

やまだんの山田野

53

独立行政法人 国立病院機構 北陸病院
〒939-1893 富山県南砺市信末5963
TEL 0763-62-1340 FAX 0763-62-3460

外来担当医表

※10月より下記に変更

項目	月	火	水	木	金
精神科(初診)	石橋・市川	川尻・市川	池田・白石	湯浅・坂本	坂本・北村
精神科(再診)	川尻・白石	白石・池田	石橋・湯浅	市川・北村	池田・市川
脳神経内科	吉田	小竹		吉田・小竹	小竹
内科	渡辺	渡辺	(渡辺)	田村(渡辺)	(渡辺)
心療内科			白石		
睡眠外来(初診)			細川	1・3細川、2・4古田	
睡眠外来(再診)	吉田	細川	細川		
専門外来	もの忘れ外来(吉田・坂本・市川・石橋) パーキンソン病外来(吉田・小竹) 遺伝カウンセリング外来(小竹) 認知行動療法外来(うつ、不眠)(白石)		重症心身障害児<者>外来(石崎・池田) 禁煙外来(白石) 認知症セカンドオピニオン外来(吉田) ぐっすり外来(白石)		

- 診察は完全予約制となっております。地域医療連携室にご相談ください。
- 受付時間・・・8:30~11:30 診療時間・・・9:00~12:00

【地域医療連携室 直通電話】0763-62-1950

新コーナー

我が家の一員紹介

「我が家のそらくん」

令和3年3月14日のホワイトデー生まれ、ロシアンブルーのそらくん、男の子です。

せまい所が大好きで、いつもひよんなどころからちょこんと顔を見せて、家族みんなを癒してくれています。寂しがりやで、留守番の後は決まって玄関で出迎えてなかなか離れようとしないうそらくん(母以外…笑)。これからも元気に育ててね。

西2階病棟看護師長 疋島 亮子



【交通アクセス】

- ◆交通機関 JR城端線、城端駅より、タクシーで約5分。
- ◆高速道路 東海北陸自動車道、福光ICより約5分。
- ◆南砺市コミュニティバス JR城端駅・福光駅より出ています。



独立行政法人 国立病院機構 北陸病院

〒939-1893 富山県南砺市信末5963
TEL 0763-62-1340 FAX 0763-62-3460
ホームページ <https://hokuriku.hosp.go.jp/>

認知症疾患医療センター 睡眠医療センター

【編集・発行】北陸病院
【広報担当】池田・山崎・岡島・梅村

巣ごもりの中で



事務部長 成田 博

2020年の早春以来、COVID-19感染症は収まる気配を見せないまま1年半が経ちました。

本邦では今春からの医療従事者接種を皮切りに、高齢者や職域、集団でのワクチン接種が広まりつつありますが、現在はワクチンが不足しており、接種にブレーキがかかっていることに加えて、感染力が強いデルタ株が広まりつつあると報道されています。(2021年8月上旬現在)

そのような中、入院患者さんへの面会はどうしても制約せざるを得ないのが現状で、ご家族ご親族の方々には大変心苦しいのですが、感染予防の観点から何卒ご理解、ご協力いただきたく、よろしくお願いたします。

私自身も日頃の生活の中で、感染予防にはできるかぎりの注意を払っております。この感染症が広がる前はよく街へ飲みに出ることもあったのですが、今では病院宿舎と自宅以外では、お酒はもちろん食事も控えています。以前はよく行っていたラーメン店やカレー屋、寿司屋(回る方)にも全く行っていません。買い物も、本屋やホームセンターなどで色々見て回ったりするのが好きなのですが、今は極力短い時間で済ませているので、どうしても宿舎(週末は自宅)で過ごす時間が長くなります。

自室で過ごす時間の中で、暇つぶしでもないのですが、よくギターを弾いています。ギターには大きく分けて、楽器自体から音を出す、いわゆるアコースティックギター略して「アコギ」と、電気を使って主にアンプから音を出すエレクトリックギター略して「エレキ」があるのですが、私が弾いているのは「エレキ」の方です。こういうと「集合住宅の宿舎で近所迷惑な騒音を出しているのか!」という声が聞こえてきそうですが、電気を使って音を出すということはすなわち、ヘッドホンやイヤホンが使えるということで、これを使えば音はむしろ「アコギ」よりはるかに小さい。というか外に音は漏れません。ですから下手ながらも「ディーブ・パープル」や「オジー・オズボーン」などのハードなロックも、ギターカラオケに合わせて思いっきり弾くことができるのです。

因みに、写真右奥のギターは45年前の高校生の時に買った(買ってもらった)ものですが、フレットはやや減ったものの今でも野太い良い音がします。左手前のギターはアメリカのギブソンというメーカーのもので、自分用に買った買い物の中では車の次に高かった(もちろん1桁下がりますが)ものです。9年前に何とか妻の承諾に漕ぎ着けて買いました。このほか自宅にも3本保有しています。

ギターで指と頭の体操をするのも楽しいですが、「巣ごもり」やマスクから解放され、居酒屋で楽しく飲食できる日が一日も早く訪れることを望むばかりです。



南砺さくら手帳について

医療社会事業専門員 松本 葉子

「南砺さくら手帳」は、認知症の方のための認知症地域連携パスです。地域連携パスとは、ご自宅で生活する認知症の方が住み慣れた地域で安心して暮らせるようにご本人の生活や病気等の情報を記録し、医療機関、ケアマネジャー、介護サービス事業者、行政機関等が情報を共有することでご本人の意思を尊重したより良い介護や治療を受けるための手助けのために作られたものです。また、ご家族が困った時に医師、ケアマネジャー、事業所等に対応方法などのアドバイスをさらに受けやすくするといった目的もあります。



令和元年秋頃、南砺市医師会さんより当院認知症疾患医療センターに南砺地域での共通連携ツール作成（手帳の発行）に向けての協力依頼を受け、当院センターにて手帳の内容の検討を開始しました。まずは、他の地域で実際に使用されている連携ツールについて情報収集を行い、南砺地域で使う手帳の作成に向けて検討を重ねていきました。その中では、ご家族や関係される方々が記入しやすく、受診時やサービス利用時に一緒に常備してもらい、その後も継続して使っていただける手帳作りを目指しました。しかし、コロナ禍でもあり地域の医療、介護関係者の方々が一堂に集まって検討する機会の確保が容易でなく調整等に時間を要する状況もありました。

そして、令和3年3月、「南砺さくら手帳」として完成しました。早速、この手帳は南砺市医師会さんから当センターや医療、介護関係機関等を通じて地域の認知症の方や認知症を心配されている方へ順次配布されています。どうか、この手帳を地域の皆様に活用して頂くことが認知症ご本人、ご家族が地域の医療、介護関係者の方々との良い関係づくりの一助となり、安心して暮らせる地域づくりに結びついていくことを願っております（「南砺さくら手帳」についてのお問い合わせは地域医療連携室までお気軽にどうぞ）。

精神科デイケアを紹介します。

外来看護師長 水島 由美

精神科デイケアは、在宅で生活する方の精神の機能や、社会で生きていくために必要な生活能力の回復、家族のサポートを目的として、個々の患者さんに応じたプログラムに沿った支援を行っています。

デイケアの利点（メリット）は・・・

- ①病気の再発防止：とくに患者さんをストレスから守り、安心できる居場所を提供することで社会機能の回復を目指します。
- ②多職種で患者を支援：医師をはじめ超ベテランの看護師、精神保健福祉士、心理療法士などの専門のスタッフが連携して患者さんを支援することで、相談内容に応じた対応により不安の軽減や、病気の再発の早期発見や悪化を予防できます。
- ③生活リズムの改善：定期的に通うことにより、一定の生活リズムができ、精神の安定につながります。
- ④対人コミュニケーションの訓練：デイケアを利用しているメンバーや、スタッフとの交流を通して対人コミュニケーションの訓練の場となり、社会生活を営む上でのスキルが身につきます。
- ⑤家族負担の軽減：患者さんが定期的に一定時間、家から離れてデイケアに通うことで、家族の気持ちにゆとりが生まれ、また家族がスタッフとの対話を通して心に安らぎが得られるような支援を行うことで、患者さんとご家族が、在宅での生活を長く継続できるようになります。

デイケアの一日

デイケアは9時～15時の6時間です。体調や生活に合わせて、ショート（3時間利用）も可能です。

プログラムの一例

●音楽・書道・調理実習・手芸教室・スポーツなど

スポーツでは、個々人の身体能力に応じて内容の工夫を行っています。今年は東京オリンピックと同時期の7月5日～7月30日に、北陸病院デイケアオリンピック2021を開催しました。4種類の競技（輪投げ・的あて・ゲートボール・玉入れ）にのべ33名の参加があり、メダルを争いました。コロナ感染拡大防止のためマスクをしながらの参加になりましたが、白熱した戦いが繰り広げられ、拍手と笑顔が溢れる大会となりました。

また、月ごとの行事も企画しております。8月25日には盆踊りを行いました。ボランティアが中止となり、開催見合わせも検討しましたが、急遽スタッフが踊りを練習し披露しました。スタッフの踊りと歌に手拍子をしたり、手振りや真似たりと、デイケアでの納涼を満喫しました。

●北陸病院デイケアの最大の魅力！栄養バランスや体や心に優しい食事の提供

栄養バランスがとれ、嚥下機能に合わせた食形態での食事の提供もあります。プログラム内には調理実習や、栄養の話などがあり、在宅での調理にも活かせる工夫があります。



我慢・我慢の生活にデザートで笑顔を！

栄養管理室長 小原 香耶

新型コロナウイルスに振り回されながら迎える2年目の夏、今年も病院内行事が中止や制限下での開催となり、患者様にとっては窮屈な入院生活となっております。

毎年夏に開催される盆踊りも制限がかけられてしまいました。そんな中、少しでも夏らしさを感じてほしい。栄養管理室としてできることはないかと栄養士と調理師で検討し、アイスクリームを提供してみよう！ということになりました。ただ…当院には摂食嚥下機能が低下した患者様も多く入院されているため、アイスクリームの提供が難しいことが考えられました。そこで摂食嚥下機能が低下した人でも安心して食べること



ができる形態のデザートを提供しようということになり、調理師長が腕によりをかけて夏風のデザートを開発してくれました。アイスクリーム

が提供できる病棟には栄養士と調理師が出向き、難しい病棟には夏風デザートをお食事と一緒に提供させていただき、少しでもありますが夏を感じていただけたのではないかと思います。

この先いつまで我慢の生活が続くのかわかりません。患者様にとって楽しみのお食事だけでなく、心にもパワーを与えられるよう、栄養管理室職員一同頑張っていきたいと思います！

