



大島くるみ病院便り

今や世界の人口の8割が都市で暮らしていると言われています。「バカの壁」のベストセラーで有名な、医師でもある養老孟司さんは、子供達に「田舎で暮らそう、自然に帰ろう。」と訴えています。「都市では人にとって有用か、そうでないかが選別される場所、本来世界は人間にとって意味のないものを大量に含んでいるのに、それを排除していく。だからゴキブリも蚊も嫌われる。最終的に意味のないものの存在が許せなくなる。これが怖い。」と言われます。それは宗教戦争や社会分断にも通じている。宗教の大事な役割のひとつは『お前さんにも分からないものがあるんだよ』という謙虚さを与えてくれること。「田舎には、意味のないものが一杯ある。自然が感覚を鍛えてくれる。それが良いんです。」とは言っても、なかなか自然と触れ合う機会を増やせないのが現実。排他主義に流されそうな時代、こういう感覚を持った人の言葉には耳を傾けたいと思います。

納涼祭



日時：令和元年8月11日（日）

13:30～14:30

場所：大島くるみ病院

北2階 ホール



今年も恒例の納涼祭が行われました。日程の変更により、ボランティアの方の参加はありませんでしたが、森のこびと保育園のお友達やスタッフの歌や踊りで楽しい時間を過ごしました。



《プログラム》

1. 始めの挨拶 長堀院長
2. 森のこびと保育園お友達の演技
3. 長生きサンバ
4. 高校三年生
5. 応援団
6. 高原列車は行く
7. 北国の春
8. しあわせなら手をたたこう

9月 Happy Birthday

藤井 忠雄様 80歳	川西ゆり子様 92歳	新川 邦子様 86歳
窪田 晃様 79歳	千田登美子様 94歳	岡田 弘様 83歳
羽岡 孝子様 85歳	舩田カヲリ様 95歳	牛塚 義雄様 78歳
小塚 久之様 78歳	木山 達子様 79歳	嶋 勝 様 78歳
嶋田 泰子様 89歳		

デイケア・ショートケアのご利用の方も掲載しています



今月の顔



ショートケア

岡田 弘様

南館1F増築&改築工事について

当院は、この10年の間に通所リハビリの利用者を数回にわたり増枠（当初20名より50名）してきました。その関係で、利用者増に対応するため会議室等を当該サービスの専用部屋に変更する等で会議室等が手狭になってしまい、全体研修を複数回に分けて実施する等運営上の問題点を抱えておりました。また医局から、以前より当直室にシャワー室設置の要望もあり、他の機能面の改修と合わせて今回の工事を行いました。

医療介護サービスの拡充に伴い、研修や会議も増えています。間接的な機能も充実させることで、安定的な病院運営につとめてまいります。



—今回の増改築工事—

- ・1F会議室を現在の約2倍の広さに拡大
- ・相談室の増設
- ・図書室の設置（従来の会議室から独立）
- ・理事長室、看護部長室の移転
- ・当直室にシャワー室を設置、隣接のトイレ改修など



医療情報

～秋うつ（季節性うつ病）～

◎「季節性うつ病」とは

夏はとても元気だったのに夏が過ぎ、秋になるにつれてだるくなったり憂鬱になったり熟睡できなくなったりしてしまう。これが「季節性うつ病」です。

◎症状

- ・過眠…睡眠時間はしっかり確保したはずなのに一日中眠かったり何時間寝ても起きられなかったりする。
 - ・過食…食欲増加に伴い炭水化物やチョコレートなどの甘いものを多く摂るようになり、体重が増加する。
- これらは季節性うつ病特有のもので、その他、一般的なうつ病と同様の症状もみられます。

◎原因

- ・日照時間が短くなることで体内時計をつかさどる脳内物質メラトニンの分泌が乱れ体内時計が正常に働かなくなる。
- ・光の刺激が減ることで神経伝達物質のセロトニンが減り、脳の活動が低下してしまう。

◎予防・対処法

前述の通り季節性うつ病の原因は日照時間の短縮によるセロトニンの減少によるものが大きいので、意識的に日の光を浴びることが予防・対処の第一歩となります。朝一番にカーテンを開けて太陽の光を浴びたり、一定のリズミカルな運動をしたりすることはセロトニンを活性化させます。そのため天気の良い日には1時間程度の散歩・ウォーキングを行うのが良いと言われています。症状の出にくい夏のうちから習慣にして、秋から冬にかけても心身ともに健康に過ごせるようにしましょう。



☆編集後記☆

9月に入っても残暑厳しい日が、まだまだ続いています。大雨や台風の影響で、各地で被害が発生していますが、他人ごとではなく防災について改めて見直したいと思います。

(K)

基本理念

患者さんの生命と人権を尊重した医療・看護・介護に努めます。
信頼され安心して利用される施設・在宅支援サービスを提供します。
地域と連携し高齢者医療の中核病院を目指します。
職員は常に自己研鑽に励み、医療・看護・介護の質の向上に努力します。

平成23年3月7日改定

運営指針

- 1 私たちは、思いやりの心をもって利用者の方々の自立支援を行います。
- 2 私たちは、感謝の気持ちをもって、利用者の方々に接します。
- 3 私たちは、小さな努力を一步一步積み重ねて、利用者の方々の笑顔を得たいと考えます。
- 4 私たちは、利用者の方々の長年の苦勞に敬意をはらって、介護サービスをいたします。
- 5 私たちは、利用者の方々からのご意見、ご提案に耳を傾けます。
- 6 私たちは、入所・入院しておられる方々に医療情報を積極的に公開し安心と納得の医療に努めます。