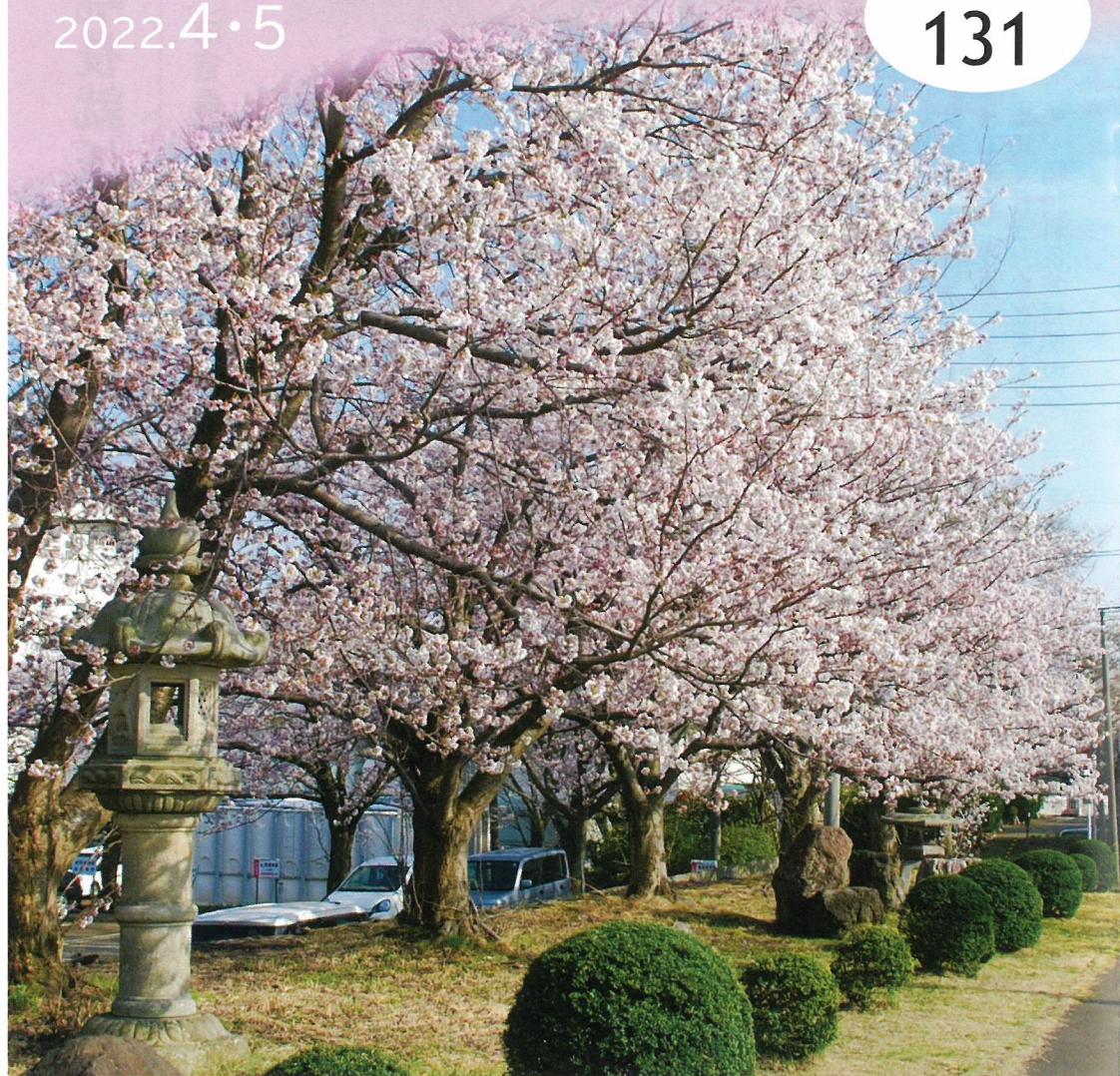


こんにちは

2022.4・5

VOL.
131

発行

医療法人崇徳会 〒940-2183長岡市深沢町2300番地 ☎0258-46-3205

崇徳厚生事業団合同辞令交付式（入社式）を行いました



崇徳厚生事業団合同辞令交付式及び合同新人研修会が4月1日（金）、4月4日（月）に法人本部棟で開催されました。各法人幹部の見守る中、4法人48名の新卒者が辞令の交付を受け、崇徳会地域総合サービスセンターSWの伊藤琴音さんが誓いの言葉を読み上げました。昨年は各事業所をリモート画面で結んでの開催でしたが、今回は感染防止対策をとり、席の間隔に配慮しました。えで通常開催となりました。

一昨日はメンタルヘルスや職業倫理など、毎年の理解度の高い講義を中心に行なわれた2年目職員（昨年の新人）の話を聞くなどの新たなプログラムも加えられ、2日目は接遇、ビジネスマナー、自己成長に関する講義など、今後の成長の基盤となる内容で進められました。全体的に講義の時間に余裕をもたせたり、合間に余ったアイスブレーキングも、会話を少なめなものにかえたりと、担当職員らの努力により何とか安全に開催することができました。



医療法人崇徳会は、一緒に働いてくださる仲間を募集しています！
詳しくはこちらのQRコードから！

長岡医療と福祉の里 マイクロバス運行時刻表 無料

田宮病院前発	長岡西病院	健康の駅ながおか	長岡駅前	健康の駅ながおか	長岡西病院	田宮病院前着
9:10	9:28	9:35	9:42	9:48	10:03	10:20
★10:30	★10:48	★10:55	★11:02	★11:08	★11:23	★11:40
12:35	12:53	13:00	13:07	13:13	13:28	13:45
★13:55	★14:13	★14:20	★14:27	★14:33	★14:48	★15:05
15:15	15:33	15:40	15:47	15:53	16:08	16:25

★日曜、祝祭日運休 ★土曜、日曜、祝祭日運休

田宮病院	長岡西病院	地域総合サービスセンター	こころのクリニック ウィズ	訪問看護ステーションみつごうや
☎ 46-3200	☎ 27-8500	☎ 27-7331	☎ 34-7502	☎ 27-7310
在宅介護支援センターみつごうや	訪問介護ステーションみつごうや	ケア・センター こころ	うらら長岡	地域生活支援センター
☎ 27-7320	☎ 27-7330	☎ 22-4112	☎ 92-4568	☎ 27-4266
越路ホーム（あすなろ荘）	ワークセンターのっぺ	ひまわり保育園	ふくちゃん保育園	法人事務局
☎ 28-5483	☎ 22-4888	☎ 27-9150	☎ 46-6653	☎ 46-3205

*この冊子の原本は障害福祉サービス事業所「ワークセンターのっぺ」で行っています

田宮病院
院長就任あいさつ

田宮病院
院長 丸山直樹



私が田宮病院へ勤務してから6年半が経ち、その間に様々な職種のスタッフとともに仕事をしてきました。そこで気づかされた事が2つほどあります。ひとつは、病棟で患者対応に苦慮するような事が生じると職種を問わずその事柄を話し合い、

Zoom Up

長岡西病院
リハビリテーションセンター
主任 安達 寿子さん

ジョンセンター主任の言語
聴覚士（S.T.）安達寿子
(あだち ひさこ)さん。富
山県の洗足学園魚津短期大学
器楽専攻電子オルガン科を卒
業後、北海道の西野学園札幌
医療技術科学専門学校言語聴
覚士科（現・札幌医学技術福
祉歯科専門学校）へ進みまし
た。

学生の頃の安達さんは、
人生における目標の大切さ
を実感できず、やりたいこ
とを見つけられずにいました。
幼少の頃から習ってい
たエレクトーンをきっかけに

は卒業が精一杯だったそう
短期大学卒業後の進路に迷っていた頃、偶然にも似通った環境の友人がリハビリの道を目指すと聞き、学校のパンフレットを手にしました。そこで今まで目標がなかつた自分で人の役に立てるかも知れないと思いました。そこで今まで言語聴覚士を目指すようになりました。

学生時代の思い出は、何時間もかけて道内を移動して、あちこちのおいしいもの巡りをしたこと。中でも厚岸町で食べた生ガキ、サンマは格別においしかったそうです。

安達さんが仕事で大事にしているのは、常に「させて頂いている」気持ちを忘れず、どうやつたら患者様ができるようになるのか考えること。昨日よりも患者

長岡西病院で勤務を続けることができたのは、困った時やうれしい時にスタッフが気持ちを共有してくれたから。それは、上司やS-Tの同僚をはじめ、リハビリセンター、他部署スタッフにも及ぶそうです。

患者さんに接する際に心掛けていることは、患者様・ご家族様がいろんな選択肢の中からより良い支援が選択できるよう働きかけること。おひとりずつ価値観や環境が違う患者様に対し、可能な限り対話を重視して、わかりやすく説明できる能力を高めたいと目標を語ります。さらに「患者様の笑顔がみられるよう、自分も笑顔でいたい」と言

様の役に立てるようになんとえ細くとも長く、継続的な努力を大切にしています。そのためには「仲間あつての自分を忘れないことも大切」と語ります。

ともに働くスタッフについて伺うと、職員の雰囲気は、朗らかで優しい方々ばかり。今後は健康に気をつけ、協力して目の前のことを一つ一つ真剣に取り組んでいきたい、「日々せわしいのでお互いに心身ともに気をつけて過ごしていただけたら」と話してくれました。

安達さんの趣味は、コロナ禍前は御朱印集めでした。が、ここしばらくはお子さんと遊ぶことがもっぱらの楽しみだそう。子供の笑顔が一番と語り、休日の癒しは子供と一緒に朝布団でごろごろすることだと笑顔を見せてくれました。

そして解決策を導きだしで実行していくチームワークの良さでした。ふたつめはコロナワクチン接種への対応でした。市医師会を通して長岡市から話が伝わると看護・コメディカル・事務が一体になり体制を作り実行していきました。機動性のあるチーム力には驚かされました。

このような素晴らしいスタッフと共に私がこれから展開させていきたい精神科医療には2つの目標があります。

なさもあり、速やかな対応が難しい事がありますが、当院ではそれらをひとつでも少なくするようになに「ことわらない、そして速やかな対応」の医療を展開していきます。ふたつめは、「ひらかれた医療」です。これには2つの要素があります。そのひとつ目の要素は、「院内のメディカルインジケーター」等の公開（HPへの掲載）です。未だ、精神科医療（特に入院）への不安などはあり、これが治療・回復への妨げになることがあります。この為にも指標を公開し安全な・安心な医療を進め、地域の皆様が受診しやすい病院としていきます。

ふたつ目の要素は地域との関係性を大事にしてゆきたいという事です。現代社会では精神疾患・精神障害と関連するような問題が様々生じています。虐待やDV、805



0問題（今や9060問題）、認知症の増加、発達障害、産褥期・子育て時期での精神障害、色々な依存問題など多岐に渡って起きています。この事に地域の医療機関や相談事業所・訪問看護事業所、保健所・市行政などと連携し、対応していくります。精神科にも地域包括ケアシステムが求められてきていますのでそれに応じた医療を展開してゆきたいと思います。

この2つを目標に推進してゆきますので宜しくお願いいいたします。



「春 新年度を迎えて コロナ禍でのこころの健康」

田宮病院 臨床心理室
室長 田才恵子

新年度が始まりました。春は変化が最も大きい時期ですね。入学や卒業、就職により環境が大きく変化した方もいれば、進級や職場の異動など場所は同じでも変化がある方もたくさんいらっしゃるでしょう。また、自分自身に変化はなかつたものの家族に変化があつたり職場に新人が仲間入りしたりして慌ただしさを感じている人も多いことでしょう。

加えてこのコロナ禍です。2020年の年明けから始まつた新型コロナウイルス感染症の発生、流行は未だ収まっていません。このように暖かな春の訪問ではありますが、私たちはこれらの変化や不安の中でこころが疲れやすい状況におかれています。これらの中の言葉を聞いたことがあります。自分ではどうにも対処しえない、宙ぶらりんの状態を避けようとも耐え抜く能力です。“耐え抜く”と定義されますが、自分ではどうにも対処しえない、宙ぶらりんの状態を避けようとも耐え抜く能力です。“耐え抜く”ことではなく、よくわからない曖昧なことに対しても、急がず焦らず、少々楽観的な、希望をもつことが大切と

す。そこで、こころの健康をまもるために自分でできる考え方や工夫をご紹介したいと思います。

***考え方として—
ネガティブ・ケイパビリティ／レジリエンス**

一方、レジリエンスは「回復する力」と訳されています。レジリエンスはもともと備わっているのですが、出来事や状況によってはうまく機能しまることがあります。それでも私たちにはレジリエンス、しなやかに回復する柔軟性が備わっています。この力を信じること、これはこころの健康の鍵となるでしょう。この2つの考え方には役に立つ考え方ではないかと思います。

*日常でできる工夫として 「気分転換を増やす」

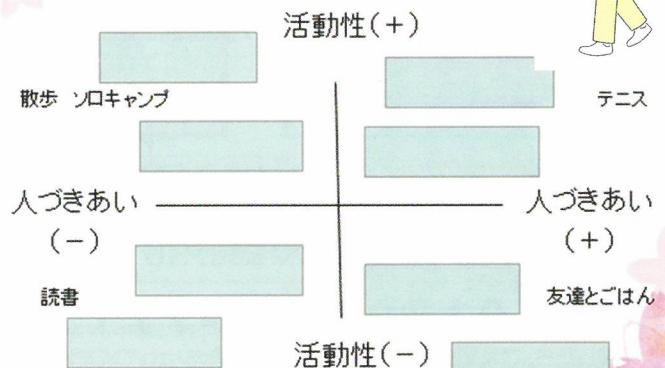
みなさんは様々な気分転換の方法を持つていると思います。リラックスや頭を切り替えるきっかけになる気分転換はこころの健康を維持するために欠かせないものです。

気分転換のために好きなことや得意なことを存分にできればいいのですが、年齢分転換はここらの健康を維持するためには欠かせないものです。度替わりの忙しさでできない、コロナ感染症対策のための制限でできないとなると自由に好きな気分転換ができるとは限りません。この時、心の疲れが蓄積してしまうことがありますので気分転換は大切な日常の工夫です。

今までは持ち合わせがないかつた気分転換をつくつて臨機応変に気分転換ができるのです。

新年度が始まつたこの時期、望むことができるよう心身をいたわりながら過ごしてまいりましょう。

気分転換



良いわけではなくその内容す。近年、気分転換を考えます。質に工夫が必要となりました。気分転換は数が多くれば良いわけではなくその内容

【参考文献】

- 藤本蓬生『ネガティブ・ケイパビリティ』朝日新聞出版 2017



長岡西病院

〒940-2081 長岡市三ツ郷屋町371-1 ☎27-8500(代)

	月	火	水	木	金	土
内科	1診午前	永井	永井	永井	加藤	永井
	2診午前	—	—	—	—	伊藤
	3診午前	福居	加藤	石黒	福居	伊藤・小澤
	4診午前	宮本	伊藤	福居・小澤	宮村	宮本
	1診午後	伊藤	宮村	—	戸枝	加藤
神経内科	午前	三木	塩原	三木	三木	塩原
もの忘れ外来	午後	高須	—	—	—	—
整形外科	午前	大滝	大滝	大滝・風間	今井	日本大学
一般外科 (乳腺・ヘルニア・肛門等)	午後	—	—	—	星野	柳
リハビリテーション科	午前	岡村	—	岡村	—	岡村
ペインクリニック	午前	—	—	—	—	大澤
眼科	午後	—	—	—	昭和大学	昭和大学
精神科 心療内科	1診午前	丸山	保谷	村上	—	横山
	2診午前	田宮	—	—	稻井	—
	午後	—	—	—	—	—
泌尿器科	午前	—	齊藤	齊藤	—	西山
	午後	—	齊藤	齊藤	武田(月2回)	—
皮膚科	午前	後藤	後藤	後藤	福居	後藤
婦人科	午前	須藤	須藤	須藤	須藤	—
歯科	午前／午後	堀水	堀水	堀水	堀水	堀水
ピハーラ入院相談					月～土	完全予約制

●午前の受付時間／8:00～11:30 (診察 9:00～)

●午後の受付時間／13:00～16:00 (診察13:30～)

※再来受付機は8:00から稼働しています。

内科	・再来予約制（予約なしの診察も可能です） ・午後診察 14:00～ ・永井医師 第4月曜の受付10:30迄 (R3.4月～R5.3月の間)
----	---

神経内科	・新患、再来予約制（予約なしの診察はお問い合わせください） ・月曜午後受付 15:30迄
------	---

もの忘れ外来	・完全予約制
--------	--------

整形外科	・大滝医師 再来予約制（予約なしの診察も可能です） ・大滝医師 月火水の受付 11:00まで ・午後受付 13:00～15:00 (診察14:00～)
------	---

一般外科 (乳腺・ヘルニア・肛門等)	・新患、再来、診察予約制（予約なしの診察も可能です） ・乳癌健診 乳房外は月・金曜予約制
-----------------------	---

ペインクリニック	・完全予約制 電話予約受付 14:00～16:00
----------	---------------------------

精神科 心療内科	・予約制（初診は完全予約制） ・初診予約受付9:00～12:00 (医療福祉相談室0258-27-8711) ・再来予約、変更受付14:00～15:00 (専用電話0258-27-8710) ・田宮医師 月曜日の診察 10:00～ ・保谷医師 火曜日の診察 9:30～
-------------	--

泌尿器科	・新患、再来予約制（予約なしの診察も可能です） ・診療日時が変わることがありますので、お問い合わせください
------	--

婦人科	・水曜受付10:30迄
-----	-------------

歯科	・新患、再来予約制（予約なしの診察も可能です）
----	-------------------------

ピハーラ入院相談	・お問い合わせ、予約 は医療福祉相談室
----------	---------------------

診療等お問い合わせは各病院等に直接お電話ください。

田宮病院

〒940-2183 長岡市深沢町2300

☎46-3200(代)

	午前	月	火	水	木	金	土
		保谷	丸山	田宮	戎井	鈴木	—
精神科	午後（新患）	嶋田	—	戎井	中村	北澤	—
		—	鈴木	稻井	村上	—	—
脳神経内科	午前／午後	上岡	渡部	—	上岡	—	—
		○	○	○	○	○	—
総合診療科	午前	黒田 (奇数週)	稗田 (第2火)	笠井 (奇数週)	—	—	—
		加辺	—	加辺	—	—	—
皮膚科	午後	—	—	—	後藤 (第1・3木)	—	—
		—	—	須藤	—	—	—
婦人科	午後	加納 (第2・4火)	—	—	—	—	—
		—	—	八百枝 (第2・4木)	—	—	—
耳鼻咽喉科	午後	—	—	—	斎藤	—	—
		—	—	—	—	—	—
眼科	午後	—	—	—	—	—	—
		—	—	—	—	—	—
泌尿器科	午後	—	—	—	—	—	—
		—	—	—	—	—	—
歯科	午前／午後	新潟大学	新潟大学	新潟大学	新潟大学	新潟大学	—
		—	—	—	—	—	—

●午前の受付時間／8:30～11:30 (診察9:00～)

●午後の受付時間／精神科（新患）13:30～15:00、脳神経内科11:00～15:00、皮膚科13:00～15:30、婦人科15:00～16:30、耳鼻咽喉科・眼科・泌尿器科13:00～終り次第終了、歯科13:30～16:00

※歯科・脳神経内科は予約制となります。 ※診療時間は状況により、若干前後することがあります。

こころのクリニック ウィズ

〒940-0061 長岡市城内町3-2-1
☎34-7502(代)

	診療時間	月	火	水	木	金	土 (第1・3)
	9:30～12:00	大矢	田畠	後藤	後藤	後藤	後藤
精神科 心療内科	14:00～18:00	丸山	後藤	田畠	後藤	田宮	保谷
		大矢	—	—	—	—	後藤 (~17:00)

●午前の診療時間／9:30～12:30 ●午後の診療時間／14:00～18:00 ●13:00～17:00

※木曜日の午後以外は、新患・再来とも予約制になります。詳細はお問い合わせください。



里ネット・インフォメーションセンター

相談員・ソーシャルワーカーが、「事業団のサービスについて」「医療・福祉制度について」のお問い合わせを受け付けております。

フリーダイヤル 0120-310-771

案内が流れましたら、ご希望のお問い合わせ番号をプッシュしてください。

1「高齢者」サービス 2「障害者」サービス 3「医療・その他」サービス

里ネット・空床照会サイト

里ネット 長岡 検索

