

## 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

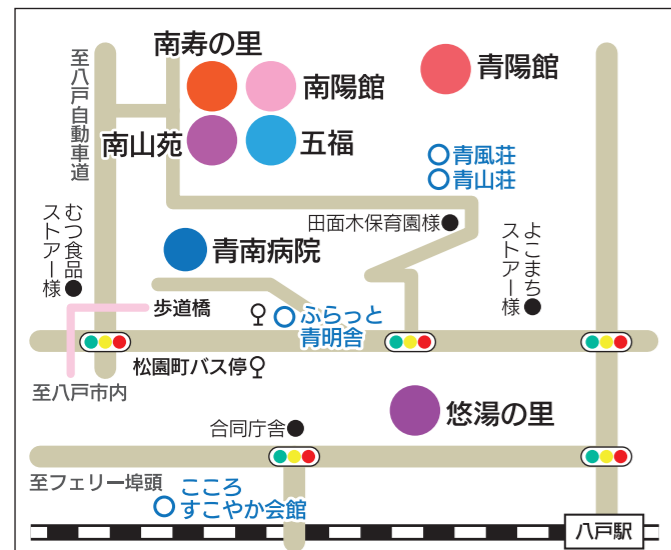
●住み慣れた自宅で生活したい「思い」を応援します。

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



「キクザキイチゲ」 Photo by A.Suzuki

# For

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



「青天とつつじ」 Photo by T.Mikami

## CONTENTS

- おすすめシネマ『いのちの停車場』……………1・2 ページ
- 特集『地域連携を行いながら在宅生活を支える』……………3～6 ページ
- 病気について『高齢者うつとは…』……………7 ページ
- おすすめの一冊『精神障害のきょうだいがいます』……………8 ページ
- 花言葉『ルピナス』……………8 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。

## 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。

発行者／医療法人青仁会 千葉 潜  
発行日／令和3年 7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。

# いのちの停車場



## ●映画情報

監督：成島 出  
 脚本：平松 恵美子  
 製作：岡田 裕介  
 原作：南 杏子「いのちの停車場」  
 (幻冬舎文庫)  
 配給：東映  
 公開：2021年5月21日  
 キャスト：吉永小百合、松坂桃李、  
 広瀬すず、西田敏行、  
 小池栄子、泉谷しげる、  
 みなみらんぼう、  
 田中泯 など



限りある時間をどう過ごすか？  
 家族との愛といのちの輝きに、  
 あなたはきっと涙する

## ●ストーリー

東京の救命救急センターで働いていた医師・白石咲和子（吉永小百合）は、ある事件の責任をとって退職し、実家の金沢に帰郷する。これまでひたむきに仕事に取り組んできた咲和子にとっては人生の分岐。徐々に再開した父（田中泯）と暮らし、触れ合いながら「まほろば診療所」で在宅医として再出発する。様々な事情から在宅医療を選択し、治療困難な患者たちと出会っていく中で、咲和子は「まほろば」の一員として、その人らしい生き方を、患者やその家族とともに考えるようになってゆく。生きる力を照らし出す「まほろば」で自分の居場所を見つけ出す咲和子。その時、父が病に倒れ…。父はどうすることもできない痛み、あることを咲和子に頼もうとしていた…。

## 現場医師による医療小説を映画化!!

原作は現役医師・南杏子が2020年に発表した同名小説。医師だからこそ描写できる医療現場の臨場感、安楽死などのテーマに深く切り込み、話題となった小説を「八日目の蟬」の成島出監督が映画化。豪華キャストが織りなす人間ドラマを繊細に映し出します。

## ●みどころ ご紹介

本作は、現代医療制度の問題点、尊厳死、安楽死などの医療制度のタブーに向き合う医師、患者、家族を描いたヒューマン医療ドラマです。主演を務める吉永小百合さんは何100本もの映画に出演しています。今回、医師役を演じるのが初めてとのこと。医療の最前線で働く現役の医師から医療指導を受け撮影をしています。初の医師役でどんな演技をするのが、みどころです。



(広報委員会：見上貴之)



## 地域連携を行いながら在宅生活を支える 2つの事業所のご紹介

在宅で介護をしている方が利用できる介護サービスにはさまざまな種類があります。今回は、青仁会で運営している高齢者通所リハビリテーションセンター「南陽館」と「訪問看護・介護ステーション五福」のサービスをご紹介します。

### 高齢者通所リハビリテーションセンター 南陽館

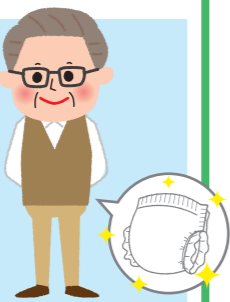
**通所リハビリテーションセンター南陽館では、  
あなたに合わせた2つのデイケアからお選びいただけます。**

#### 通所リハビリテーション

・理学療法士、作業療法士がリハビリを実施しています。退院後の方や、体力低下が気になる方へお勧めです。

#### 効果

- ・1人でトイレで用を足せるようになった
- ・安心してお風呂に入れて、清潔感がある
- ・生活に楽しみを持てるようになった など



#### 認知症対応型通所介護

・少人数で落ち着ける空間を整備しております。重度認知症の方、認知症予防の方へお勧めです。

#### 効果

- ・不安が減り安心したことで、興奮軽減ができた
- ・集中できることで、自信を取り戻すことができた
- ・これらの効果により自宅での介護軽減となった など

### 「デイサービスとデイケアの違い」って何？

#### 共通するサービス

送迎   レクリエーション   食事   入浴

#### デイケア



リハビリ  
日常生活の  
自立支援を含む

医師・看護師  
介護福祉士  
作業療法士  
理学療法士



#### デイサービス



趣味活動

運動  
体操



介護員  
生活相談員



### 南陽館での主な取り組みのご紹介



#### からだを元気に!! 通所リハビリテーション

##### ●介護予防体操

毎週インストラクターが指導を行い、介護予防体操を行なっております。その他、映像を見てスタッフと一緒に、毎日取り組んでおります。

##### ●リハビリプログラム

作業療法士・理学療法士が、あなたにあったリハビリプログラムを作ります。様々な病気があってもリハビリを諦めないでください。



#### あたまを元気に!! 認知症対応型通所介護

##### ●コグニサイズ

コグニサイズとは、「考える」と「運動」を組み合わせた認知症予防運動です。軽い運動をしながら頭も同時に使います。



##### ●認知症予防(脳活体操)

計算、塗り絵、脳トレ問題など、オリジナルドリルに挑戦しています。あなた様の「やりたい」に合わせた脳活ドリルを準備しております。



#### 南陽館の特徴

##### ●医療的ケア

体調の思わしくない時や、気になる事を医師や看護師に相談できます。



##### ●連携

はちのへ認知症医療疾患センター、病院、訪問系サービスとの連携をとり、タイムリーな情報提供を行い、包括的なケアに努めております。

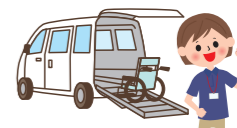


##### ●朝8時から夜19時30分まで利用可能

南陽館では、お仕事をされている家族も安心できる利用時間となっております。

##### ●短時間利用も可能!

リハビリ・入浴だけして帰りたい方の為に短時間利用も可能です。



年中無休で行っております。お仕事されているご家族様も安心できる利用時間となっております。

ご利用は「南陽館」へ  
お気軽にお問い合わせ下さい

TEL: 0178-27-3009



# 訪問看護・介護ステーション 五福

訪問看護

精神に障害を持ちながら地域で生活している方が、家庭や地域で安心して日常生活を送る事ができるよう医師の指示のもとスタッフが定期的に訪問し、看護及び社会復帰指導などの必要な支援を行います。

このような時はぜひご相談を～

- ・不眠や生活リズムの乱れ
- ・人との関わりが苦手…
- ・薬がきちんと飲めない
- ・入退院を繰り返してしまう…



## どのようなサービスが受けられますか？

### 健康状態の観察

血圧・体温・脈拍の測定、心身の状態を観察し早期発見や再発防止に努めます。



### 認知症・精神疾患の看護

心身の状態観察・生活リズムの調整、助言と看護を行います。



### かかりつけ医との連携

症状に関して主治医と連携します。利用者が自立した生活を送れるように助言します。



### お薬の管理

薬の効果確認や副作用の確認、内服に関する助言を行います。



サービス

#### ◆医療保険

かかりつけ医師が訪問看護を必要と認めた方(全年齢)

#### ◆介護保険

要支援、要介護状態で医師が訪問看護の必要性を認めた方

## 訪問看護 五福の特徴

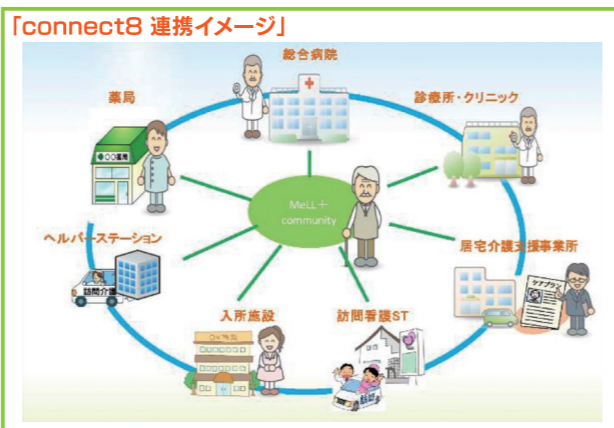
### 1.精神科特化型訪問看護

身体疾患の他、統合失調症やうつ病などで精神科へ通院されている患者様やその家族の支援も行っています。

### 2.「connect8」への参加～

八戸にお住まいの方が、安心して医療や介護を受けられる環境を目指し、病院や薬局、介護施設などが連携して作るインターネット利用のコミュニティチームです。

精神症状の変動を、医師へタイムリーに情報提供することができ、迅速な対応をとることができます。また頻りに訪問するホームヘルパーが投稿する利用者様の情報はとても重要で、看護・介護の質の向上に繋がっています。



訪問介護

介護を必要とされる方が、ご自宅で快適に生活が送れるように、介護職員がご自宅へお伺いし、掃除や買い物などの身の回りのお世話や入浴や排泄など日常生活の介護・自立支援のためのサービスを提供しています。

このような時はぜひご相談を～

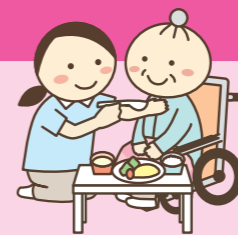
- ・料理や掃除をするのが大変になってきた
- ・一人でお風呂に入るのが心配…
- ・買物に行くのが大変になってしまった… など



## どのようなサービスが受けられますか？

### 日常生活の介護

食事・排泄・清潔保持などの身体介助などを行います。



### 日常生活のお手伝い

一般的な調理やお部屋の掃除・洗濯・買物や身の回りの整理整頓などの援助を行います。



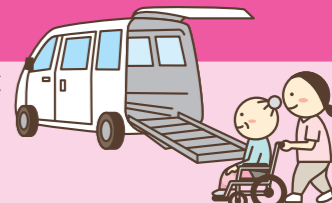
### 自立した生活のための支援

体位交換、寝たきりの予防、介助できる状態での見守りを行います。



### 通院の介助

病院への通院が必要な場合、付き添いを行います。



## 訪問介護 五福の特徴

### 1.自費サービスの実施

介護保険が使えない、介護保険適用ではない生活サービス通院の待ち時間・生活応援などをお願いしたい時に、自費サービスにて独自に実施しております。

### 2.障害福祉サービスの実施

障害がある方を対象にホームヘルパーが、入浴・排せつ及び食事等の介護・調理、洗濯及び掃除等の家事並びに生活等に関する相談・助言その他の生活全般にわたる援助を行います。



ご利用は「訪問看護・介護ステーション五福」へ  
お気軽にお問い合わせ下さい

訪問看護

訪問時間

8:30～17:30(月～土)

TEL 0178-70-1622

訪問介護

訪問時間

24時間体制 年中無休

TEL 0178-32-0088

# 高齢者うつとは…

少子高齢化が進む日本では、高齢者特有の病気が増えつつあります。「高齢者うつ」もその一つです。高齢者うつは認知症と間違われるケースが多いため、周囲の人がなかなか気付かず、知らないうちに症状が進行してしまうことがあります。

**原因** 環境的要因と心理的要因の2つが主な原因となり発症が多いと言われています。

**具体的な例**

環境的要因：定年退職した、子供が独立した、夢中になれる趣味がないなど…  
 心理的要因：配偶者が亡くなった、病気の悪化や不安、悪口を言われた、老化に伴う体力や身体の衰えなど…



## 高齢者うつと認知症の特徴

**認知症**

認知症の主な症状は、物忘れや記憶障害です。自分でも気付かないうちに発症し始め、数年かけてゆっくり症状が進行していきます。

**うつ病**

うつ病は発症前に何らかのきっかけ（配偶者との離別などの大きなストレス等）がある場合が多いです。そのきっかけを境に、睡眠障害や食欲低下、頭痛や吐き気などの体調不良を訴え始め、好きなことにも興味を示さなくなり、自宅に引きこもりがちになる、といった変化も見られるようになります。

治療法

### 薬物療法

薬物療法は主に抗うつ剤などを服用して経過を見ます。しかし、高齢者の場合は他の服用中の薬との相性などを考慮する必要があります。



### 精神療法

精神療法は生活指導を通して改善を目指す方法です。薬物療法と併用して行われることもあります。



### 行動療法

人との関わりを増やしたり、体を動かす機会を作り、外出することで気持ちを外に向ける方法です。



## 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・内科  
 受付時間：月～金曜日 9:00～17:45

TEL 0176-58-0909

## おすすめの1冊

# 精神障害の きょうだいがいます

著者：兄弟姉妹の会 / 定価：1,500円  
 発売日：2005/03 / 出版社：心願社

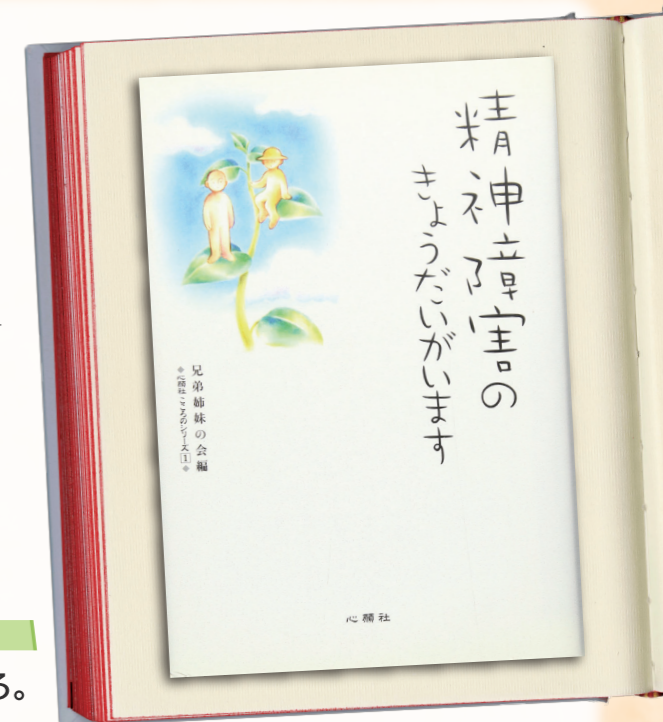
## 書籍紹介

この本は生きている。それぞれの手記には魂がある。怒り、悲しみ、そしてやさしさ…。精神病を発症し、精神障害抱えもつ人と共に生きるきょうだい。その体験を包み隠さずに描いた23編の体験談。

## 所感

この書籍は兄弟姉妹に精神を病んだ人、もしくは当事者の方々の手記となっています。学校に精神障害のきょうだいがいるためにいじめを受ける人、またその理由で転校した人も。まだまだ厳しい差別が残っているのだと気付かされる一冊です。

(広報委員会 石橋清香)



## 花ことば 「想像力」「いつも幸せ」「あなたは私の安らぎ」「貪欲」

# ルピナス

科・属名：マメ科  
 学名：Lupinus  
 和名：葉団扇豆(ハウチワマメ)  
 別名：ノボリフジ(昇藤)  
 英名：Lupin  
 原産地：南北アメリカ、地中海沿岸  
 見頃：4月～6月

花の様子がフジに似ており、花が下から咲き上がる為、ノボリフジ(昇藤)とも呼ばれる。古代ヨーロッパでは、ルピナスを食べると心が明るくなる、想像力が高まるといった俗信があり、薬草やビールのつまみなどにされたといわれ、花ことばの「想像力」、「いつも幸せ」、「あなたは私の安らぎ」もこれにちなみます。「貪欲」の花ことばは、ルピナスの吸肥力の強さにちなむと言われます。

