

安全・良質・優しいところの医療を、いつでも どこでも 誰にでも

ぬ

も

2010.8
夏号
Vol.20

く

り

特集

- ドルフィンズ ベスト8
- 全病棟でリハビリ始めました

地方独立行政法人静岡県立病院機構
静岡県立こころの医療センター

つながって生きる ～隙間産業をめざして～



医療部心理スタッフ
望月 愛由美 大串 悠佑 林 聖子 望月 朝世

こんにちは。私達は心理検査・心理面接を通じて“目の前の患者さんがどのような生活をしたら少しでも生きやすくなるのか”ということを考えながら毎日の仕事をしています。具体的には患者さんの能力的特性や心理的特性をふまえて、その人が生活上困っている問題をいかに軽減・解決するか、心理学的観点から見たもう1つの視点（考え方）を提案させていただきます。

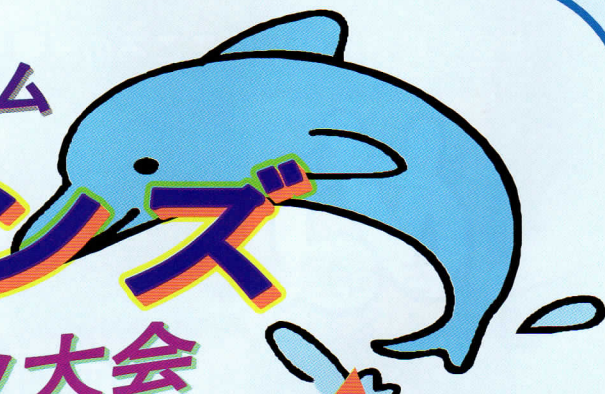
また、もう1つ意識しているのは人と人とのつながりです。患者さんとご家族のつながり、患者さんやご家族と地域のつながり、患者さんとスタッフのつながり、スタッフ同士

のつながり・・・このようなつながりを少しでも患者さんやその周りの方に感じてもらえるよう、また感じてもらうためには自分達はしたらよいかということをお互いに相談しながら、他のスタッフに支えられながら日々の業務を行っています。幸い、院長先生からも「心理は隙間産業だ。」と言っていただいたので、これからも人と人との隙間を埋める黒子的存在になれるよう、頑張っていきたいと思っています。

まだまだ未熟な私達です。患者さんや関係者の方々から毎日勉強させていただいているのが現状ですが、少しでもお役にたてるよう努力していますので、今後どうぞよろしくお願いいたします。

外来バレーボールチーム

ドルフィンズ



全国障害者スポーツ大会
北信越・東海ブロック大会

ベスト8

5月28日～5月30日に新潟県で行われた精神障害者スポーツ大会（バレーボール）北信越・東海ブロック大会に当院のリハビリテーションに参加のメンバーで構成されたバレーボールチーム「ドルフィンズ」が静岡市代表として出場しました。

結果はベスト8！ 日ごろの練習の成果が発揮でき、白熱した試合が繰り広げられました。惜しくも準々決勝で敗れてしまったものの、そこでの課題を個々・チームで確認し、練習に励んでいます。

今後も応援よろしくお願ひします。



☆全病棟リハビリ開始☆

6月から全病棟でリハビリを開始しました。病棟リハビリはボディワークとクラフトから走り出しました。

ボディワークは手足のツボ押し、ストレッチ、バランス体操などによるリラクゼーションを行い、心と身体を落ち着かせ、気持ちよさを感じることができます。

クラフトでは、皮細工や、プラバン、ペーパークラフト、ぬりえ等を行い、自分にできることから始めます。作品作りを通して、作る楽しみを感じ、集中力を身につけます。

どちらも、地域生活に向けての第一歩を、安全で安心できる環境の中で、実体験を積み重ねていくことができます。

	月	火	水	木	金
午前		南2病棟		南2病棟	
午後	北2病棟		南1病棟	北2病棟	南1病棟
		南3病棟		南3病棟	

精神科 Dr.column

第1回

『不安にならなければ、心穏やかに過ごせる』 仲田 明弘 Dr.

記念すべき第一回目は、“不安”についてです。

うつ病や統合失調症、認知症、摂食障害、発達障害など精神疾患はたくさんあります。それぞれ主な症状は違いますが、“不安”が加わると症状が悪化し易く、不穏や興奮状態になります。そうすると、薬も効きにくくなってしまいます。

「誰かに見張られているのではないか？」

「命を狙われている気がする。」

「みんなから嫌われているのではないか？」

「すべて自分が悪い。」

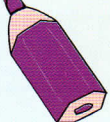
「誰かに自分が操られているのではないか？」

「すごく億劫でやる気がでない。」

「自分が言ったことが思い出せない。」

「自分は生まれつき他の人とは違う気がする。」

などと病気によって悩む内容は違いますが共通するのは「不安」になると症状が重くなってしまうということです。患者さんを診察するときにはまず心がけることは、“不安を与えないこと”です。そのため診察の時には「大丈夫ですよ。」「心配ないですよ。」と伝えるように努力します。時には「絶対大丈夫」など言い切ることもあります。そうすることで良好な治療関係を築きやすくなるのです。



病院説明会 開催中



当センターでは、病院説明会を随時開催しています。お気軽にお問い合わせください。

また、精神科看護に関心のある看護学生さんや看護師さんを対象に短期のアルバイトを募集しています。アルバイトを兼ねた研修の場として、医療現場への最初の一步を踏み出してみませんか？詳細は、お問い合わせいただくか、当センターのホームページをご覧ください。



診療のご案内

一般外来

外来受付 午前8時30分～午前11時（予約制）
 診療日 月曜日から金曜日まで
 休診日 土曜日・日曜日・祝祭日・年末年始
 診療科 精神科
 その他当センターを利用する方々の為の内科・外科・歯科外来があります。

専門外来

老年期こころと物忘れ外来 <60歳以上の方>
 老年期のこころの悩みや物忘れなど、老年期特有のこころの専門外来です。

◆一般外来・専門外来とも、全て予約制となっています。予めお電話でご予約下さい。

予約受付日：月曜日～金曜日
 （祝祭日を除く）

予約受付時間：午前9時～午後4時
 受付先：よろず相談スタッフ
 電話：054(271)1166

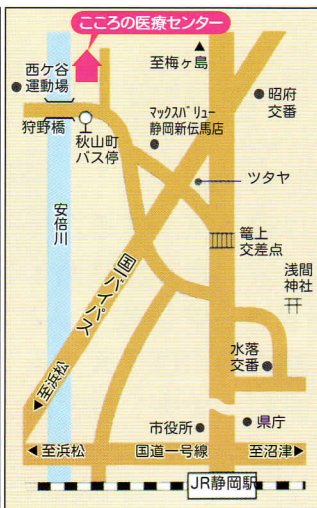
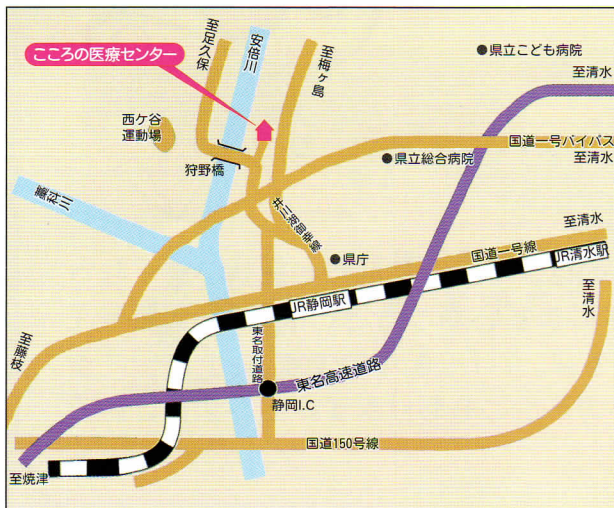
◆現在、他の医療機関に通院されている方は紹介状をお持ちください。

外来担当表

診察室	月	火	水	木	金
第1	村上直	平田	中泉	村上直	中泉
第2		五條	渡邊	中村	中村
第3	阿部	大橋	阿部	大橋	五條
第4	新患	新患	新患	新患	新患
第5	新患	新患	新患	新患	新患
第6	梶塚	梶塚	村上牧		村上牧
第7	玉光	玉光	仲田	仲田	

(8月1日より)

病院周辺図及び交通のご案内



交通のご案内

バス/美和大谷線 静岡駅より約25分
(静岡駅前6番のりば 美和、久保田方面行き秋山町下車、徒歩5分)

くるま/静岡駅より約15分

地方独立行政法人 静岡県立病院機構
静岡県立こころの医療センター

（財）日本医療機能評価機構認定病院
 〒420-0949 静岡市葵区与一4丁目1-1
 電話：054-271-1135 (代表)

FAX：054-251-6584

URL：http://www.shizuoka-pho.jp/kokoro/