

For

Our Policy is “For the Society , For the Patient , For Myself”



「城ヶ倉大橋からの紅葉」 Photo by Y.Miyakawa

CONTENTS

- おすすめシネマ『人生、ここにあり!』 1・2ページ
- 特集 施設紹介『小規模多機能型居宅介護 南天の郷』 3・4 ページ
- 病気について『廃用症候群』 5 ページ
- おすすめの一冊『スタンフォード式 最高の睡眠』
「究極の疲労回復」と「最強の覚醒」をもたらす超一流の眠り方 6 ページ
- 花言葉『ツワブキ (石落)』 6 ページ

本誌は視認性が高く、読みやすいデザインで制作しています。

人生、 ここにあり!

SI PUÒ FARE



これは、イタリアで始まった
本当の“しあわせ革命”

～ 合言葉は “Si Puo Fare (シ・プオ・ファレ)!” やればできるさ! ～

ストーリー

1983年、活気あふれるミラノ。労働組合員の**ネッロ**は正義感が強く、労働の近代化や市場に対し情熱を傾ける熱血漢だが、型破りな活動をした為、ある日所属していた組合から異動を命じられてしまう。

そうして行き着いた先は、なんと「協同組合180」と呼ばれている、精神病院から出された元患者たちの協同組合だった!?

そこにいたのは、病院から出て自由な社会生活を送るところか、毎日を無気力にただ過ごしている患者たち。ここでも持ち前の熱血ぶりを発揮せずにいられない**ネッロ**は、施すではなく、自分で仕事をしてお金を稼ぐことを彼らに持ちかける。早速みんなを集めて会議を開くも、個性豊かなメンバーたちは、バラバラで全く会議とは言えない状態に…。

それでもなんとか“床貼り”の仕事をする事が採択され、**ネッロ**は彼らと共に、この無謀とも言える試みに挑戦する。しかし、精神障害者ということで自分の家の床を触らせようとする人間など誰もいない

うえに、数少ない練習を兼ねた現場でも組合員達が次々失敗する始末。そう、お金を稼ぐなんて夢のまた夢…。

そんなある日、仕事現場でアクシデントが起こり、みんなの人生が180度回転するようなチャンスが巡ってくる。

1978年、イタリアではバザーリア法の制定により、次々と精神病院が閉鎖。「自由こそ治療だ」という画期的な考え方から、それまで精神病院に入院していた患者たちを地域に戻し一般の社会で暮らせるようにした。

本作は、そんな時代に起こった実話を基にした傑作となっている。これまでイタリアでも語られることのない実話をコメディ仕立てに練り上げた本作は同国では40万人を超える動員で異例の大ヒット!1年以上に及ぶ超ロングランを記録し、社会現象にもなっている。



見どころ

本作の見どころは、キャスト達のリアルな演技です。彼らは本作の撮影の前に、実際の精神科病院や精神医療施設の研修をしており、実際の精神医療現場を見て、役作りを行っているとのこと。

テーマから重い感じがするかもしれませんが、ユーモアや温かみのあるストーリーですので、見終わった後には元気になれる映画です。



2008年/イタリア/イタリア語/111分
2011年/日本/日本語字幕/日本語吹き替え
配給・宣伝:エスパース・サロウ
DVD発売・レンタル中

解説: 我が国では…。

かつて欧米諸国では数千人の大規模な精神病院がたくさんありました。社会から隔離して収容していたのです。それらを閉鎖・廃止して地域社会へ移行させたのですが(国の経済事情です)、多くの患者は浮浪者や刑務所行きになりました。治療の環境も悪くなっています。

イタリア精神医療がモデル的に宣伝されるのは北部の豊かな地方だけです。ほとんどの先進国で、これらの急激な病床削減は失敗だったと認めています。

地域社会の中に、しっかりとした「受け皿」となる支援や福祉の体制が必要で、何よりも偏見や危険視による排除などを無くすることが大切です。

我が国は先進国の失敗の轍を踏まないように、慎重に地域移行を進めなければなりません。



小規模多機能型 居宅介護

南天の郷



デイサービスの
迎えが遅くて
仕事に間に合わない…



夕ご飯の準備が
間に合わないから本当は
夕ご飯を食べてから
帰ってきてほしい…

南天の郷には他の介護サービスには無い 特別なサービスがあります

●介護する人の生活に合わせた通いサービス

朝早くから夜遅くまでの利用が可能で、急な延長をする場合でも延長料金は不要です。介護の為に仕事を辞める…そんな心配はありません！安心して仕事と介護を両立する事が出来ます。
○通い対応時間：7時～21時まで（送迎希望の方は8時～18時）



昔習った茶道に挑戦

●いつでも顔なじみのスタッフが対応

『通い』『訪問』『宿泊』…通常では別々の事業所で利用するサービスを、一箇所で全て利用出来ます。いつも同じスタッフが対応しますので、気兼ねなくサービスが利用できます。



身近な悩みも一緒に解決

●医療との連携で安心サポート

看護師が常駐していますので、急変時も心配ありません。隣接しているあおぞらクリニックと連携し、必要な時には医師の助言を受ける事が出来ます。



●定額で使い放題!お得な利用料

利用回数に関係なく、料金は月額で定額制です。介護サービスを毎日利用すると、ひと月で数万円とかかってしましますが、小規模多機能では定額制の為、何回利用しても金額は変わりません。

- 利用例**
- 要介護2で訪問サービス(1日2回、20分)と通いサービス(週2回)利用した場合の比較
 - ・従来のサービス…介護保険一部負担金で間に合わず、自費も含め約5万前後。
 - ・南天の郷 …… 通いと訪問を何回しても基本料金は15,167円(加算による変動あり) ※食費、宿泊費は別途頂きます。



ご家族の送迎で利用時間が広がります

Aさん(男性の家族から)

朝は父と7時30分と一緒に家を出て事業所へ。帰りはスーパーで買い物をしてから迎えに行き、一緒に帰っています。残業がある時は電話一本で夕食を頼むことができ、残業が終わるまで過ごしてもらっています。職場の飲み会や旅行などがある時は、宿泊を利用(当日の急なお願いでもOK!)出来る為、仕事もプライベートも充実しながら介護を続けています。介護離職をせずに済んで助かりました。

Bさん(女性の家族から)

市内で一人暮らしをしている母が心配で、気にはしているが、県外で暮らす私も生活があり中々様子を見に行けず…。一時は仕事を辞めないといけないと思っていましたが、南天の郷のスタッフさんが一日一回様子を見に行き下さり、毎週連絡を下さるので安心してお任せ出来ています。電球の交換から冬の雪かきまで、細かいところも手伝ってくれるので母も感謝しています。



健康状態もしっかりチェック

来れば元気になれる

正月恒例餅つき大会



節分は豆まき



昔ながらの遊びも満喫



カルタ取りに熱中



子供達と一緒にハロウィンを

私達と楽しい時間を過ごしませんか?

身近な事から介護申請まで親身になって解決します。まずはお気軽にお電話下さい!

お問い合わせ：(0176)58-5320 担当：田村・山田



廃用症候群



廃用症候群とは？

廃用症候群とは過度に安静にすることや、活動性が低下したことによる身体に生じた様々な状態をさします。特に高齢者に多く、ベッドで長期に安静にした場合には、疾患の経過の裏で生理的な変化として様々な症状が起こり得ます。病気になれば、安静にして、寝ていることがごく自然な行動ですが、このことを長く続けると、廃用症候群を引き起こしてしまいます。



特徴的な症状

身体的な症状

筋肉の衰え・関節が動きづらい・骨が脆くなる・心機能低下・立ち上がった時のふらつき・飲み込みが悪くなり肺炎・血管が詰まりやすくなる・逆流性食道炎・尿路結石・尿路感染症・床ずれ 等

精神的な症状

うつ状態・せん妄(軽く意識が朦朧とし、混乱した言動・見えないものが見える)・見当識障害(日付や場所がわからない) 等

廃用症候群の原因

過度の安静やあまり身体を動かさなくなると、1週間で10~15%の筋力低下が起こると言われています。高齢者では2週間の床上安静でさえ下肢の筋肉が2割も萎縮するともいわれています。

筋肉がやせおとろえ、関節の動きが悪くなる事で、さらに活動性を低下させて悪循環をきたし、更に全身の身体機能に悪影響をもたらします。最悪な状態では、寝たきりとなってしまふことがあります。

廃用症候群のケア・予防

高齢者が一度廃用症候群になると、元の状態まで改善させることは難しくなります。つまり廃用症候群は治療よりも予防が重要です。予防するためには、できるだけ寝た状態を存続させないようにします。座る時間を増やしたり、ベッド上で腕や足を動かす運動を行います。人とのかわりが薄れると精神機能の低下をきたすので、言葉をよくかけ、会話を多く持ち、面会をよくするようにしましょう。

青南病院のご案内

診療科: 精神科・神経科・心療内科・内科
外来診療: 月~土曜日 9:30~11:30

TEL 0178-27-2016

あおぞらクリニックのご案内

診療科: 精神科・心療内科・一般内科
外来診療: 月~金曜日 10:00~18:00

TEL 0176-58-0909

おすすめの1冊 スタンフォード式 最高の睡眠

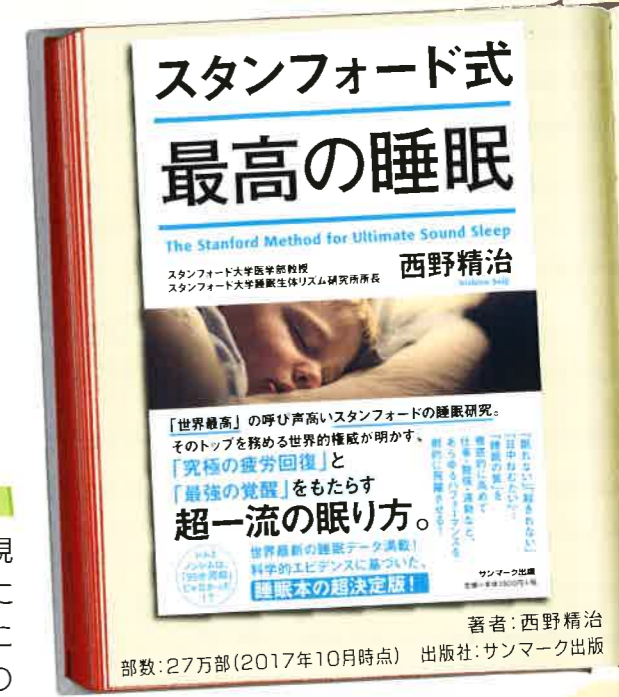
「究極の疲労回復」と
「最強の覚醒」をもたらす超一流の眠り方

書籍紹介

睡眠研究の最先端であるスタンフォード大学医学部の現役教授が教える「最高の睡眠」とは? 時間のない現代人にとって質の良い睡眠を得る実践方法を、科学的根拠を基に分かりやすく説明しています。また、睡眠と健康(免疫力の向上等)の関係も理解できる本です。

所感

「睡眠」とはただ眠る事ではなく、その質により目覚めている時の質も左右するという事がよくわかる本です。免疫力アップし、最高の仕事をする為の睡眠の方法・工作中的眠気を払う方法を知りたい方は、是非ご一読をお勧めします。
(文 南天の郷 金子 恭子)



花ことば 花言葉: 「謙譲」「困難にまけない」

ツワブキ(石路)

科・属名: キク科

葉の形がフキの葉に似ていることから「路」の名がついています。葉の表面に艶があったことから「ツヤブキ」となり、さらにそれが変化して「ツワブキ」と呼ばれるようになりました。



クリスマスイルミネーションのご案内

三沢市にある当法人関連施設、ライフコミュニティーパークみさわでは、毎年クリスマスイルミネーションを開催しております。ブルーを中心に多くの電球で装飾された庭は、観光スポットに匹敵するほどです。皆様、一度足をお運びになってみてはいかがでしょうか?



クリスマスイルミネーション

日時: 平成29年12月23日(土)~25日(月) (17:00~21:00)
場所: ライフコミュニティーパーク みさわ
三沢市中央町4丁目1-2 (旧:三沢市立病院跡地)
三沢市役所通りを三沢駅方向へ直進、セブンイレブン裏
問い合わせ先: 0176-58-5320 長濱まで

青仁会のご利用案内

精神科・神経科・心療内科 **青南病院** TEL 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** TEL 070-6955-5453

●様々な社会復帰に向けたプログラムを用意しています。

はちのへ認知症疾患医療センター

●認知症の対応や治療等お気軽にご相談ください。 TEL 0178-27-5977

介護老人保健施設 **南山苑** TEL 0178-27-3027

高齢者通所リハビリテーション施設 **南陽館** TEL 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下さい。

認知症対応型共同生活介護(グループホーム) **南寿の里** TEL 0178-20-9898

●家庭的な雰囲気を提供いたします。気軽にご相談下さい。

訪問看護・介護ステーション **五福** 看護 TEL 0178-70-1622 介護 TEL 0178-32-0088

●営業時間/8:30~17:30(月~金曜日)
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時間体制で対応します。

サービス付き高齢者向け住宅 **悠湯の里** ♨️天然温泉 TEL 0178-27-8888

●高齢者単身・夫婦世帯が安心して暮らせる住まいです。

ライフコミュニティパーク みさわ

住宅型有料老人ホーム **南風苑** TEL 0176-58-5321

●高齢者が自分らしく暮らせる、ぬくもりのある施設です。

小規模多機能型居宅介護 **南天の郷** TEL 0176-58-5320

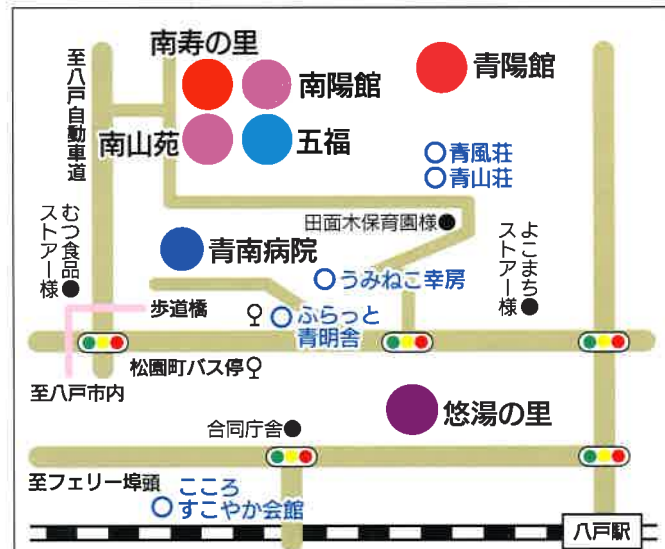
●住み慣れた自宅で生活したい「思い」を応援します。

サービス付き高齢者向け住宅 **悠楽の里** TEL 0176-58-5323

●悠々自適な快適生活を楽しめます。

心療内科・精神科・一般内科 **あおぞらクリニック** TEL 0176-58-0909

●受付時間/9:00~12:30 14:00~17:45
診療時間/10:00~(土曜日・日曜日・休診)
●三沢市と周辺市町村の方々のメンタルヘルスと健康管理に貢献します。
●デイケア/月~金 9:30~16:30(昼食付)



当法人では意欲のある人材を募集しています。

ホームページ <http://www.seijin.or.jp/>

連携施設

公益財団法人 **こころすこやか財団** TEL 0178-27-7094

地域生活支援センター **青明舎** TEL 0178-70-2088
コミュニティスペース **ふらっと**

生活訓練施設 **青山荘** TEL 0178-27-6638

グループホーム **青風荘** TEL 0178-27-7658

グループホーム **あおぞら・あおば・あおめ**

在宅介護支援センター **たえみ(多笑)** TEL 090-1060-7094

若年認知症サポートセンター **ゆえみ(結笑)** TEL 080-2808-3337

若年認知症サロン **ゆうき(結喜)**

障害者就業・生活支援センター **みさわ** TEL 0176-27-6738

認知症対応型通所介護事業所 **結び家** TEL 0178-51-6131

居宅介護支援事業所 **ケアプランセンター まゆすい** TEL 0178-27-7211

青森県 **若年性認知症 総合支援センター** TEL 0178-38-1360

NPO法人 **ハート・ライフ**

※平成28年6月12日「メンタル・ケア・サポート」から改名

障害者就労支援施設 **うみねこ幸房** TEL 0178-27-7093

家族会 **知恵の輪**



「ななかまど」 Photo by M.Sakamoto

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、実直に行っていきます。

あなたのために

利用者本位を基盤とした、こころや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、自らに満足のいく仕事内容であるよう専心いたします。

発行者/医療法人青仁会 千葉 潜
発行日/平成29年12月15日 年2回発行
※この冊子はスタッフにより作成されています。