

こころこころこころ

新年度のごあいさつ

「多職種協働の大切さ」院長 森川 将行

各職種責任者からのごあいさつ
新人のごあいさつ

こころのイベントNEWS

令和元年 こころの県民公開講座

「身近にひそむ依存症」
～ギャンブル依存症について知ろう～

ごちそうごはん!!



ロコモコプレート
～サラダ&フルーツ添え～

vol. 54



新年度の新規採用職員と当センターへ異動で
赴任されたフレッシュな皆さんです。
よろしくお願い申し上げます!



「多職種協働の大切さ」

川 将行

この度、新しい元号「令和」を迎えるにあたり、改めて身の引き締まる思いがします。様々な課題が精神保健医療福祉の分野にはありますが、少しでも良い方向に改善するよう職員が一丸となって取り組んで参ります。

さて、この精神保健医療福祉の分野ではご存知のように様々な職種があります。当院においても、現在、常勤の精神科医師16名、看護師145

名、精神保健福祉士10名、心理士6名、作業療法士12名、薬剤師3名、栄養士2名、放射線技師1名そして臨床検査技師3名等の職種が勤務しています。「チーム医療」の必要性が叫ばれてから久しいですが、これは、「医療機関において、1人の方を支援するために、多職種が連携・協働して支援を行う医療」を意味します。感染症などの急性期疾患で多くの方が病院で亡く

なっていた時期、病院での診療が主であり、医師をリーダーとするチーム医療で完結していましたが、がん、脳卒中、虚血性心疾患、そして糖尿病などの慢性疾患が増えてくる中で、疾患を抱えながら地域で生活することが多くなってきました。そこには日常的なケアが必要となり、医師だけではの意見や視点だけでは対応が困難となってきました。勿論、こころの病も例外ではあ

りません。病院のみならず地域社会で過ごしていくためには、一人ひとりの生活が重視され、それぞれが「より良く生きる」ことを支援していくためには多職種での協働が必要となります。

よくある話として、忙しく

見える医師には言えないこと

も診察後に看護師や心理士に

話をし、日常生活、障害年

金や制度上で困った時には精

神保健福祉士に相談し、そし

て薬の副作用が心配なら薬剤

師といった具合です。相談を

受けた各職種が必要に応じて

電子カルテ上でその大切な情

報を共有することで、結果的

に担当医師にも伝わります。

「自動車運転免許がとれた」

「作業所に行くことができた」

そして「デイケアに参加した」

といったうれしい話が伝わって

きます。時には、「家族のよ

うに大切にしていた犬が老衰

で亡くなった」ということを

知り、次の診察を迎えること

もあります。訪問の看護師が

実際に自宅を訪問したことで

自宅での様子が分かり、その方の悩みが解決する方向に向かったことや、しばらく病院に来ていなかった方が精神的に調子を崩していることがわかり速やかに入院につながることもできました。1人の医師では困難なことでも多職種でならよりよく対応することが可能となるのです。

このような多職種協働の作業は専門の資格を取っただけですぐにできることではなく、日々の努力と研鑽が必要です。理想的な多職種協働は、職員が互いに協働することで、さらにその能力を高め成長していくものです。こうしたチームアプローチを支えている5つの要素があります。①横の人間関係、②互いに学び合える雰囲気、③自らの専門職への自信と他専門職への敬意、④誰のため、誰のニーズを満たすために、私たちはがんばっているのか、という原点に立ってみること、そして⑤チームの他職種を心理的に支えることです。

引き続き県民の皆さんのより良いこころの健康をめざして、多職種で取り組んでまいりますので、今後ともよろしくお願い致します。





診療運営調整監兼
診療技術部 部長
中瀬 玲子



新年度のごあいさつ

新しい気持ちで

新年度を迎えました。

この原稿を書いている今、桜が寒さに震えながら、長く咲いてくれています。暖冬でしたので3月中に咲き終わってしまうのではないかと杞憂を見事に裏切って、2週間近くも花を楽しんでいるわけです。聞くところでは、桜というのは、寒さに当たってはじめて開花スイッチが入るのだそうです。

振り返って昭和の終わり頃に医師になった私は平成15年に三重県立こころの医療センターに赴任していますので、平成のおよそ半分、すなわち私の医師人生の約半分をこの病院で過ごさせていただいたことになります。この間、精神科医療を取り巻く変化はめざましく、これからも更に進歩するでしょう。しかし、その一方で、令和の時代になっても、あるいはAI(人工知能)の時代になっても、変わらぬ丁寧な人間的要素が求められるのも精神科医療だと思うこの頃です。

新年度で職員の異動もあり、新しい顔ぶれが若々しくフレッシュな気持ちをもたらしてくれます。新しい気持ちで、あせらず、くさらず、歩みたいと思います。

まとまりのない文章になってしまいましたが、今年度も宜しくお願いします。



診療部 部長
山城 一訓



新年度のごあいさつ

悩みをなくすヒント

後悔、心配、人間関係、が皆さんの悩みのトップ3だと思います。

〈後悔〉は過去の事実を受け入れたくないときに発生します。過去の事実をなんとか自分に都合良く書き換えたいけど、できない(当然です)。あきらめきれず、自分を責めたり、他人のせいにして恨んだりします。

〈心配〉は未来が自分の願望どおりになってほしいと思うときに発生します。でも、世界は私たちの思惑とは無関係に展開していくので、未来はわからず、不安になります。

〈人間関係〉の悩みは、自分を認めてほしいという願望から発生しますが、どれだけ努力をしても、他人の本心を読むこともコントロールすることもできません。

共通する構図は[自己中心的な願望 VS 理屈どおりの現実]です。どうやら悩みをなくすヒントは自己中心性からの脱却にありそうです。



新年度のごあいさつ



看護部 部長
村田 たまみ

新たな
気持
ちで…

当院では例年新年度が始まる頃には桜が咲き誇り、私たち職員や当院に来られる方々の目を楽しませてくれていました。ところが今年は桜並木が減り今までは少し景観が変わってしまい寂しく感じていました。それでも新人職員を迎え入れる頃に合わせるように開花し、新年度は満開の桜が咲く中でスタートする事ができました。

当院に赴任し10年が経ち、この4月から看護部長となりました。看護職は専門職チームの中でも患者さんに最も近い存在であり、医療チームのキーパーソンであると考えています。入院中から退院後の生活をイメージし、患者さんやご家族の希望を取り入れた具体的な方法を考え、多職種とコミュニケーション良く連携協力しながら支援できることが大切だと考えています。

4月に入り窓から見える桜を眺めては、病院のそして看護部組織のこれからに思いを重ねていました。「困難なことがあっても可能性を信じ笑顔で元気に前向きに!」小さな蕾が少しずつほころび桜花爛漫となったように、看護部も看護師一人ひとりの力が集まり大きな力となり、病院がより良い方向に向かっていけるよう前を向いて進んでいきたいと思っています。



新年度のごあいさつ



運営調整部 部長
米田 昌司

新たな
時代
の幕
開け
にあ
たっ
て

当院に赴任して早や1年余りが過ぎました。公務員生活35年目で初めての病院職場は分からないことばかりのうえ、物覚えの悪さと物忘れの多さは年々進行しているようで、皆さんにはずいぶんご迷惑をおかけしています。

その一方で私にとっては、長く医療分野で活躍されてきた専門職の方々から、仕事を通して新しい知識や経験を得られることを新鮮に感じる毎日でもありました。

人も組織も取り巻く環境の変化にすばやく適応した者だけが生き残ることができると言われていました。4月から運営調整部の仲間となった職員がさっそく新しい仕事に奮闘する姿を見るにつけ、私も定年までの年数など考えずに、まだまだ学んでいかねばならないのだと刺激を受けています。

新たな時代の幕開けである今年が、当院にとっても更なる発展への大きなステップとなるよう、変化を恐れずにさまざまな改善、改革の取組にチャレンジしていきたいと思っています。





地域生活支援部 技師長
山元 孝二



新年度のごあいさつ

二年目の春

地域生活支援部技師長として2年目の春を迎えました。

地域生活支援部は地域支援室(地域連携グループ・医療福祉グループ)と生活支援室(デイケアグループ・作業療法グループ)の2つの組織を運営しています。

地域支援室は主にソーシャルワーカーが入院・通院中の患者さんやご家族の生活支援相談を担っています。一方、生活支援室は主に作業療法士が入院中や通院中(デイケア)の方に対して、回復のリハビリテーションを担っています。

また、ユース・メンタルサポートセンターMIEは精神科早期介入として、若者層の自殺対策の取組や地域関係者への啓発活動に取り組んでおります。

入院中心から地域中心への移行が進む中で、多職種との連携を深めながらチーム医療・福祉を担う人材育成に力を注いでいきます。



診療技術部 技師長
榊原 規之



新年度のごあいさつ

安心と丁寧

今年度より、診療技術部技師長になりました榊原です。どうぞよろしくお願いいたします。

私は、昭和が終わる年に入職して、まるっと平成の時代を高茶屋病院からこころの医療センターに変わる中、仕事をしてきました。専門は、臨床心理ですが、「令和」の新たな時代の幕開けに、公認心理師が国家資格としてスタートしたのも、何か新しい息吹と感じています。そして、この病院で、精神科の治療、福祉、生活支援など、様々なことを学び、患者様と共に歩み、育ててもらったと思っています。

その経験を通じて、診療技術部の臨床検査、放射線、薬剤、栄養、臨床心理の5部門の専門家と協働して、患者様やご家族が安心して、ご自分の相談ができるように心がけています。また、職員一人ひとりが、お互いを認め合いながら、チームとして、患者様やご家族と丁寧な関係づくりをしていけるように努めていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。



New staff

新人のごあいさつ

新しい仲間をご紹介します！



診療部 診療科 医師

中川 隆稔

今年度より赴任しました。至らぬ点も多々あると思いますが、よろしくお願い致します。



診療部 診療科 医師

山本 佳将

4月より赴任いたしました。精一杯頑張ります。よろしくお願い致します。



診療部 診療科 医師

田中 哲平

昨年10月より勤務しております。患者さん、家族の皆さんのところに寄り添って診療できるよう努めてまいります。よろしくお願い致します。



診療部 診療科 医師

高田 智世

以前、半年ほど勤務していましたが3年ぶりに戻ってきました。忘れる事が多く、ほとんど一からのやり直しですが、よろしくお願い致します。



診療技術部 薬剤室 薬剤師

生藤 来希

こころの医療センターに配属後まず感じたことは職種を越えて皆さんがとても仲良く笑顔で働いているということでした。新卒で緊張の絶えない毎日をご過ごしていますので、皆さんいつでもお話ししてください。私自身いち早くチームの一員になれるよう頑張りますので、どうぞよろしくお願い致します。



後列左から、樋口 洋平・佐藤 元泰・酒徳 裕理・白井 竜也・池田 元紀
前列左から、脇さや子・西村 阿紀・岩崎 徳子・日置 健太・辻 志織

地域生活支援部 生活支援室
作業療法グループ 作業療法士

樋口 洋平

昨年8月から勤務しております。まだまだ未熟でご迷惑をおかけすると思いますが、精一杯頑張りますので、よろしくお願い致します。

地域生活支援部 地域支援室
医療福祉グループ 精神保健福祉士

脇 さや子

今年1月から勤務しております。わからないこともたくさんありますが、みなさんのお役に立てよう一生懸命がんばります。気軽に声をかけ下さい。

看護部 東1病棟 看護師

佐藤 元泰

愛知の病院で、整形外科の看護師として6年間勤務していました。精神科は初めての経験で、分からないこと、戸惑うことが多くありますが、少しでも早く仕事を覚え、皆様のお役に立てよう努めます。ご迷惑をかけますが、宜しくお願い致します。

看護部 北2病棟 看護師

西村 阿紀

精神看護は難しい分野ですが、患者様に寄り添える看護を目指して頑張ります。慣れないこと不慣れなことでも沢山ありご迷惑をおかけすることもあると思いますが笑顔をお忘れません。

看護部 南2病棟 看護師

酒徳 裕理

看護師2年目、精神科1年目です。初心を忘れていない今の自分を幹に、枝を増やしていきたいと思えます。焦らず自分のできることを精一杯していきたいです。ご指導よろしくお願い致します。

看護部 北1病棟 看護師

岩崎 徳子

以前は精神科の療養病棟に勤務していました。まだまだ分からない事が多く、ご迷惑をおかけしてしまうこともあるかと思えます。精一杯頑張ります。ご指導よろしくお願い致します。

看護部 北2病棟 看護師

白井 竜也

患者さんやご家族の気持ちに寄り添い、安全安楽な看護を提供できるようになりたいと思っています。日々向上心を持って看護業務を行ってまいります。

看護部 南2病棟 看護師

日置 健太

精神科病院に就職して数ヶ月が経ちました。初めての精神科勤務ということもあり、まだまだ至らない点も多いですが周りの職員の皆様にご指導いただき支えられ少しずつではありますが、日々成長できていると感じています。今後も勤勉に取り組み日々精進していきたいと考えています。

看護部 西2病棟 看護師

池田元紀

今、在る日常を大切に、初心を忘れず頑張ります。どうぞ宜しくお願い申し上げます。

看護部 北1病棟 看護師

辻 志織

精神科は初めてで分からない事等あり、迷惑をかけると思いますが頑張りますのでよろしくお願い致します。仕事と共に私生活も充実させていきたいと思えます。

こころのイベント
開催情報

令和元年 こころの県民公開講座

テーマ

『身近にひそむ依存症』
～ギャンブル依存症について知ろう～

定員
250名

参加費
無料

依存症になる人は「意思が弱い人」「好きでやっている人」と思っているあなた！本当にそうでしょうか。今回は、特にギャンブル依存について理解を深めていただく機会になればと思い、各専門職の立場からお話をさせていただきます。



三重県立こころの医療センター

令和元年

講師

院長 森川 将行
公認心理師 仲世古裕子
作業療法士 矢崎 太郎
精神保健福祉士 澤井 優輝

日時

7月6日(土)

9:30～11:20(受付9:00～)

場所

三重県人権センター
(多目的ホール)

お問い合わせ先

地域連携グループ
TEL 059-235-2125

ちれん Chiren

地域連携

すべては患者さんの最良の医療の継続のために——連携

ご意見、ご要望は何なりとお申し付けください。
今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

ちれんの主な
業務内容

- 受診・入院相談 ● 他科受診調整
- 診療情報提供の管理(退院報告含む)
- 関係機関との調整 ● 院内調整
- 広報活動(広報紙・こころしつとこセミナー等)

平成30年度 実績

- 新規患者数 1353名
- 新規紹介患者数 688名
- 紹介率 50.84%
- 紹介元医療機関数 276件
- 紹介元件数 687件
- 紹介先件数 625件
- 他科受診件数 854件
-
- 関係機関連携数 1530件
- 関係機関訪問件数 227件

地域連携グループ 059-235-2125 (代表)

私の癒しツール 第6回

～我が家の愛犬たち～

我が家には、2匹の愛犬がいます。
仕事から帰るとお出迎えしてくれて、
いつも癒してくれています。
ふわふわの毛並に顔を埋めて
頭を撫でるのがお気に入り。
癒し癒されの間柄です。

by 愛犬屋



思い出の写真、日光浴、創作活動、激辛料理など、皆さんそれぞれの癒しツールを持っていることでしょう。
あなたの癒しツールはいったい何でしょうか？

元気回復
エッセンス

栄養室です!



栄養室では、患者様の病状にあったお食事を美味しく召し上がっていただけるよう、季節の香りとともにお届けしています。



【材料(1人分)】

・ハンバーグ
牛挽肉 100g 塩・こしょう 少々
パン粉 1/3カップ 牛乳 30cc
たまねぎ 1/4個 卵 1/3個

・デミグラスソース
中濃ソース 大さじ1
ケチャップ 大さじ1
砂糖 小さじ1 水 大さじ1

ご飯 150g
目玉焼 1個
レタス 2枚

【作り方】

- ① 牛挽肉に塩こしょうし、粘りが出るまで混ぜる。
- ② パン粉は牛乳にひたしておく。
- ③ ①に②とみじん切りにしたたまねぎ、卵を入れ、しっかりこねる。
- ④ 出来上がったハンバーグのたねは、冷蔵庫に30分ほど入れて落ち着かせる。
- ⑤ 空気を抜いて丸める。油をひいたフライパンで、片面約5分ずつ焼く(蓋をする)。(弱火～中火)
- ⑥ デミグラスソースは、材料を全て鍋に入れ、焦がさないようにひと煮立ちさせる。(弱火)
- ⑦ ご飯、ざく切りレタス、ハンバーグ、デミグラスソース、目玉焼を盛り付ける。



ロコモコプレート

～サラダ&フルーツ添え～

ロコモコプレートは、定番のハンバーグを使ったメニューです。

ハンバーグは、挽肉の種類をかえて手作りしても、市販品を使ってもOKです。

トッピングの目玉焼を大根おろしとポン酢、アボカドやチーズにかえると、味のバリエーショ

ンを楽しめます。

サラダやフルーツを添えることで、主食・主菜・副菜がそろったメニューになります。

簡単に作って、美味しく食べて、夏に向けてしっかり体力をつけましょう!!

外来担当医

■ 初診外来は、予約制です。ご予約先:初診外来予約専用電話 TEL:059-253-3120 (9:00~13:00) ※休診日/土・日曜・祝祭日及び年末年始

	診察室1	診察室2	診察室3	診察室4	診察室5	診察室6	診察室7	診察室8	診察室10	診察室11	診察室12	診察室13
月	初診(精神)	山本	平賀	濱本		初診 (アルコール)	青木		山城			
火	初診(精神)	森川		高田	江上	吉見	小畑		平賀	中瀬	PM 岡野(母子メンタル)	
水	初診(精神)	濱本	乾	久納	佐野	初診 (アルコール)	前川		山城	吉丸 (もの忘れ)		楠本
木	初診(精神)	中村	乾	久納	江上	田中	小畑	岡	平賀		森川 (もの忘れ)	
金	初診(精神)	佐野	前川	高田		初診 (アルコール)	吉見					

※令和元年5月から

編集後記

今年度より地域連携グループに配属になり、慣れない職場で慌ただしい日々を送っています。元号も令和となり広報委員会の仲間も増え、これからより一層こころの癒しに繋がる広報紙をお届けします。

広報委員/地域連携グループ/山崎 修司



三重県立こころの医療センター

〒514-0818 三重県津市城山1丁目12-1
電話 059-235-2125 FAX 059-235-2135

URL <http://www.pref.mie.lg.jp/kokorohp/hp/>

