

## 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  
●高齢者単身・夫婦世帯が安心して暮らせる住まいです。 TEL 0178-27-8888

### 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。

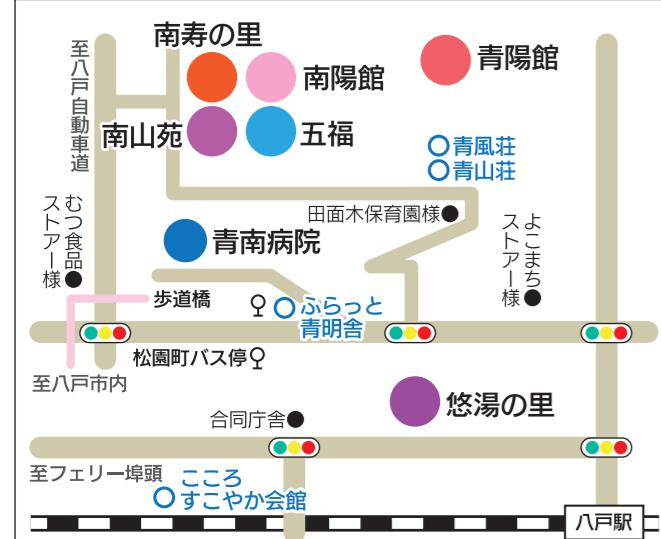
心療内科・精神科・一般内科 **あおぞらクリニック** TEL 0176-58-0909

●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・あおみ**

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



「うみねこ」 Photo by A.Fukushi

# For

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



「芍薬」 Photo by H.Chiba

## 私たちの理念

### 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、自らに満足のいく仕事内容であるよう専心いたします。

## CONTENTS

- おすすめシネマ『長いお別れ』 ..... 1・2ページ
- 特集『働き方改革ってなんだろう?』 ..... 3・4ページ
- 病気について『感染予防に必要な事とは?』 ..... 5ページ
- おすすめの一冊『ケーキの切れない非行少年たち』 ..... 6ページ
- 花言葉『アヤメ』 ..... 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。

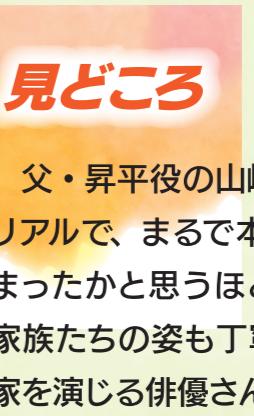
# 長いお別れ



## ストーリー

父・昇平(山崎努)の70歳の誕生日に久しぶりに帰省した娘たちに母・曜子(松原智恵子)から告げられたのは、昇平が認知症になったという事実だった。それぞれの人生の岐路に立つ美美(蒼井優)と麻里(竹内結子)ふたりの娘たちは、思いもよらない出来事の連続に驚きながらも、変わることのない昇平の愛情に気付き、前へと進んでいく。

ゆっくり記憶を失っていく父との7年間の末に、家族が選んだ新しい未来とは――



## 見どころ

父・昇平役の山崎努さんの演技がとてもリアルで、まるで本当に認知症になってしまったかと思うほど。また、温かく見守る家族たちの姿も丁寧に表現されており、東家を演じる俳優さんたちの演技は必見です。

## 感想

認知症は、別名、“長いお別れ”と呼ばれています。月日をかけて、少しずつ自分自身や家族と決別していく。“死”を取り扱っている話でありながらも、優しい気持ちになれる作品です。作品を見る前には、介護が嫌になって家族がバラバラになってしまうのかな…と思っていたのですが、実際には認知症の父とその家族の日常が丁寧に切り取られていて、さらにところどころに家族の暖かさが感じられてジーンとしました。この作品を見終わった後には、私も認知症の祖母に会いたくなりました。

しかし、年末のインフルエンザや昨今のコロナウイルスの影響で面会が出来ていない状態です…。落ち着いたら是非祖母に会ってたくさんお話をしたいと思います。

広報記録委員会 山田 真子



- 監督：中野量太 ●脚本：中野量太、大野敏哉
- 原作：『長いお別れ』 中島京子（文春文庫刊）
- 主題歌：優河「めぐる」（Pヴァイン・レコード）  
テレビ東京開局55周年記念作品
- 企画：アスミック・エース、Hara Office
- 企画協力：文藝春秋
- 制作プロダクション：ドラゴンフライエンタテインメント
- 配給・制作：アスミック・エース
- 公開：2019年5月31日

## DVD商品情報



DVD/¥3,800(税抜) Blu-ray/¥4,800(税抜)  
本編127分+特典映像38分  
特典映像：プレミア試写会舞台挨拶、公開記念舞台挨拶、撮影現場メイキング、予告編集、オーディオ コメンタリー  
発売元・販売元：TCエンタテインメント  
(C)2019『長いお別れ』製作委員会

# 働き方改革ってなんだろう？

## 働き方改革とは？

働き方改革実現会議が提出した「働き方改革を推進するための関係法律の整備に関する法律（働き方改革関連法）」が2018年6月29日に可決・成立し2019年4月から施行されました。一言でいえば、「一億総活躍社会を実現するための改革」と言えます。これは少子高齢化が進む中でも、「50年後も人口一億人を維持し、職場・家庭・地域で誰しもが活躍できる社会」です。

## 「働き方改革」実施の理由



## 働き方改革の目的は？

働き方改革を推進する目的は、労働者にとっての「働きやすさ」を実現していく事にあります。そのためには働く人、一人一人の意思、能力、個々の事情に合わせて多様で柔軟な働き方を選択可能な社会を作る事が重要だとされています。

- 政府にとって → 国内での雇用促進・税収の増加・日本経済の発展
- 企業にとって → 法令遵守、そして働き方改革の積極的な推進による労働力・生産性の向上

## 働き方改革実施からの現状

一般社団法人日本情報経済社会推進協会による調査によると、現在働き方改革が経営目標としてあげられている企業は、全体の42%であり、規模の小さい企業では10%にとどまるなど導入に踏み切っていないのが現状です。その理由としては、経営者や社員の意識不足や人件費の高騰、など様々な理由があります。



## 青仁会での取り組み

青仁会では、「ワークライフバランス」を意識した取り組みにより、スタッフが働きやすい職場環境を実現しています。

### 主な取り組み内容

#### 1 休暇に関する取り組み

青仁会では冠婚葬祭や旅行など、希望する休暇において有給休暇申請等を利用することで、希望した休暇を取得でき、スタッフのプライベートが充実するよう取り組んでいます。



##### 実績

有給取得率  
看護職：年間平均63%  
介護職：年間平均50%

取得理由  
ベスト3  
1位：子供の行事  
2位：通院  
3位：旅行・リフレッシュ

#### 2 労働に関する取り組み

各勤務帯で勤労時間内で集中して業務に取り組み、終えることができるよう管理職をはじめ、他のスタッフ同士も協力することで、長時間労働を是正する業務体制を取り組んでいます。



##### 実績

平成29年度～令和1年度  
残業時間数  
看護職：1人平均3.5時間/月  
介護職：1人平均3.5時間/月

#### 3 産休・育休、子育てに関する取り組み

産休や育休など、子育てを充実してもらうための各制度を利用できます。職場復帰後も働きやすい環境を提供できるよう、時短勤務や夜勤制限、土日祝日勤務制限などを利用できます。



##### 実績

過去5年間の産休・育休取得者数  
産休取得者数：58名  
育休取得者数：57名  
(男性の育休取得者1名含)

育休取得率98.2%とほとんどの方が育休を取得しています。

#### スタッフの声



外来・認知症疾患  
医療センター  
看護師長  
赤坂里美さん

第一子・第二子ともに産休・育休を取らせて頂きました。第二子を出産し復帰後は、外来と認知症疾患医療センターの看護師長を担わせていただいております。

仕事と育児の両立は大変ですが、育児や家事に協力的な夫を持ち、また、何よりも、私自身の能力を理解して下さり、子育てしながらでも働きやすい環境があったからこそ、今の私がいるのだと思います。まだまだ私には学ぶべきことが山積みですが、家族・そして職場の方々とより一層連携を図り、楽しく仕事をして参ります。

# 感染予防に必要な事とは?

新型コロナウイルスが世界的に蔓延し、マスク・消毒液不足などで、不安な毎日を過ごしていたのではないでしょうか。インフルエンザ・ノロウイルスなど様々な感染症がありますが、今回は、感染症予防の基本をお伝えし、不安解消に役立てて欲しいと思います。

## 感染症対策のキホン

**持ち込まない…** ウィルスを家や職場に、持ち込まない。  
外で使ったマスクは外してから入る。

**持ち出さない…** 自分が菌を撒き散らさない

**拡げない…** ウィルスをすばやく処理する  
(嘔吐物・血液・体液の正しい処理)

**3密を避ける…** 密集(人が多く集まる場所)  
密接(至近距離での会話)  
密室(換気の悪い場所)を避ける



## 対策1 マスクよりも、手洗いとうがいでウィルスを洗い流す

石鹼を泡立てて、手首・手のひら・指の間・爪など20秒以上かけて洗い流しましょう。うがいも大切で、粘膜についたウィルスを洗い流しましょう。理想は45分に1回と言いますが、手あれも危険。そこから菌が繁殖しやすくなります。ハンドクリームも忘れずに。



## 対策2 顔には菌がたくさん!なるべく触らないこと!

顔は多くの菌が付着しています。帰宅後は、洗顔も行うとウィルス退治には万全です。そして、顔面にはなるべく触らず顔を触ったら手を洗ってください。また、マスクの表面も触らないようにしましょう。



## 対策3 咳エチケットを忘れずに!

咳やくしゃみの症状には咳エチケットが必要です。マスクすることが大切ですが、なければ口や鼻をハンカチで覆う・二の腕で抑える工夫が必要です。



## 対策4 体液や便・嘔吐物の処理は、すばやく処理

下痢や嘔吐物等の処理は、ハイター等の塩素系漂白剤を0.1%に薄め処理する物にかけ、新聞紙で包み、ナイロン袋に入れ口を縛ります。処理は、マスク・手袋をし汚物処理をした床・便座・ドアノブ等も、同じ薄め液で消毒してください。



### 青南病院のご案内

診療科:精神科・神経科・心療内科・内科  
受付時間:月~土曜日 8:45~12:00

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  
受付時間:月~金曜日 9:30~17:45

TEL 0176-58-0909

## おすすめの一冊

### ケーキの切れない 非行少年たち

著/宮口幸治 出版社/新潮新書  
出版年月日/2019年7月 定価/792円

#### 書籍紹介

児童精神科医である筆者が、多くの非行少年たちと出会う中で「反省以前の子ども」が沢山いるという事実に気づく。少年院には認知力が弱く、「ケーキを等分に切る」ことすら出来ない非行少年が大勢いたが、問題の根深さは普通の学校でも同じなのだ。人口の十数%いるとされる「境界知能」の人々に焦点を当て、困っている彼らを学校・社会生活で困らないように導く超実践的なメソッドを公開する。

#### 所感

知的能力や認識能力が低いことが早期に発見され、適切な介入を行われていれば未然に防ぐことのできた犯罪はたくさんあるのだということが分かりました。教師も含め周囲の大人たちが目をかけていく必要があると思いました。

広報記録委員会 稲塚 あや

## 花ことば 良い便り・希望

### アヤメ

科・属名:アヤメ科 / 見頃:5月~6月

#### 花名の由来

「良い便り」「メッセージ」の花言葉はギリシアの神話でゼウスの妻ヘラの伝令使を務めた虹の女神イリス(Iris)にちなんでいます。現在アヤメ(文目)以外のハナショウブ(花菖蒲)やカキツバタ(燕子花)もアヤメと呼称する習慣になってきております。

