

今年の行事

病棟ナース 境田 徳史

当病院のレクリエーションでは、日常生活において気分転換をはかり、単調な生活に潤いをもたらす、又社会の中でのふれあいを目的に行っています。季節に応じた行事として、ぜんざい会、いちご狩り、花火大会、みかん狩り、ナイトバスレクなど、患者様と職員が一体となり行っています。院内ミニバレーボール大会では、日頃から練習している成果を発揮されています。「秋祭り」では、沢山の来店やカラオケ、くじ引き大会などが開催され、大好評でした。地域参加型の祭りを目指し、さらに充実した活動を行っていきます。

月	行事
1月	初詣
2月	ぜんざい会
3月	イチゴ狩り
4月	院内ミニバレー大会 花見
5月	
6月	くませいフェスタ
7月	七夕発表会
8月	花火大会
9月	
10月	秋祭り 熊本市スポーツ大会
11月	みかん狩り
12月	ナイトバスレク



ストレスマネジメント 研修会に参加して

広報 △委員

去る10月3日(土)鹿児島大学の松木先生による「ストレスマネジメント」研修会が行われました。どんな研修会なのかと緊張していましたが、松木先生の「ストレスマネジメント」研修で「ストレスを溜めては意味がないですから楽しくいきましょう」とこの言葉通り、とても楽しく有意義な研修会でした。ストレスは避けられないものだと感じました。しかしストレスは誰でも感じるもので、人によってストレスへの感じ方や耐性が違い、客観的にストレスの度合いを計れるということ、性格に応じて対処をしていくと良いことなどを学び、ストレスに対する考え方が変わりました。これからは自分の性格と上手に向き合い、ストレスと上手につきあっていきたいです。この研修会を日々の業務にも活かしていきたいと思います。

エコキャップ運動

ニキハートリーホスピタルではエコキャップ運動を行っております。

エコキャップ運動とはペットボトルのキャップを集めて、エコキャップ推進協会へ送ると、プラスチック製品とリサイクルされ、その売上金でポリオワクチンが購入でき、発展途上の国の子どもの支援がされるというものです。

1kgを400個として計算すると、800個でポリオワクチン1人分が購入できます。1kg(400個)が焼却されると3.15kgの二酸化炭素が発生します。

以下が、平成21年9月10日現在のエコキャップ推進協会へ送付した活動状況です。

累計個数…8,000個
フコチン…10人分
累計二酸化炭素削減効果…63kg



بانكينぐ食事会

平成20年9月から、病院行事の環としてではなく、栄養士独自の行事食として年に6回、病棟別に小規模なバンキング食事を開催しています。テーブルには人気メニューを取り入れた料理、デザート、飲み物が17種類並びます。この日だけの大サービス!! おかわりも自由にできます。音楽に乗ってにぎやかな雰囲気の中で食事を進めます。おおいしように食べられていく患者様の食へぐりに感動させられること間違いなし。



ニキハートリーホスピタル そよ風通信

新春号

発行/ニキハートリーホスピタル
■発行所/ニキハートリーホスピタル
■発行日/平成22年1月1日(第11号)



基本理念

ニキハートリーホスピタルは、患者様の心を癒し、社会で安心して生活が出来るように手助けをします。患者様、ご家族、地域の方々に寄り添った、家庭的で心の通った医療とサービスを提供します。

2010年 ニキエネルギー



理事長 仁木 啓介

あいさつ

皆様のご支援、協力により、ニキハートリーホスピタルは今年も無事に新たな年を迎えることができました。厚くお礼を申し上げますとともに、皆様の方の益々の健康とご多幸を申し上げます。ニキハートリーホスピタルは、今年更にバージョンアップしていきます。そのために、皆様にご報告しなければならぬことがあります。本来ならばすべての方々に直接お礼のご報告をしなければならぬのですが、紙面で失礼させていただきます。

128万馬力



私(仁木啓介)は平成5年4月当院の院長に就任し、平成16年7月より理事長を兼任してきました。院長職に就き15年と9ヶ月になります。病院の特色を打ち出し、誰もが気軽にニキハートリーホスピタルを訪れることが出来るような病院づくりを心がけてまいりました。お陰様で小さなお子供からお年寄りまで幅広くご利用いただけるようになってきました。未来の病院のあり方として更に地域の皆様が必要とされる病院に発展するために、本年1月1日より院長職を退き、平成22年10月より

外来診療のご案内

受付時間 8:30~11:30 / 13:00~16:30 ※初めての方は予めお電話でのご予約が必要となります
診療時間 9:00~12:00 / 13:00~17:00 ※スリスケア外来(要予約) スリスケアカウンセリング(要予約)
休診日 土・日・祝日 ※再来急患の場合は、この限りではありません

	月	火	水	木	金	土
午前	仁木 啓介 寺岡 和廣 宮里 哲也	岩淵 龍太 林 俊文	寺岡 和廣 平村 英寿	宮里 哲也 松尾 智彦	岩淵 龍太 林 俊文	休 診 ★
午後	仁木 啓介 寺岡 和廣 宮里 哲也	岩淵 龍太 林 俊文	寺岡 和廣 平村 英寿	宮里 哲也 松尾 智彦	岩淵 龍太 林 俊文	休 診 ★

再来予約専用電話 090-1779-5326

★特殊外来 ☆予約診療

精神科・神経科・神経内科 医療法人仁木会
ニキハートリーホスピタル
NIKI HEARTLY HOSPITAL
〒862-0920 熊本市月出4丁目6-100
TEL.096-384-3111
<http://www.niki-hp.or.jp>

JR熊本駅～バス・徒歩……………約60分
熊本インター～車……………約20分
阿蘇くまもと空港～車……………約30分

事務からのお知らせ

入院費・日用品代お取扱い時間のお知らせ

お取扱時間： 平日 午前9時～午後5時
土曜日 午前9時～午後12時30分

※土曜の午後、日曜日、祭日のお取扱いはしてありません。尚、当院ではご指定の口座より自動振替による、入院費・日用品代のお支払いが出来るサービスを行っています。詳しくは窓口へお尋ね下さい。

入院費、外来診療料、カウンセリング料……

☆クレジット、クイックペイによるお支払いが可能です。
☆お支払い方法は一括払いとなります。(分割払い・リボ払いはお取扱いしておりません)
☆ご利用いただけるクレジットカードは右記になります。



保険証確認のお知らせ

外来…診察毎時 入院…月1回 ※窓口での提示をお願いします。

直通電話番号のお知らせ

- ☆初めての方・お問い合わせ等は代表電話へ ☎096-384-3111
 - ☆一般外来(診察予約・変更・キャンセル) ☎090-1779-5326
 - ☆特殊外来・ストレスカウンセリング(診察予約・変更・キャンセル) ☎096-383-4679
 - ☆デイケアに関する問い合わせ ☎096-384-3151
- 予約受付時間(平日のみ) 午前 8:30~12:00 午後 1:00~5:00

編集後記

編集委員 事務課 吉川美智子

「そよ風通信・新春号」を皆様のお手元にお届けできてホッと致しております。さて、今回のテーマ「ニキエネルギー」は、いかがでしたでしょうか。当院のエネルギーを、感じて頂けたでしょうか。世間では、クリーンエネ、省エネ、太陽・宇宙エネなど話題になっておりますが、皆様にとっての「心のエネルギー」の源は、何でしょうか。我が家では、家族間の「おはよう」「行ってきます」「ただいま」の一言の様な気がします。今年も、皆様にわずかでもエネルギーをお与えられる様「笑顔」をモットーにがんばります。

津崎事務長(委員長) 矢形(デイケア) 川上(業務課) 小川(病棟) 久保(栄養課) 吉川(事務課) 秋成(リハビリテーション課)

新院長ごあいさつ



院長 寺岡 和廣

1月1日より、仁木啓介先生のお託を受け、ニキハートリーホスピタルの院長に就任した寺岡和廣とさせていただきます。

当院に勤務しております寺岡和廣先生が院長に就任したことをお知らせ致します。寺岡先生とは中学時代からの親交で、寺岡院長も精神科Dの長男として生まれ、多くのものを共有できるもって信頼している仲間の一人です。熊本中央病院の精神科部長を約10年勤め、一般の精神科診療ばかりでなく他科との連携(リハビリや癌の患者様の心のケア緩和ケアなど)にも活躍されておられます。私は、トラウマ関連の治療を専門に行っておりますが、寺岡先生が院長として活躍することにより、一般病院との繋がりが更に強くなり、地域の多くの方々に愛される病院に発展していけばと考えています。

平成23年九州新幹線が全線開通して「くまもと」が運行予定です。S字や昔の電車は、一つの駆動車両で客車を牽引(動力集中方式)していましたが、新幹線をはじめ、今の日本の車両は動力分散方式を採用し駆動車両を複数配置しています。動力分散方式は車両の軽量化、急勾配やカーブへの対応、スピードアップに効果があります。九州新幹線の区間は勾配が大きいため「くまもと」は全車両が駆動車両になる予定です。

ニキハートリーホスピタルは「くまもと」のようにならなければならぬ。皆様が必要とされる病院に向けて走り続けてまいります。平成22年秋には、更に進化した私たちがお伝えできるものと思っております。



2010年です。鉄腕アトムは今から60年前に未来の世界で活躍しました。その未来の世界が今です。アトムは10万馬力。ニキハーティーホスピタルは1260万馬力です。人にやさしい看護を目指す当院の目標です。そこで、エネルギーあふれるスタッフを取りまとめる各部署の長を紹介します。いわばエネルギーの源です。そんな「ニキニバー」今年もよろしくお願ひ申し上げます。

広報 小川



病棟B病棟ヘッド
緒方美穂

2010年に向けての抱負
めまぐるしく変化していく社会情勢の中で何が本物で何が偽りなのか見極める事の難しさを痛感した年でもありました。ある有名なアニメーターが原案に苦しんでいる状況を【自分は漂流している】と表現していました。今の自分にも当てはまる言葉です。しかし流れに逆らわず自分の気持ちに素直に向き合うことで必ず何処かへ漂着しそこからまた新たな目標が見つかること信じています。



ストレスケア病棟ヘッド
木本玲佳

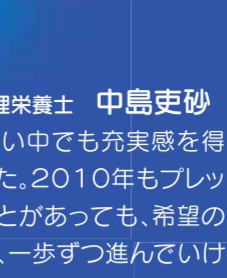
2010年は「とらどし」です。
とびっきりらぶりーでどらまっちゃうしあわせいっばいの1年でありますように♡
じんわりと、やさしさとあたたかさが胸に広がっていく、まど・みちおさん(100歳!!)の詩が大好きです。「とらのうた」を見つけました。

とらのうた
とらが はやしをかけたとき みにみにはっぱが なたたてしよ
トラララララ トラララララ トララララララ
とらが はやしをかけた あと しずかに はっぱが ふたてしよ
トラララララ トラララララ トララララララ
とらは ねてます いま おりに ゆめで はやしを かけてましょ
トラララララ トララララララ トララララララ
(※声に出して読んでみて下さい)
まずは、私、とらに会いに、動物園に出掛けてみようと思います。
トララララララ。



外來ヘッド
花野章子

平成20年7月から、患者様へのサービス充実へ向け、外來・訪問看護、デイケア一体となりました。私の中ではやっとやっと1年余りたったなあ、まだまだ頑張らなくては行けないなあ、思いながら、スタッフに支えられながらの毎日でした。これからも明るく、優しく、たくましいスタッフと一丸となって元気に皆様のお力になれるよう努めたいと思います。どうぞ宜しくお願い致します。



管理栄養士
中島史郎

昨年もお忙しい中でも充実感を得られた一年でした。2010年もプレッシャーになることがあっても、希望の気持ちも込めて、一歩ずつ進んでいけたら満足です。これまでの積み重ねを少しでも自信につなげていきたいです。



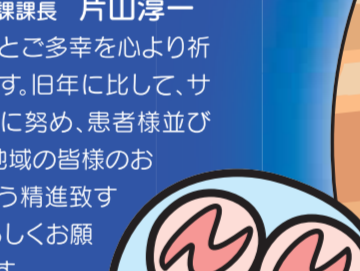
心理課課長 臨床心理士
橋本恵子

本年は昨年を引き続き、患者さんおよびクライアントさんのお話を丁寧にお聞きすることなどを通して、その人らしい人生を歩めるよう、ともに考え、より適切なお手伝いをさせていただきたいと存じます。本年もよろしくお願ひ申し上げます。



看護管理部長
後藤郁美

医療環境が激変する中、「選ばれる病院」として医療提供体制の変革が迫られています。どのような事象や状況においても柔軟に対応・解決できるように、変革へのエネルギーを常に充電させ、新しい知見を積極的に獲得していく必要性を痛感しています。看護においても判断力や裁量権が強く求められるようになってきました。成長と自己改革は必須です。力量不足ではありますが、「今できる最善のことをやる」をモットーに、自らを奮起させ組織力の充実につなげていきたいと思っています。



地域生活支援課長
片山淳一

皆様のご健康とご多幸を心より祈念申し上げます。旧年に比して、サービスの向上に努め、患者様並びにご家族様、地域の皆様のお役に立てるよう精進致す所存です。よろしくお願ひ申し上げます。



事務長
津崎勇二

09年8月友愛政治をスローガンにした民主党が、政権交代を果たしました。そのマニフェストに、社会保障費削減の撤回、診療報酬の増額等を掲げていました。しかし、それらを埋める財源が厳しいことには変わりなく、私達医療者全てが満足行くような改訂にはほど遠いものになると思います。しかし、2010年ニキハーティーホスピタルは、変革することをおそれずにいきたいと思ひます。中央病院で活躍されていた寺岡先生を院長に迎え、病院の顔であるロビー・外來診察室・管理部等を大幅に改築します。地域に向けた診療体制を充実させるためです。そして、基本理念にある「寄り添った」と「心の通った」医療とサービスをもっと深めていきたいと思ひます。患者様が喜ぶものを感じ取って、考え抜いて、具体化する。そして、患者様が本当に安心し、信頼して来ていただけるような病院を目指します。



1病棟閉鎖病棟ヘッド
芳崎 司

1病棟では看護力の向上を目標に立てて取り組んでまいりました。日々の看護の中で、患者様から気付かされたことを無駄にせず、よりよい看護を提供してまいります。



業務課課長 薬剤師
村上陽子

ニキハーティーホスピタルの改築に伴い、薬局も新しく変わります。電子カルテ導入や調剤機器の充実により、目指すは調剤時間の短縮!!
そしてもちろんミスを起こさぬよう、正確さをモットーに一同頑張っています。皆様に緊張や不安を与えぬよう、疑問点や困っていることなど何でも気軽に相談してもらえ関係でありたいです。



療養病棟A病棟ヘッド
松尾敬博

笑顔や笑い声のする明るい病棟作り、その様な雰囲気や患者様の心を癒やすものと確信をしています。「笑顔を保つ、気配り、信頼される看護者になる」を一番の目標に掲げ、日々頑張っています。



2病棟(合併症病棟)ヘッド
木山博文

近年温暖化が進んでいるとはいえ、日本は世界的にも気候に恵まれ、四季折々の風情を感じることができます。個人的には、秋が好きです。昨年、病棟ヘッドとして、2年目の年でした。慌ただしく過ぎた1年目に比べますと、気分うことも冷静に取り組めた年であったと考えています。中でも最も大きかったのは、同部門、他部門とのコミュニケーションが、より円滑なことに起因すると思ひます。ここでいうコミュニケーションとは、「患者様第一」、「良く話す」、「相手の立場になる」、「建設的で前向き」を指しており、その点では、横のつながりも円滑に図れ、100%ではないにしても、適切なサービスは提供できたのではないかと考えております。今後も患者様満足度をより向上できますように、協力体制を持ってスタッフ共々頑張っていきたいと考えております。

仁木理事長のTV出演

2009年の10月23日に熊本県民テレビにて仁木理事長のインタビューが放送されました。その一部をご紹介します。
「テレビの特集です。殺人事件で20歳の娘をうしなした男性。事件から6年をおかえ、自分の体験を語り始めました。心の再生に向けて歩き出した一人の遺族を取りました。Aさんは、5週間に1度のペースでカウンセリングを受けています。」
「Aさんを殺してやりたいという気持ちは自分の心の奥底に置いておく感情であった。それを人前で表現してはダメだ。という思いがあったんじゃないですか。それを肯定してもらったから、あの時は、本当に安心しました。」
「それは誰でも感じることだと思います。」
「テレビで自分の気持ちを語る場所を得たこと、少しずつ新しいことに挑戦できることになってきたと言います。」
「Aさんはいま一生懸命活動をしていらっしゃいます。それは彼のためでもあるし、同じ被害を受けた人たちのためでもあります。」
「テレビでAさんが始めた活動。それは自分の体験を伝えることでした。」
この後、Aさんの活動の様子やお孫さんを抱いて笑っているAさんの紹介がありました。番組を通じて、Aさんの確かな一歩を感じました。



薬物依存症について

医師 林 俊文

マスコミ報道や夜回り先生こと水谷修先生の著作、講演、テレビでの取材でご承知のように、現在芸能人に限らず、日本社会では大麻、覚醒剤の使用が一般人を含めて蔓延している状況です。インターネットでも簡単に危険な薬物が入手できる時代となりました。



うつ病になり、以上が薬物依存症の進行の過程です。
依存症という段階に入ってしまうと意志の力で使用のコントロールが出来なくなります。たとえ一時的に止めたり、薬物の種類を変えたり、量を変えたりしてコントロールしているかのようにみえても、結局は元のよう使用に戻ったり、別の薬物にすり替わっただけだったりします。そしてやがて生活のすべてを犠牲にしても薬物を求めるようになります。

薬物依存症は、本人の意志、人格の問題でなく病気の一種です。「まだ大丈夫」と思っているうちに、体ごとく、生活のすべてを壊し、家族や周囲の人を巻き込んでしまいます。回復のためには、専門的な治療や援助が絶対に必要不可欠です。



山芋の揚げだし



【材料】(5個分)
山芋(長芋・やまと芋・つくね芋等) 500g
だし汁(麺つゆ又はだしの素等) 400cc
大根おろし 適量
刻みねぎ 適量
※お好みでもみじおろしてもOK!!

【作り方】
①芋の皮をむき、すりおろしたら、しばらくグルグル捏ねます。(長芋の場合水っぽいのので片栗粉を大きじ3加えます)
②適当にスプーンですくい、180度の油で揚げます。
③途中で返して、きつね色になるまで揚げます。
④芋を揚げている間に、だし汁・大根おろし・刻みねぎを準備します。
⑤揚げた芋を器に入れ、その上に大根おろしと刻みねぎをのせ、だし汁をかけて出来上がり。
※(揚げたての芋は外はカリカリ、中はモチモチです)



エネルギーアップ

身近にある
エコキャップで
1日の運動を
占ってみよう!
(準備する物)
エコキャップ 17個
(黄色、青、オレンジ、赤、緑、グレー、白)
外から中が見えない紙袋もしくはニール袋...1枚



黄色.....エネルギー100%アップ
お世話になった人にありがとうと言ってみよう。良いことが起きるかも。
青.....エネルギー70%アップ
体に耳を傾けてみましょう。何か見つかるかも。
オレンジ.....エネルギー60%アップ
気が転換に公園に行ってみましょう。嬉しいことがあるかも。
赤.....エネルギー20%アップ
お財布の紐はしっかりと。衝動買いが防げるかも。
緑.....エネルギー80%アップ
自然とふれあいに行きましょう。心が安らくなるかも。
グレー.....エネルギー50%アップ
心を静かにしてみましょう。見えなかったものが見えてくるかも。
白.....エネルギー130%アップ
自信を持って行動してみましょう。今までにない自分を発見するかも。

①エコキャップを袋に入れます。
②袋の口を手で縛るように持ちます。
③④の繰り返し。
④袋に手を入れエコキャップを倒します。
⑤出た色が今日のあなたの生活のヒントです。

2010 ニキエニバー