本医療機能評価機構 認定取得

病院機能評価について

～医療の質の保障を意味するもの～

医療機能評価について

平成9年に“医療機関が質の高い医療サービスを提供していくための支援”を目的に、医療機関の第三者評価機関として日本医療機能評価機構は設立されました。そしてその評価項目・内容は、ここ10年で社会的ニーズや医療情勢を受け、3度にわたる改定が行われ、2005年7月よりVer.5という新しい評価基準になりました。今回のVer.5での評価で何が問われるかと言いますと、“患者側に立った”安全・安心な医療提供のシステムとその運用が適切に行われているか?にあります。またこの認定制度では、1度認定を受けた後にも、5年毎の更新受審が義務付けられており、そのことによって医療の質を維持・向上を図っていかねばならないこととなっています。

当院も5年前に病院機能評価を受審し、八戸市内の精神科病院として初めて認定(Ver.3)を受けましたが、今回更新の時期を迎え、各職種チームの協力のもと準備作業に取り組み、無事更新認定を頂くことが出来ました。

これからも患者様やご家族のため、そして地域のために、満足していただける医療サービスの提供をしていきたいとスタッフ一同日々努力しております。



受審認定状況

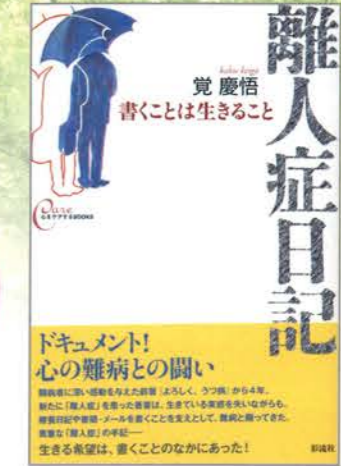
日本医療機能評価機構の設立当初は、わずか125の病院が受審・認定を受けるに留まっていたましたが、2007年6月15日の時点では、2,503の病院が受審・認定を受けています。この数字は、全国の病院数が約9,014施設といわれることから、その認定率は27.7%にも上ります。ちなみに青森県内を見ると当院を含めて16施設の病院が現在認定を受けていますが、その認定率は14.7%と全国平均(27.7%)に比べるとまだまだ低い現状にあります。



..おすすめの一冊..

「離人症日記 書くことは生きること」

生きている実感を失いながらも書く事を
支えとして闘ってきた。うつ病に加え新たに
離人症を患った著者の闘病記録。



【所感】

「離人症」に関する闘病記は現在ではこの本ただ一冊。いかに認知されていない病気かが分かります。この本からは自身や社会、生きることへの苦悩や葛藤がストレートに伝わり、少しテーマの重さを感じますが、闘病生活を送る中での著者の心理に興味を覚え時間を忘れ読み続けてしまいました。

「人生の苦悩や辛酸を潜ってきた人ほど、生命の尊さを感じ得る」と著者は言います。

無気力・無関心・全身倦怠感等に加え、生きている実感さえ失い二重の苦悩を抱えながらも療養日記や手紙、メールを通して「書くこと」を生きる軌跡とし、支えとして難病と闘ってきた著者の姿勢に心を打たれました。障害をもつ方々に対して医療・福祉サービスを提供する中で、苦しみ、生活のしずらさを十分に私たちは理解してあげているのだろうかと考えさせられる一冊です。

(文:南山苑 田村美月)

花ことば

- 名前由来■ 薔薇(バラ)の色"rosa"はラテン語で「赤い」という意味。
- 花言葉■ 愛・美・温かい心・私はあなたにふさわしい

バラ

■バラの効果■

その香りと美しさのため、今や世界中で最も愛され、最も広く栽培される園芸用の花です。観賞用のみならず、古くからジャムやお茶にされたりアロマオイルや上質の香水として活用されてきました。その他下記のような効果もあります。

- ・ストレスを和らげるリラックス効果
- ・肌を活性化する美肌効果
- ・冷え性予防
- ・消化器官の活性化
- ・更年期障害の軽減
- ・体臭・加齢臭・口臭予防

愛と美の女神アフロディーテが生まれたときに大地が生み出した花だといわれています。バラの完璧な美しさを見た神々は、神の酒を注



いでその美しさを褒め称えたそうです。このことから、バラはアフロディーテの花とされることとなりました。

また、「古今集」には薔薇(そうび)が詠われており、鑑賞に供されました。中国では「四季花のある」ことから、長春花(ちょうしゅんか)と呼ばれています。

私達の理念

みんなのために

すべての人達に、分け隔てない最善の医療を提供するよう努め、社会のニーズに応じて、自分達の出来る事を、実直に行ってまいります。

あなたのために

利用者本位を基盤とした、こころ暖かな医療環境と安心して受けられる安全な医療の提供に努めます。

わたしのために

自分達の仕事に誇りと責任を持ち、自らに満足いく仕事内容であるよう専心いたします。

[診療・ご利用案内]

精神科・神経科・内科・心療内科 **青南病院** ☎0178-27-2016

●受付時間 8:30~11:30 午後は予約診療となります。土曜日午後・日曜日・祝祭日休診
医療機能評価認定病院です。

通所リハビリテーションセンター **青陽館** ☎0178-27-2016

●様々な社会復帰に向けたプログラムを用意しています。

介護老人保健施設 **南山苑** ☎0178-27-3027

在宅介護支援センター ☎0178-46-5222

高齢者通所リハビリテーション施設 **南陽館** ☎0178-27-3009

●入所及びショートステイ、デイケアなどお気軽にご相談ください。

認知症対応型共同生活介護 (グループホーム) **南寿の里** ☎0178-27-3027

●家庭的な雰囲気を提供いたします。気軽にご相談下さい。

精神障害者生活訓練施設 **青山荘** ☎0178-27-6638

●自立・社会復帰・社会参加のお手伝いをいたします。

精神障害者福祉ホーム **青風荘** ☎0178-27-7658

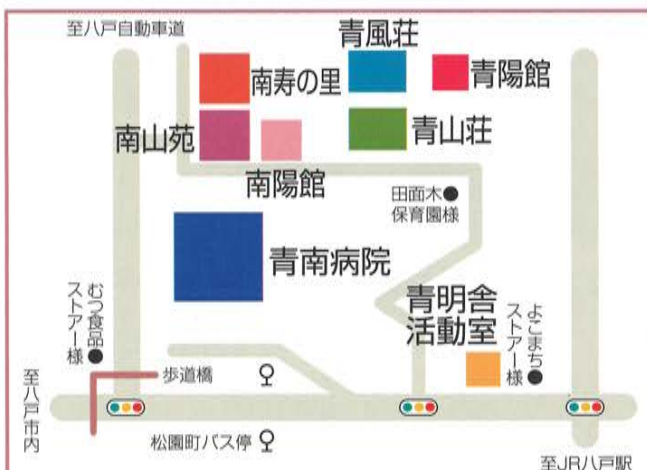
●入院の必要性はなく、住居の問題や多少の身辺自立に問題ある精神障害者が対象になります。お気軽にご相談ください。

障害者地域生活支援センター **青明舎** ☎0178-70-2087

●地域で生活を送る障害者の生活をサポートします。 ☎0178-70-2088

訪問看護ステーション **五福** ☎0178-41-1622

●営業時間 月~金曜日 8:30~17:30
営業日・営業時間外の訪問についてもご相談に応じます。24時間体制で看護相談に応じます。



《交通アクセス》東北本線八戸駅よりバス約6分、八戸ICより車約1分

当法人では意欲のある人材を募集しています。



Photo by H.CHIBA

発行者／医療法人青仁会
千葉 潜

発行日／平成20年7月20日
年2回発行