

病院祭を開催しました！！

令和6年10月19日に鈴鹿厚生病院では第32回病院祭を開催致しました。

当日の天気予報は雨でしたが、汗ばむ程の好天での開催となりました。会場では病院祭名物の亀レース、焼きそばなどの模擬店販売、チャレンジゲームなどのアトラクション、作業療法体験や感染予防ブースなど、どこも多くの来場者の方で賑わいを見せていました。また本年度はキッチンカーの出店やB型事業所の工芸品の販売、ワークショップの開催など、例年と違った賑わいもありました。来場された方々からは「楽しかった」「また来たい」との有り難いお声をいただきました。

開催にあたり参加して頂きました企業およびボランティアの方々には厚く御礼を申し上げます。

来年も皆様に楽しんで頂けるよう様々な企画を考え、安全安心で楽しい病院祭を開催したいと思っております。



●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 中瀬	中澤 野村	林 金原 宇佐見	中瀬 山村	鈴木 大井
午後	再診	河合 濱口	野村 金原	宇佐見	高山 山村	大井 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](#)

編集後記

今号は「新年のご挨拶」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

新年のご挨拶

2025

HAPPY NEW YEAR



三重県厚生連 鈴鹿厚生病院
院長 中瀬 真治

あけましておめでとうございます。

温かなご支援とご理解をいつもいただきましてありがとうございます。恒例により新年のご挨拶を一言申し上げます。

昨年の厚生労働白書では「こころの健康と向き合い、健やかに暮らすことのできる社会に」と題して、メンタルヘルスが第一部(テーマ編)に取り上げられました。

60年余に渡る同書の歴史上、メンタルヘルスがこうして取り上げられたのは初めてのことだそうです。その中で「こころの健康は、人間の健康を支える土台であるとともに、社会とのつながりにも深く関係している」「私たち一人ひとりとは同じ社会に暮らす隣人のこころの健康に対して、決して無関係ではない」とし、一人ひとりが生きがいや役割を持ち、相互に助け合う一員として地域に参加することの実現

を目指す」と記されています。また、「こころの健康」と「こころの不調」は、いずれも必ずしも精神障がいの有無によって規定されるものではないと定義され、誰もが向き合って、ともに社会づくりを進めるべきとの認識です。令和3年3月に厚労省がまとめた「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム(にも包括)」においてもこうした理念が背景にあります。

さらに2040年を見据えた病院機能や在宅医療、介護や福祉とも連携した医療提供体制の構築(新たな地域医療構想)に、これからは精神医療も加わって協議されることとなりました。一昔前に比べますとメンタルヘルスの重要性は大きな広がりを示し、今や地域の繋がり無くしては成り立ちません。当然ながらわたしたち医療機関の果たす役割も変化し、「かかりつ

け精神科医」という表現さえみられるなど包括的な支援の一翼として期待されています。一方で、メンタルヘルスケアのニーズは一樣ではなく、個人はもとより地域によっても様々です。また、わたしたちが提供できることに制約や限界があることも正直に認めざるを得ません。こうした状況において取り組むためにも、ひき続き様々な機会を通してみなさんとの対話を重ね、この地域のニーズにマッチした精神医療サービスを提供していきたいと考えています。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

院内散策 憩いのPOINT

11月7日(木)に園芸・演芸会が開催されました。

午前は園芸会として、近隣の保育園から園児を招き一緒に中庭の花壇に色とりどりのパンジーを植えました。その後園児の遊戯や、病院職員によるエイサーやバンド演奏・バルーンパフォーマンスなどを行い、和やかな時間を楽しみました。

午後は演芸会として、病棟の患者さまやデイケア利用者さまが体育館に集まり、この日に向けて練習してきたダンスなどの演目を披露しました。各々衣装や振り付けに趣向をこらし観客を引き込む見応えのある舞台となっていました。

風が強くて寒い日でしたが、園児の明るい笑顔や参加された患者さまの熱気で心温まる1日となりました。



スマイリーバトンリレー

外 来



外

来で受診される患者さまは、若者から高齢者の方に至るまで、また、家庭や学校、職場関係に至るまでと対応を求められる心の問題に対して、医師・看護師・精神保健福祉士・臨床心理士など多職種のスタッフが連携を取りながら、患者さまが安心して診察を受けられるよう努力しております。

ご不明な点がございましたら、お気軽にご相談ください。

水菜の白和え

水菜という名前は、畑の作物と作物の間に水を引き入れて栽培したのが由来です。今では1年中出回っている水菜ですが、京都では「水菜が並び始めると冬本番」と言われるほど、寒い時期に味わいが良くなります。茎が白いので「淡色野菜」と間違える方もいますが、実は「緑黄色野菜」です。カルシウムが豊富に含まれており、骨の健康作りをしてくれますが、精神安定作用もあり、ストレスやイライラを引き起こすのを防ぐ効果があります。



材料 (2人分)

- 豆腐……………1丁 (300g)
- 水菜……………1袋 (200g)
- 人参……………1/2本 (75g)
- ひじき(乾燥)…大さじ2 (6g)
- 白だし…………大さじ1.5杯
- 砂糖……………大さじ1
- すりごま…………大さじ2
- いりごま…………適量

DATA (1人前)

- エネルギー：100kcal
- 蛋白質：3.2g
- 塩分：0.9g

作り方

- 1 ひじきを大きめのボールに入れて20℃程度の常温水、またはぬるま湯を加えて、長ひじきなら20～30分、芽ひじきなら5～10分置いて戻し、ざるに上げて流水で20秒ほど流し、水気を切る
- 2 豆腐をキッチンペーパーで包み、耐熱皿にのせて500Wの電子レンジで3分加熱をし、ざるに上げて水切りをする。
- 3 人参は細切りにして、耐熱皿にのせて500Wの電子レンジで2分加熱する。
- 4 水菜は3～4cmにカットする。
- 5 ボールにAの調味料を合わせて、②の豆腐を加えてスプーンで崩しながら混ぜ合わせる。
- 6 ⑤に水菜、人参、ひじきを加えて混ぜ合わせる。
- 7 器に盛り付け、お好みでいりごまをかける。

作業療法 活動紹介

「革細工」



初めて革細工作りをしましたが、凄く楽しめて作れました。最初見本を見た時は、難しそうだなと思いましたが、私自身、細かい作業が好きなので作りがいがありました。しいて言うなら、ヒモを通すところが硬かったので少し大変でした。あまり来れなくて3ヶ月もかかった超大作になりましたが、出来映えは満足しています。でも100点ではないので、100点の出来映えを目指して、今2作品目の革細工作りを楽しんでいます。

地域の関係機関のご紹介



鈴鹿亀山消費生活センター

鈴鹿亀山消費生活センターは、鈴鹿市、亀山市圏域の住民の方が、消費生活に関するトラブル(訪問販売や電話勧誘販売)などの相談を電話・窓口で消費生活相談員が受け付け、解決するための助言やあっせん(事業者との交渉のお手伝い)に関する業務を行っています。商品やサービスの契約等でお困りの際には、お気軽に相談してください。



また、消費者教育・啓発活動として、消費生活に役立つ情報を提供したり、くらしの知識を幅広く学ぶための講座などを開催しています。ぜひ、お申し込みください。

information

〒513-0806
鈴鹿市算所二丁目5番1号
鈴鹿ハンターショッピングセンター2階
TEL 059-375-7611
FAX 059-370-2900

相談時間：月～金曜日(土・日・祝日
年末年始を除く)

面談相談：午前10時～午後5時

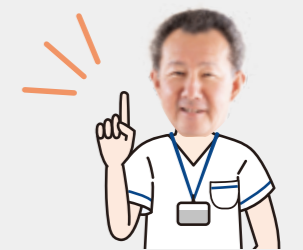
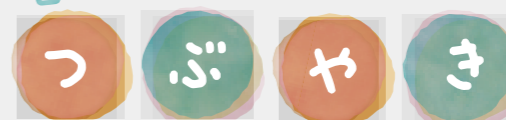
電話相談：午前 9時～午後5時

(昼休憩：正午12時～午後1時)

※相談は無料

※相談内容やプライバシーに関わる一切の秘密は厳守します。

看護部長の



あけましておめでとうございます。

昨年は元旦に能登地震が発生し、その後も復興半ばに豪雨が発生しました。被災者の方々には深くお見舞い申し上げます。この地方も南海トラフ地震に平時から備えていかなければなりません。アフターコロナで日常が戻りつつありますが、今年も感染対策、健康に留意してよい1年にしていきたいと思います。

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ス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を守られ、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。