To the second se 太陽光 緊急時に対応で る割合が高まる中、停電など万一の事たな設備も整い院内において電力に

ニキハーティーホスピタルは 熊本が大好きです。



完成



ロアッソ熊本を応援しています。

高橋 教朗

受付時間8:30~11:30/13:00~16:30※初めての方は待ち時間解消のため、お電話でご予約ください

診 療 時 間 9:00~12:00/13:00~17:00※ストレスケア外来・ストレスカウンセリングは、ご予約の上ご来院ください 休 診 日 土・日・祝日※再来急患の場合はその限りではありません 仁木 啓介 宮里 哲也 岩渕 龍太 岩渕 龍太 寺岡 和廣 寺岡 和廣 林 俊文 高橋 教朗 林 俊文

再来予約専用電話 090-1779-5326 096-383-7810



宮里 哲也

至鹿児島

精神科・神経科・神経内科 医療法人仁木会 ニキ ハーティー ホスピタル

NIKI HEARTY HOSPITAL 〒862-0920 熊本市月出4丁目6-100

至八代·鹿児島



至鹿児島

TEL.096-384-3111 http://www.niki-hp.or.jp



至御船

講演先 被害者支援の実態

月日 犯罪被害者支援センターボランティア講座 1月12日 EMDRをうまく使う為のコミュニケーション技法 効果的なRDIの使い方 東海EMDR勉強会 3月20日 5月13~14日 座長:EMDR-Japan-Hap 立ち上げ EMDR学術大会(東京) 日本産業カウンセラー協会 5月21日 PTSDの理解とその対応について 5月25日 特別派遣対策本部員を対象にした「PTSD対策」 熊本県警本部 管区機動隊員を対象にした 熊本県警本部 「PTSD予防の為の集団指導」 YMCA主催 心のケアボランティア講座 6月12日 心的外傷後ストレス障害PTSDの症状と対応 研修ファシリテータ 日本臨床催眠学会(兵庫) 6月25日 7月3日 臨床催眠の実際 鹿児島催眠療法研究会 8月5~7日 研修ファシリテータ EMDRパートI(山形) EMDRを用いた地震・津波被災者支援 EMDR-Japan-Hap(人道支援プログラム) 「トラウマへのプレイセラピー」 9月10日 日本描画プレイセラピー学会 描画を利用した多面的アクセス 10月8~9日 座長:解離性障害の治療 臨床催眠学会(東京) 10月30日 災害支援 東北大学(仙台) 11月20日 EMDRを用いた地震・津波被災者支援 EMDR-Japan-Hap(人道支援プログラム)写真(11月21~23E EMDR-パートII(仙台) 解離に関する専門講義、研修ファシリテータ 災害時等における"心のケア"ボランティア講座 YMCA主催 心のケアボランティア講座 写真®

家庭裁判所

2096-384-3111

2096-384-3151

広報委員 矢形

【】 ニキ ハーティー ホスピタル 11月27日 基本理念 虐待・DV・PTSDの視点に立った家族病理 ニキハーティーホスピタルは (複雑性PTSDの理解) 患者様の心を癒し、社会で安心

入院費・日用品代お取扱い時間のお知らせ

☆□座振替のお知らせ☆

保険証確認のお知らせ

※土曜日の午後、日曜日、祭日のお取り扱いはしておりません。

すので、是非ご利用下さい。詳しくは窓口までお問い合わせ下さい。

入院費、外来診察料、カウンセリング料……

☆初めての方・お問い合わせ等は代表電話へ

後

ばと思います。ことしもよろしくお願いします。

☆デイケアに関するお問い合わせ

集

☆クレジット、クイックペイによるお支払いが可能です。

(一括払いのみとなり、分割払い・リボ払いはお取り扱いしておりません)

外来…診察毎時 入院…月1回 ※窓口での提示をお願いします。

祭り」のかけ声にエイヤーと始めましたが…「本」で止まっています。

久保(栄養課) 秋成(デイケア) 有働(事務課)

☆お取扱時間☆ 平日 午前9:00~午後5:00・土曜日 午前9:00~午後12:30

ご指定の口座より自動振替えによる、入院費・日用品代のお支払いが出来るサービスを行っており

ます。定期的に来院するのが大変な方、遠方からお越しの方等、大変便利なサービスとなっておりま

☆一般外来(診察予約・変更・キャンセル) ☎096-383-7810・ 2090-1779-5326 ☆ストレスケア外来・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

予約受付時間(平日のみ) 午前 8:30~12:00 午後 1:00~5:00

「ときめき」 片付け法。 デイケアでも大ブーム (スタッフだけ?)、 あちこちで吹聴し

てまわりました。モノとどう向き合うか。ナルホド、そうか。よし、やるぞ。片付けは「お

さて、昨年、ニキハーティーホスピタルは太陽光発電に着手しました。これまで何気

なく使っていた電気やエネルギーについても考えさせられます。3.11を経験して価値観

の転換が起こりました。今年は少し冷静になって「ときめく」モノや出来事に出会えれ

津崎事務長(委員長) 矢形(デイケア) 後藤(薬務課) 小川(病棟)

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

■発 行/ニキ ハーティー ホスピタル

■発行日/平成24年1月1日[第15号]

■理事長/仁木啓介

(F

スピタ

た医療とサービスを提供します。

繋がるこ

5

にとって最も

の皆様。特に患者様との出会いは私の医療者とし 色々な職種の方々に支えられているお陰で、 欠かせない大きな出会いなのです。それに当院にお して大過なく過ごしていると考えて はもちろんのこと: わがままをいつも笑顔で許 心配をかけ続けて 人の代 わりなどいるはずはないのです。この 大切なことは縁 人生と関わってく D笑顔で許してくれる友人こいる両親を始め家族との へ生の先輩と-へとしての成長においても決 私にとって大切なことかは わってくれる数多くの病して熊本大学病院からス しても大きな影響で始め家族との出会 ち出会 、私は院 の病

かな誤解でボタンの掛け違いが起こることがあり います。素晴ら-られない るためには、 別離はあり ます。でも 私の

古今集」等外があり「和歌」と呼ばれ昔 日本の短歌として最古と 葉集」であり、後に「古今集」、「

私達が作る短歌は、これの流れを源流 句三十一文字」の る。

言われる か新

大切なものは、個人へ家族へ仲間へ地域社会へ国・

八はそれぞれのやり方や

は失いも

がゆるみ記憶や感情が漏れ出てくる。そ

な視点で広がり

戻す。激動だった平成23年も

いく。賑わっていた

み込んで

定刻通りに電車

たり、対象喪失に関連する、単に失った事実を否認し

へ々がいる。

中で

八生を送れることに

ら数多くの出会!

短歌は本来主 心をうつ た物や事柄を掴み31文字ちらでもいい。日々の生活短歌には口語と文語の表短歌には口語と文語の表に、人に読まれ、はじめて他 い。心が物に託されて観の声であるが、



氾 濫 宰 木

理子

焙いた言葉や感性をも? ていい。その物と心をタ が短歌である



熊本県精神科病院協会誌の1

分にさしかかった時期に書いたエッセ 学、高校、さらに大学、そして研修医時代を経て を書きま のエッセ-号に「折り返 した。出生から中 だったので、この

いったでくれる恩師の皆様、そしいに勉強だけではなく人生の失い、私のわがまま。 の出会いがどれだけ いほどです。

れから普段から疑問を感じた時には必ず 異なることが伝わることによって生じる、 い出会いがあっても、
に時には必ず直接尋ね

自分史

院 長

雨ニモマケズ

苑子

人として日々成長したいと思います。よろしくお願いします。昨年から事務としてニキハーティーホスピタルで働いています。社会

もよろしくお願いします。 臨床心理士として心理面接や心理検査を担当しております。

す。宜しくお願い致します。 「健福祉士として働いています。新人らしく、明るく元気に頑張ってい、「光太郎です。平成23年3月20日からニキハーティーホスピタルの精神皆様、こんにちは。技術診療部・地域生活支援課、精神保健福祉士 藤

幸せになります。こんな僕ですが見かけたら声ポーツが好きでOTで行っているミニバレーで 原を見ると います。 ス

吉田

くまモン)人とのつな らすウサギ(6カ月) らすウサギ(6カ月) 男子トイレに入ろうよ 男子トイレに入ろうよ 私… >> 存在です♡ 在です♡ (ドキンchan♡)供が支えてくれるからこそ、頑張れる私。1番大切な… >> 子トイレに入ろうとして長女から注意されて気づくも気づかない私…┍┍ビーカーに子供を乗せたまま、坂道から転げ落ちたの 好の者、楽の者にしかず。』の者、好の者にしかず。

一生のうちで何

なと思い引用しました。 (キムチ)近耳にした言葉ですが、こんな風に「楽しむ」って大切大切な言葉も代わってしまいました。 な者は楽しむ者に及ばない。という意味です。年と共論語の一節です。知っている者は、好きな者に及ばず、好論語の一節です。知っている者は、好きな者に及ばず、好

出会い

ることが出を"…」 日、スタッフと共に流した涙、匈り、本当にありがとうございました。3月25日合格発売り学、薬理作用、副作用etc)

ものです。 (りんご)しますが日々の家族との時間は本当にかけがえのないくなる…。そんな現実を考えさせられました。ケンカも震災のニュースを見て、さっきまでそばに居た人がいな震災のニュースを見て、さっきまでそばに居た人がいなっちは夫婦2人ですが、今年は家族が増える予定です

なかなか大切にできていませんが(笑)

(ドラえもん)

家族との

6た、新たな病棟へ配属となり、目まぐホスピタルへ入職し、資格も取得する

坂 看護師

業がカワユイス!! メガカワユイス!! (アキバボーイ) ハイス(g) そして、

4

ででいるでは、 を在。震災が起きて、何を持 をだそうかと考えたとき、 をだそうかと考えたとき、 の存在が頭に浮かん

アン声掛けてください。ど中古CDですが、カナリアとののですが、カナリア (ニッシー) (ニッシー) (コッシー) (コッシー)

『誇

ながら、日々勉強の毎日を1として患者様の食生活を

戻すために、今度修行に行ってさています。年下からからかわれ私の大切なものは「誇り」です (閉鎖の竜) (閉鎖の竜)

健康』

もの。(8日目の蝉)きる活力となっている。お金では決して得ることはな倒な事もあるが、それ以上に、自身の心の支えになり、毎日生活する上で、家族が存在することで、嫌な事や

さが身にしみる。(ニキニキ)、仕事に集中できなくなる。普段意識しない健康の有難さは分からないが、少し不具合となると、気が滅入いつも健康であれば、それが当たり前であり、健康の

⊘family⊘

(2才)、コードや壁をかじり、部屋をめちゃ×②に荒頼りがいのある長女(4才)、甘えん坊でわがままな次

寒 冬を健康 1 過 じつ



つために必要だと考えられます。ました。これらから冬場こそ、快眠す

ることが健康を

9

イ・カとしり引きたと思うによって、 を取りにつけないことがあります。似たような経験がある方もいらっしゃるかもしれません。このようなときには、お風呂などに入り手足を温めて横になることで、よく眠れることが多いです。 人間は睡眠状態になるときには、手足の先から熱を放出し、体内の深部温度を下げることでもには、手足の先から熱を放出し、体内の深部温度を下げることで睡眠状態になります。ちょうど、冬眠する動物たちと同じで、人間の場合はその周期が短いだけです。 皆さんも寝付く際にふと目覚めたら、手の平や足の裏皆さんも寝付く際にふと目覚めたら、手の平や足の裏らかの原因で目覚めてしまった状態だと考えられます。 「汗ばんでいるのは気持ち悪いので、夢見が良くなかったと考えそうですが、そんなことはありません。健康である証拠のひとつなので、汗をふき取り、暖かくして再度の深部温度を下げることはありません。健康である証拠のひとつまのは気持ち悪いので、夢見が良くなかったと考えそうですが、そんなことはありません。健康である証拠のひとつまった状態だと考えられます。

冬こそ、よく寝て、健康に過ごしましょう。

資格と り ま た



・ 無事に看護学校を卒業し、看護師の資格を得ることができました。今は1病棟で看護師として毎日勉強中です。今回、インタビューを受けることになり、何を話していいのかと考えた中、看護学校で印象に残った事を話そうと思います。一番印象に残っているのは実習です。実習先での指導のきびしさや実習でのレポート作成が大変だったからです。レポートの作成では、夕方から朝方までにつたからです。レポートの作成では、夕方から朝方まであきらめずにやりとげる事ができました。サポートしてくれた方々に本当に感謝しています。今後も感謝の気持ちを忘れず、毎日頑張っていきたいと思います。



「お母さんはタダじゃ終わらないと思ってた」と娘のこ盾かない。とうてい言葉では言い表せない感覚でした。一暗い部屋に電気がつき、サーカスのように足が地に入口格した!! え~っ?! 私が、ほんとに…。

ここでも年令が邪魔した感じで覚えられない学では教科書を丸暗記し試験を受けるのですのだろうかと、結局1年悩みました。のだろうかと、結局1年悩みました。のだろうかと、結局1年悩みました。のだろうかと、結局1年悩みました。のだろうかと、結局1年悩みました。のだろうかと、結局1年悩みました。

始まりです。事前レポート、実習目標、事前学習などなやっと実習に行けると思ったのもつかの間…また試練

います。どうぞ宜しくお願い致します。
笑顔と安心感を与えられる管理栄養士でいたいと思けなければという姿勢で仕事に臨んでいます。
特への影響を理解し易く説明し、その中で患者様自身が体への影響を理解し易く説明し、その中で患者様自身が体への影響を理解し易く説明し、その中で患者様自身がは、

官理栄養士という資格を取ることが出来、感謝しておりあり、励ましの言葉をかけて頂きました。その結果、回の試験に臨むにあたり、たくさんの方々の協力が

お願い致します。

助けが出来るよう努めてまいりたいと思います。宜しく助けが出来るよう努めてまいりたいと思います。宜しく意者様とのコミュニケーションを大切に、個々の栄養患者様とのコミュニケーションを大切に、個々の栄養通しての勉強を深めてまいりたいと思います。

W セイ

短歌

初夢でドル箱積みてニヤニヤと

気づ

梅干 それでも勝てぬまぶたの重みしにコーヒーフリスクすべて駆使

争奪戦の2800末の売店利用率いと高し 〇円弁

チョコレ

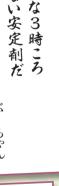
これ以上ない安定剤だり仕事多忙なる時ころ

また年をとり心寒しもたらあっという間にお正月 五・七・五・七・七・

エット この食欲では夢のまた夢

夕焼けよ真っ赤に梁まる景色なり

かぞへていしが 煮事に生れたり孫が生まれくる日を指折りて



伓養の基本となるのは睡眠です で、ストレスを感じやすくなるといレスの感じ方は反比例関係にあり、 て栄 養のバ

今回は休養について考えたいと思います。す。健康に過ごすためには、休養と活動、そしてうンスが取れていることが必要です。今年も、寒い冬がやってきました。

ることも最近の研究から知ら、睡眠不足はうつ傾向になり

〔材料〕[2人分]

·黒豆······ 135g

·ざらめ · · · · · 50g

塩・・・・・ 小さじ1/3杯

を入れて火にかけておきます。

ねて耳たぶくらいのやわらかさにします。

·白玉粉

①ぜんざいから作ります。黒豆と水を鍋に入れ火にかけます。

④白玉粉をボールに入れ、40ccの水を少しずつ加え、良くこ

適当な大きさに丸めて、③の沸騰したお湯の中に入れて茹

)浮き上がって、1~2分たったものからすくいあげ、冷水に

つザルにあげ、①のぜんざいの鍋の中に、白玉を入れて出来

②沸騰してから、ざらめと塩を入れ、中火~弱火にします。 ③別の鍋で、白玉を作ります。白玉粉をこねる前に、鍋にお湯

···· 50g

·水 ······40cc

ぜんざい

浸します。

上がりです。