

夏フェスを開催しました！！

コロナウイルス感染症や連日の猛暑により熱中症などが懸念されましたが、多くの方に協力して頂き今年も当院グラウンドにて夏フェスを開催する事が出来ました。盆踊りを主に入院患者さま、デイケア利用者さまと手がけた大ほんほりや流し灯籠の展示と、当院の音楽部・エイサー隊による演舞などで多くの笑顔がみられました。参加された方より「楽しかった」「また来年も夏フェスをして欲しい」などの声が聞かれ、開催できてよかったなと思いました。また、かき氷やフランクフルトがふるまわれ真夏のひとときを病院全体で楽しむことができました。



●外来診療担当医表

担当医は都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

		月	火	水	木	金
午前	初診	交代制	交代制	交代制	交代制	交代制
	再診	高山	中澤	林	中瀬	鈴木
		中瀬	野村	金原	山村	大井
午後	再診	河合	野村	宇佐見	高山	大井
		濱口	金原		山村	前田

2020年4月より敷地内禁煙
となっております

Staff recruitment

看護師・介護福祉士・看護補助員を募集しています！！

お気軽にお問い合わせください

病院見学
OK

☎ 059-382-1401

WEBはこちら [鈴鹿厚生病院 |](http://www.miekosei.or.jp)

編集後記

今号は「病院祭開催のお知らせ」などをお伝えしました。さて、広報委員のスタッフは「Live with すずか」の名のとおり、皆さまと一緒に創っていきたくと考えております。本誌へのご感想やご要望・ご意見がございましたらお気軽にご連絡ください。

TEL・059-382-1401 (代表)
FAX・059-382-1402
Eメール・info@skh.miekosei.or.jp



ともに生きる… Live with すずか

地域の皆さんのお役に立ちたい情報誌

第32回

病院祭

10.19 2024 [土]
10:00~15:00



2024年10月19日(土) 10時00分～15時00分
第32回 鈴鹿厚生病院 病院祭

特別講演
感染症管理科認定看護師
森本野吉先生
「今日の感染対策」
キッチンカーなどの感染対策
作業所による制作の体験も
あるよ！

青空ステージ
エイサー
みそら保存会
楽隊
バンド演奏

病院主催イベント
○アトラクション/作業療法体験
○感受性発達体験 ○電レース

TEL:059-382-1401

2024年10月19日に今年も病院祭を開催します。近隣保育園児の皆さまによる遊戯や職員によるバンド演奏、ストラックアウトや電レースなどのアトラクション、作業療法体験などに加え、今年は特別講演として昨今の感染対策についての講演も開催予定です。また、食欲の秋を満たしてくれるようなキッチンカーや食品模擬店も出店予定です。近隣作業所の方々にもご協力いただいたイベントも開催予定です。精神科の病院を学んで遊べるさまざまなイベントを準備してお待ちしておりますので、皆さまお誘い合わせの上、是非お越しください。



心の健康セミナー 誌面版

心の健康セミナー誌面版は「こころ」に関するテーマに沿って毎月連載していくコーナーです。

「やらなくてもいいことを楽しもう」

私たちは日々、たくさんの「やらなきゃいけないこと」に追われています。例えば、仕事、家事、人間関係などです。これらの「やらなきゃ」は、生活を円滑に進めるために必要なものですが、一方で、私たちを縛りつけ、自由な時間を奪っているようです。「やらなくてもいいこと」を楽しむとは、そんな「やらなきゃ」から少しだけ解放されることです。例えば、SNSの通知をオフにする、完璧主義を捨てる、新しい趣味に挑戦してみる、誰かと比べるのをやめる、ただぼんやりする時間を作るなど、小さなことから始めてみましょう。一見すると「無駄」に思えるかもしれませんが、これらの「無駄」な時間こそが、私たちの心を豊かにし、創造性を育む土壌となるのです。

「やらなくてもいいこと」を楽しむことは、自分自身と向き合い、本当に大切なことに気づききっかけを与えてくれます。忙しい毎日の中で、少し立ち止まって、自分にとっての「やらなくてもいいこと」を見つけてみませんか？「やらなくてもいいこと」を楽しむためには、小さなことから始めることが大切です。まずは、1日5分でも良いので、自分だけの時間を作ってみましょう。「やらなくてもいいこと」を楽しむことは、自分を取り戻し、より豊かな人生を送るための第一歩となります。是非、あなたも「やらなくてもいいこと」を楽しんで、自分のペースで悠々自適に生きていきましょう。

院内散策 憩いのPOINT

デイケアセンターに鈴鹿中央総合病院・認知症サポートチームから入院患者さま向けのカレンダーやマスコットなどの制作依頼がありました。「ものワーク」というプログラムの中で、「入院患者さまの療養生活が少しでも楽になるように、少しでも喜んでくれるように」との願いをこめて、ひとつひとつ丁寧に制作しています。初めて納品した時には大変喜んでいただきました。協力していただいているデイケア利用者さまたちも、喜んでいただけたこと、誰かの役に立つことがモチベーションとなり、ますます熱心に取り組んでいます。



れんこんまんじゅう

れんこんはスイレン科ハス属の植物で、私たちが普段食用しているのは肥大したハスの地下茎の部分です。秋から冬にかけて旬を迎えるれんこんは、シャキシャキとした食感が楽しい野菜です。食物繊維をはじめ、ビタミンやミネラルなどの栄養素が豊富に含まれています。ふっくらとして重みがあり、断面や穴の中に黒ずみや変色がないものを選ぶと良いでしょう。れんこんは水溶性ビタミンを多く含んでいるため、あまり長時間水にさらさないように意識しましょう。



材料 (2人分)

れんこん	200g(1 節)
むきえび	50g
しいたけ	1 個
おろし生姜	小さじ 1/2
塩	小さじ 1/3
片栗粉	大さじ 1
あん	
だし汁	150ml
うすくちしょうゆ	小さじ 1/2
酒	小さじ 1
塩	少々
水溶き片栗粉 (片栗粉：水=1：1)	大さじ 1
三つ葉	適量

作り方

- れんこん 150g はすりおろし、残りの 50g は 5mm 角に切り、酢水にさらして水気を切る。
- むきえびは背ワタを取り、塩 (分量外) でもみ洗いし、よく洗い流し 1cm 幅に切る。
- しいたけは軸を取り除き、5mm 角に切る。
- ポウルに①、②、おろし生姜、塩を加えてよく混ぜ合わせ、片栗粉を加えて混ぜる。4 等分にしてラップの上に置き、茶巾に絞って輪ゴムで留める。
- 耐熱皿に④を並べて、600W の電子レンジで約 5 分間加熱する。
- 鍋にだし汁、しょうゆ、酒、塩を入れ、煮立ったら水溶き片栗粉をかき混ぜながら回し入れ、とろみが付いたら火を止める。
- 器に⑤を盛りつけて、⑥のあんをかけ、三つ葉を添えて完成。

DATA (1 人前)

■エネルギー	/120kcal
■蛋白質	/7.0g
■塩分	/1.3g



スマイリーバトンリレー

感染管理

当

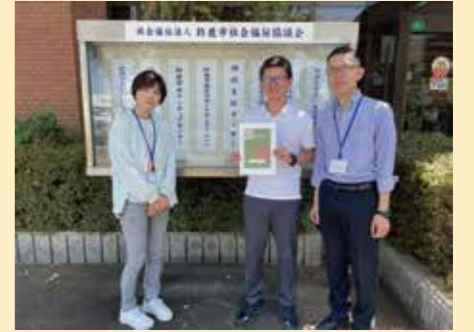
院の感染管理は、患者さまとスタッフの安全を守るために日々努力しております。感染症の予防と管理は、精神科においても非常に重要です。手洗いや消毒の徹底、マスクの着用、定期的な施設内の消毒作業を行い、感染リスクを最小限に抑えるための対策を講じています。また、患者さまやそのご家族に対しても、感染予防に関する情報提供や指導を行い、安心して治療を受けられる環境づくりに努めています。私たちは皆さまの健康を第一に考え、これからも質の高い医療サービスの提供を目指してまいります。

地域の関係機関のご紹介



鈴鹿市後見サポートセンター 暮らし

鈴鹿市後見サポートセンター暮らしでは、成年後見制度の利用を検討されている方への相談に応じ、家庭裁判所への申立てのお手伝いなどを行っています。また、訪問やオンラインでの相談、イベント等への出張相談も行っていきます。そして、広報・啓発活動として、出前講座の実施や、人生ノート（鈴鹿版エンディングノート）の配布にも取り組み、地域のみなさまに成年後見制度を身近に感じていただけるよう幅広く活動しています。



作業療法 活動紹介

「ドリームボール」



コメント

折り紙を6枚重ねて貼りました。削る作業が大変でした。ニス塗るのも難しかったです。楽しかったし、完成して嬉しいです。

理念

ささえあい、ともに生きる

基本方針

- 患者さまや地域の皆さまに、信頼され選ばれる病院づくりを行います。
- 患者さまが地域で快適な生活が送れるよう、積極的にサポートします。
- 患者さまの人権を尊重し、きめ細かく配慮します。
- 患者さま一人一人の治療プランに添った医療を行い、一日も早い家庭・社会復帰を目指します。
- 地域におけるメンタルヘルズに積極的に取り組みます。
- 医療の質向上に向けて日々研鑽を積みみます。

患者さまの権利

- 患者さまは、ご自身の身体、健康などにかかる状況を正しく理解し、最善の医療を受けるために、必要な医療情報を知ることができます。
- 患者さまは、医師及び医療従事者から十分な情報提供とわかりやすい説明を得た上で、医療を受けることができます。
- 医療機関及び医療従事者が取得した患者さまの個人情報には守られ、事前の同意なくして第三者に開示されません。
- 患者さまは、必要かつ十分な医療サービスを受けることができ、いつでも希望や意見を述べるができます。