

# 京ヶ峰の四季

第80号

2022年秋号



スポーツの秋～センターガーデンでモルックを楽しむ～

## 「 継 続 」

私が京ヶ峰岡田病院に勤務するようになって、1年9ヶ月が経ちました。あっという間だったように感じています。前職で勤続38年、定年まであと5ヶ月の時点で、当院への出向の辞令が出ました。正直、突然のことでした。その後の1ヶ月で、業務の引継ぎや身の回りの整理、取引先への挨拶を済ませ、当院への初出勤の1週間前になって初めて、この病院の業務内容や、新病棟建築が現在進行中であること、現在の精神科医療についてなどを少し知ることができました。

そんな慌ただしい状況で当院への勤務を開始しましたが、1年9ヶ月が経った今、医療業界について自分がいかに無知であったかを、あらためて痛感しています。もちろん、以前から、病院というところは病気を治療し、患者さまの命を守るという、重要で崇高な任務を背負った職場…というイメージを、外側から眺めてボンヤリと抱いていました。しかしながら、実際に中で働いてみると、それだけでは済まない、もっとシビアなものであることを実感している…と言ったら良いでしょうか。

たとえば、そこで働いている職員の姿勢は、使命感・責任感に溢れるものでしたが、実際にはイメージを超える厳しさがありました。さらには、キレイごとだけでなく、医療法・施設基準の厳格化、止むことのない感染対策、診療報酬の改定などなど、その他にもたくさんの解決すべき課題があることを身をもって知ることができました。いまだに周りの方々にいろいろと教えていただいて、なんとか頑張っている状況です。

縁あってこの世界にお世話になる以上、精神科医療についてもっと知識を増やし、少しでも患者さまや患者さまのご家族、職員の力になれるよう、少しずつではありますが進歩したいと思っております。「継続は力なり」です。前職においてもこの言葉を噛みしめて、困難な時でも諦めずにやり続けていれば必ず結果はついてくる、と信じてやってきました。自分にとっては新たな第二の人生が始まったばかりですが、何事にも「継続」し続けて少しずつでも前へ進んで行きたいと思っています。

医療法人芳精会 京ヶ峰岡田病院  
総務部長 鈴木 英史

基本理念

一人ひとりの患者さまの幸せのために  
～ For the Patients ～

## みなさんお元気でしょうか

医局 成田 智拓

コロナが続いていて時間を余してしまい、気分が落ち込んだりどうしたらいいかなって思っている方も多いと思いますので、最近私が行っていることをいくつかお伝えようと思います。



まずは、**一眼レフカメラ**を始めました。全く触ったことがなかったので、フォーカスって何というレベルなのですが、そのへんのタンポポやダンゴムシをとって悦に入っています。

あと、**プログラミング**をはじめ、最近はやりの人工知能の理解のたすけになればと思っています。



通勤で片道1時間以上かかるので、アマゾンのオーディブルという**聞ける本**を流しています。まだまだ種類は少ないですけど、暇つぶしにはもってこいです。



**バスケットボール**のドリブルの練習もしているのですが、この夏は暑い日が続き、やぶ蚊も多かったので、もうちょっと涼しくなってからにしようかなと思っています。



部屋の中でやれることとして**筋トレ**を細々とやっています。自重トレーニングが中心で、足りない分は鉄アレイを使っています。スプリング式のエキスパンダーも使ってみたのですが、スプリングが5本だとまったく引けないので、なんとスプリングを1本でやっています(笑)。1本でも連続で10回

やると結構乳酸が溜まってきて筋肉がぷるぷると喜んでいるのがわかります。腕立てもすぐに疲れてしまうので、立ったまま壁に手をつけて10回から始めています。のってきたら机に手をつけてやっています。



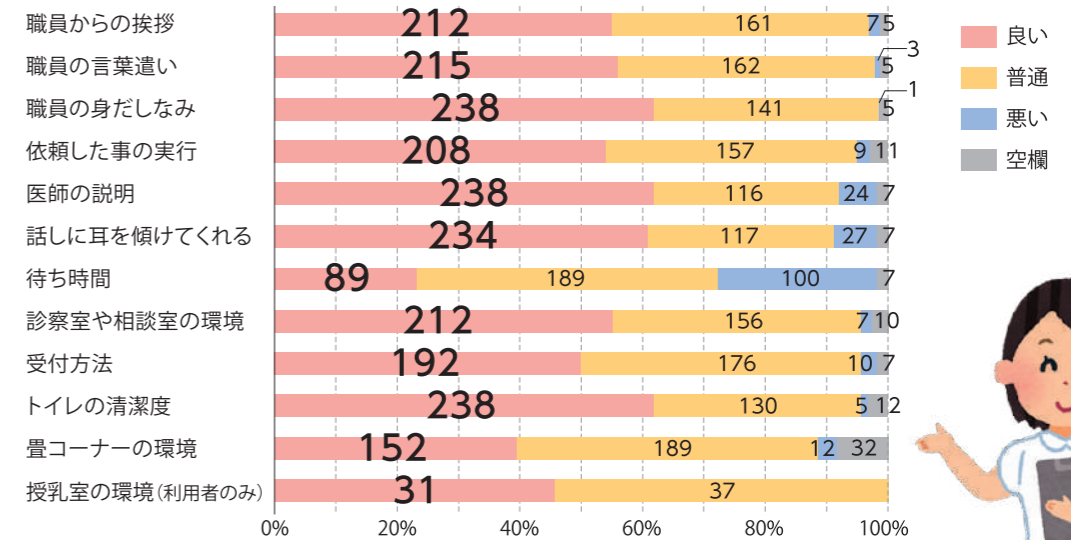
最後に**一番のお勧め**ですが、体幹を鍛えるために何がいいかなって考えて、思いついたのが片足立ちです。やり方はとっても簡単。平らなところで片足で立ってふらふらして倒れるまで頑張るだけです。イメージとしては背骨をジェンガだと考えふらふらするのをインナーマッスルでバランスをとるという感じです。ストップウォッチで記録をつけるのもモチベーションが上がるかもしれませんよ。



## 2022年 外来患者さま満足度調査の結果報告

今年も2022年7月11日(月)~16日(土)にかけて外来満足度調査を実施し、385名の患者さまにご協力をいただきました。この場をお借りして感謝申し上げます。以下に調査結果の一部をご紹介します。

質問 あなたは次の点について、どのように思われますか?



職員の接客等には概ね高い評価をいただいておりますが、待ち時間に関しては満足度が低いことが分かります。外来ディスプレイで順番を表示したり、ご希望の方にはお待ちいただく間に当院喫茶店をご利用いただき、待ち時間の短縮やゆったりと過ごしていただけるように工夫をしてみました。今後も待ち時間短縮のために更なる工夫をしていけたらと考えています。

第3回

京ヶ峰ふれあいまつり 川柳 第三弾(最終)

- ◆ひたすらに感謝と共に 五いの道を 高校生
- ◆テスト前今夜やっても 手遅れだ ちこ
- ◆楽しみは家から一緒に 登下校 高校生
- ◆タイガース豪打一発 大山だ Y.H
- ◆コロナでも地いきのみんな えがおだよ 小学生
- ◆秋の夕きれいなもみじ 夕ぐれどき 小学生
- ◆今気付く続けてよかった 弓道を 高校生
- ◆部活動仲間と一緒に 見た景色 ゆうなこ
- ◆ごはんよりテレビにむちゅう コロナ数 小学生
- ◆秋終わるせみの声が 変わるどき A.S
- ◆さむくなりねこも人も 衣替え 小学生
- ◆お母さん電話出る時 声変わる 小学生
- ◆練習がダイエツトだと 気付く秋 高校生
- ◆寒くなりヒートテックが 手ばなせない こち
- ◆田んぼ道周りをみれば 無人市 ヤマモト
- ◆秋の風おもしろいぞうだな 秋の雲 小学生
- ◆わらべ見て紅く染る葉 里恋し M
- ◆まい日のマスク生活 たいへんだ 小学生
- ◆服まよう気温がびみょう 秋の日は 小学生
- ◆赤くなる 錦秋の木の間隠れに見える 京ヶ峰 H.K
- ◆大口で焼きいも食べし わくちから あーこ
- ◆かぜひくよ身体かん理 気をつけて 小学生
- ◆赤子連れ通院つらき 秋びより 正ちゃん
- ◆わたしはねみかんだべすぎ てがきいろ 小学生
- ◆ゆずりあい大切だよね 平和主義 小学生
- ◆お母さんおいしいごはん かんがえる 小学生
- ◆コロナでもあそびたいけど がまんする 小学生
- ◆運動は楽しくやれば いい気分 小学生
- ◆秋模様 秋の夜長に 月見酒 T.S
- ◆数秒後言われたことの さおくなし 小学生
- ◆うちのねこ 昼間ねすぎて 夜ねれず 小学生
- ◆友達とずっと笑えて 幸せだ 小学生
- ◆コロナ明けどんな未来が 待ってるか 高校生

# 行事報告

## デイケア ジャガイモの会



■ 7月29日(金)

デイケアで育てたジャガイモを使った企画をメンバーと相談し、カレーライス作りに決定。カレーは甘口・中辛・辛口と3種類を用意し、どの味も好評でした!

午後は、みんなで手作りしたハンガーを改良してのフライングゲーム・魚釣り・宝探しをチーム対抗で得点を競い、1位のチームには駄菓子の詰め合わせをプレゼント!感染にも気をつけながらもみんなで楽しめた1日となりました!以前のように飲食しながら話せる日が早く戻ってきてほしいなと思います。



## 中央4病棟 希望食



■ 8月31日(水)

カツカレー、サラダ、フルーツ寒天

## 手づくりの日(全病棟)



■ 9月14日(水)

チキンライス、カツ、クリーム煮、スイートポテト

## 中央3病棟 希望食



■ 10月5日(水)

カレーライス、エビフライ、サラダ、コーヒートピルス



第4回

## 京ヶ峰ふれあいまつり 開催のご案内

令和元年より、毎年秋に開催しております京ヶ峰ふれあいまつりについて、今年こそは実開催を検討しておりましたが、感染対策を考慮し、今年もWeb上にて開催することとなりました。11月下旬に動画をアップする予定です。また、昨年に引き続き、川柳の募集もいたします。ぜひ当院ホームページよりご覧いただけますよう、お願い申し上げます。

おすすめ  
コーナー

## K-POPアイドル

今、日本は韓国ブーム!その中でもおすすめしたいのがK-POPアイドルです。BoAや東方神起が日本で活躍し、K-POP文化に火をつけ、今では第4世代のアイドル達が活躍しています。ダンスや歌、ビジュアルの完成度が高く、見飽きることのないパフォーマンスに加え、ステージを降りた人間味あふれる姿を見てそのギャップにも心が奪われます。みなさんもぜひ日々の活力になり、私たちの心に潤いを与えてくれるK-POPアイドルの沼にハマってみませんか?



中央4病棟 小山 佳恵

(次号は訪問看護室の藪内さんが担当します。よろしくお願いいたします。)

編集  
後記

もともとマスクは咳エチケットや自分の身を守るというイメージでしたが、今ではすっかりファッションの一部となりましたね。いつしかマスクに窮屈さを感じなくなり、むしろマスクに慣れ過ぎて、マスク生活のなくなる日が来ることに不安を感じるようになってきました。 広報委員 大森



医療法人 芳精会  
京ヶ峰岡田病院

〒444-0104 愛知県額田郡幸田町大字坂崎字石ノ塔8  
TEL (0564) 62-1421 FAX (0564) 62-9338  
ホームページ www.kyogamine-okada.com

