

広報

青葉

第22号 平成24年1月31日発行

公益財団法人 日本医療機能評価機構 認定病院

医療法人 青葉会 松江青葉病院

〒690-0015 松江市上乃木 5-1-8

TEL: 0852 (21) 3565 FAX: 0852 (21) 0111

Email : aoba@themis.ocn.ne.jp

URL : <http://www.matsueaoba.or.jp/>

〔私たちの理念〕

生きがいを見出すために

〔基本方針〕

患者様の人権を尊重し、より医療を提供する。

地域に貢献できる質の高い病院を目指す。

医療知識・技術を日々研鑽する。

～巻頭～

新年によせて

昨年は色々な災禍に襲われた日本列島ですが、今年は良い年であることを祈念しています。

さて、当院は昨年末、日本医療機能評価機構認定病院の更新受審をし、1月24日に無事更新したとの報せを受け取りました。喜びを新たにすると共に、受審過程での一体感は今後の診療に良い結果がでるものと思っています。医療を取り巻く環境は、相変わらず厳しいものが続いています。怯まず、弛まずに前進していきたいと思っています。

松江青葉病院 院長 妹尾晴夫

～青葉祭り～

レクリエーション委員長 原 卓也

平成 23 年 12 月 14 日に当院恒例の青葉祭り“ふれあい”を開催しました。

オープニングセレモニーとして、央道神楽会の皆様による出雲神代神楽と、ピアニスト木幡真弓さんとヴァイオリニスト福田悠子さんによる合奏を披露していただきました。出雲神楽ヤマタノオロチの迫力のある演技と、情熱大陸のテーマ曲やフィギュアスケート荒川静香さんの滑走曲などの生演奏に患者様はとても喜ばれていました。終了後の患者様の拍手とアンコールには、企画した私達自身鳥肌が立つほど感激しました。

そして患者様が楽しみにしておられる屋台コーナーでは、シュークリーム、たい焼き、エクレア、ショコラブッセを販売し、カフェでは、コーヒー、メロンソーダ、オレンジジュースを販売しました。早いものでは、五分未満で完売し、中でも普段あまり食べる機会の少ないエクレアが人気でした。

毎年患者様が作業療法で作成された作品を展示していますが、今年は職員の協力を得、職員の作品展示コーナーも設けました。生け花、フラワーアレンジメント、絵、写真、洋裁品等様々な物を展示し、ちょっとした美術館になっていました。

最後に、2011 年を笑って締めくくって頂く為に、各部署男子職員による仮装腕相撲大会を行いました。職員のコスプレと本気の腕相撲で、笑い声と応援に会場も大盛り上がりし青葉祭りを締めくくりました。

厳粛でエネルギッシュな伝統芸能と心の隅々まで響き渡るピアノやヴァイオリンの美しい音色に心を癒されたオープニングセレモニーや、毎年恒例の屋台や自慢の作品展示などで患者様に満足していただき、今年の祭りのテーマ“ふれあい”を達成できたと思っています。



おせち奮闘記

栄養士 森橋 はつみ

おせちができるまでのお話を少しさせていただきます。

おせちを作るために、調理師さんたちはいつもより早めに来て準備をします。準備がひと段落するころに、別の調理師さんたちが出勤し朝食を準備します。朝食が終わるといよいよ、おせちの仕上げと盛りつけが始まります。盛りつけをしているときに「おめでとうございます」「今年もよろしくお願いします」など、あいさつに来てくださる方がいます。「今年もおせちを楽しみにしています」といってくださる方もおられ、一同うれしく思いながら作業しています。

下の写真のようにできあがりしました。

今年も栄養科一同、おいしい食事作りをがんばらせていただきます。

- ・小豆ごはん
- ・えびの甘露煮
- ・煮豚
- ・金目鯛の西京漬け焼き
- ・田作り
- ・数の子
- ・鶏肉の八幡巻き
- ・黒豆
- ・蒸しもの（蒲鉾3種、五目玉子蒸し、伊達巻、バジリコチキン）
- ・煮付け（ねじりこんにゃく、しいたけ、ごぼう、人参、きぬさや、一口にしん昆布巻き）
- ・栗きんとん
- ・きんかん
- ・果物（いちご、キウイフルーツ）
- ・手まり麩の清汁



デイケア紹介

作業療法士 櫻井ひかり

デイケアには、様々な年代の方々が通って来られます。それぞれの利用者の方にあった目標に沿って、最終的には地域社会へと入っていけるように、様々な関わりを行っています。利用者の方は主に自宅や福祉ホームから通われており、最近では若い世代の方も増え、幅広い年齢層での交流が活発になってきたように思います。

去年の12月22日には、利用者様が主となってバースディ・クリスマスパーティを催しました。手作りカードのプレゼントやゲームをして誕生日を迎えた方をお祝いし、また、カレーライスと手作りのクリスマスケーキを皆で食べました。恒例の行事ではありますが、いつもと違う趣向を凝らすことで、新鮮さを感じられる場面もありました。



↑クリスマス仕様に星の型抜きをしました ↑スポンジから手作りし、桃とみかん、ミントを乗せました

～こころの健康～

精神科認定看護師 森山 香澄

寒い日が続きますね。

今回は、そんな“寒い冬”と関係のある こころの不調 に関するお話です。

秋から冬にかけて、気分がめいる日が続く・・・

春になると、自然と気分の落ち込みが治ってくる・・・



このような状況がある場合、「季節性うつ病」という可能性もあります。

- ・ 秋～冬 に症状が現れやすいので、『冬季うつ病』とも言われる
- ・ 日照時間、量 が関係している

日本海側に位置する山陰地方も、この時期、さらに日照時間や量が少なくなります。人間も光をある程度浴びないと、こころと体の健康のバランスをくずします。

そこで！

冬季うつ病 に 効果的な対策：意識して光を浴びましょう

日ごろから 夜型 の生活を送っている人、日中も寒いからとカーテンやブラインドを閉めた 薄暗い部屋 で過ごすことが多いという人は、光不足による『冬季うつ病』に ご注意ください。

人間も、植物と同じように、光（+水）が大事なんだね。



ただし、春になったら治るからといって、つらい気持ちを放っておかず、

しんどいときには 専門家に相談してみてくださいね。

編集後記

去年は年の初めから大雪、3月には東日本大震災と大変な1年でした。今年は少しでも明るい年になるよう願っています。

みなさんは新年の目標を決められましたか？私は3つ目標を決めて神様に報告してきました。神様との約束をやぶらないよう1年間頑張りたいと思います。本年もよろしくお祈りします。



発行：松江青葉病院 広報委員会
今号編集担当：栄養科