

病院理念

『患者様一人一人を大切に、人と人とのつながりを大切に』



デイケア合同作品「富良野」

目次

院長挨拶	2
武田病院リハビリテーション科の御紹介	3
栄養課だより	4
デイケア通信 でい散歩	5
師長にインタビュー！コーナー	6

2025年新年のご挨拶 ～つながり (Connection) へ

2025 年元旦

理事長・院長 武田 龍太郎

新年明けましておめでとうございます。皆様には健やかに新春を迎えられたことと、お慶び申し上げます。

昨年は各地での自然災害、記録的猛暑など様々な自然の猛威にさらされました。

近年は、このような動向もあり、医療現場でも、地域防災体制の確認、災害医療のあり方の検討、関係組織・機関同士での連携訓練などの機会が増えております。災害後のケアについては、発災直後は主に生命・身体に対する救急医療対応などが中心となりますが、その数日後からは、種々の喪失体験による落ち込みや災害の予期不安などのメンタルヘルス不調が発生してくる時期となり、そうした災害トラウマに対してはセルフケアや支援者によるケアが必要となります。セルフケアについては、自分の素直な気持ちを否定せず寄り添うこと、SNSなどによるネガティブな情報に惑わされず正確な情報の入手に努め、正しく恐れること、深呼吸や筋弛緩ストレッチなどのリラクゼーション、ネガティブな考えが繰り返し浮かぶことを低減させる呼吸や身体感覚に集中する「マインドfulness」などのスキルが役に立ち、当院では、入院治療やデイケアプログラムなどに取り入れております。そして、この様な際にこのセルフケアにも増して有効なのは、安心・安全な環境を提供すること、すなわち自分の力を信じ、他の方とのつながっている感覚であり、外部支援者による支援、被災者同士の支え合いなどが大変大きな力になります。

当院は、地域における「こころの健康」の回復や増進を図るための、精神医療の拠点となるべく、職員一同力をあわせて診療を行って参りました。そして特に当院は創立以来、「患者様一人一人を大切に、人と人とのつながりを大切に」という理念を掲げておりますように、それぞれの個人の方の尊厳を大切にしながら、個人の方々の様々な背景にも目を向け、また、「つながり (Connection)」を重視した安心な環境の提供を

目指し、入院プログラムでは、集団精神療法、作業療法、心理教育、集団マインドfulness体験などを行い、デイケア・復職支援(リワーク)デイケアでも、連日各種集団プログラムを実施しています。

近年は、この「つながり」が治療・回復における重要な要素として、あらためて方法論としても取り上げられてきており、一緒にスポーツなど各種活動をする事、興味のある話題により雑談をする、他人の役立つ活動に参加することなどを通じて、エネルギーを高め、その方が思っている夢や希望、喜びを感じられる活動につなげ、更にその活動自体が喜びとなり、自己肯定感を高めていくといった好循環につながるという理論が紹介、導入されてきています。

この「つながり」の大切さについては、従来からも言われてきておりますが、地域精神保健福祉分野では、どちらかと言うと医療・福祉・教育等の各分野内にとどまっていた感があり、当川崎市においても、今後は分野横断的に精神医療・福祉・行政・教育分野の方がそれぞれの枠組みを超えて集い、つながりの輪を拡大する試みが始まっています。

私達は長く続いたコロナ禍により、あらためてこの人と人とのつながりの大切さを学びました。当院においても、昨年春には5年ぶりに定例だった市民公開講演会を開催し、入院・デイケア合同納涼祭、地域福祉事業所様をお招きしての展示即売会などを開催することができました。またリワークデイケアにおいては、復職を達成した方に集っていただくリワークOB・OG会も新たに開始し、参加された皆様の笑顔を拝見し、私達も元気をいただきました。本年もこのような、皆様とスタッフ、ご家族、地域の方々が集うことができる機会を増やし、地域にも開かれ来院されることで「ほっとできる」ような病院を目指し、地域全体が元気になれるような活動を続けて行きたいと思っております。本年も何卒よろしくお願い申し上げます。

武田病院リハビリテーション科の御紹介

リハビリテーション診療部長 石附 知実

はじめに

武田病院は精神科リハビリテーションに力を入れている病院です。そもそも精神科では病状と障害が密接にリンクしているため外来診療すらリハビリテーションの一環とする考え方があるのです。当院に着任するまでは公立精神科リハビリテーション施設で診療所長の任にあった筆者は、精神科リハビリテーションの重要性は誰もが認めるものであったにも関わらず経済（採算）的な理由で全国の自治体が精神科リハビリテーション施設運営から撤退して行く場面に直面化して来ました。その様な流れの中、当院では数多くのリハビリテーション科スタッフによって地域の精神科リハビリテーションを維持しております。ここでは、地域生活を送られている皆様をお支えし病状悪化を防ぎつつ社会復帰の促進を図るといったお手伝いに日々邁進している武田病院リハビリテーション科並びにそのスタッフについてごく簡単にですが御紹介させていただきたいと思っております。

①デイケア室

現に地域生活を送られている方を対象に、生活リズムを整えたり対人関係練習をしたり、レクリエーションの場面として（月）～（土）の週 6 日開催されています。「統合失調症」や「うつ病（感情障害）」といった精神科の病気についての心理教育にも力を入れています。当院・他院を問わず精神科外来通院中の方で、御興味がおありでしたらまずは主治医の先生に御相談ください。スタッフとしては看護師、作業療法士、公認心理士、精神保健福祉士が配置されています。

②リワーク

「現在休職中のうつ病（感情障害）の方」に特化したデイケアです。復職に向けて専門性の高いプログラムを実施しています。（月）～（金）の週 5 日開催されています。

③OT（作業療法）室

主として入院中の方に対して日中活動のプログラムを提供していますが、退院後も「外来 OT」として通所す

ることが可能です。入院中から慣れ親しんだスタッフ・プログラムなので参加のハードルが低く退院後の病状安定に大きく貢献しています。スタッフは全員が作業療法士です。

④地域医療連携室

入院に関するあらゆる御相談、様々な制度・地域資源利用に関する御相談、その他いい意味で「何でも屋さん」として頼りになるのが地域医療連携室です。スタッフは全員精神保健福祉士の資格を持つ MHSW（メンタルヘルスソーシャルワーカー）です。地域生活で何か困ったことがあったらまずは地域医療連携室に御一報ください。

⑤心理室

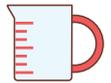
カウンセラーや心理検査のテスターとして当院の診療を支えるのが心理室です。公認心理士がその任に当たりますが、当院ではデイケア室（リワーク含む）にも公認心理士が配置されており専門性を生かした支援を行っています。

⑥在宅支援室

当院外来通院中の方を対象に、いわゆる「訪問看護」を実施しています。地域生活の安定を図りつつ万一の病状悪化の際には通院を促したり入院につなげたりと最前線での支援を担っています。支援者の側から出向くいわゆるアウトリーチ的手法の重要性は、コロナ禍を経て近年いや増すばかりといえましょう。

おわりに

精神科の病気は、「薬を飲んで症状が軽くなればそれで終わり」といったものではありません。元通りの社会生活・生きる喜びを取り戻して初めて「回復(recovery)」といえるのです。武田病院リハビリテーション科は、そのスタッフの持つ専門性を活かして皆様の「回復」の一助となる為に存在しています。何かございましたら、どのようなことでもまずは窓口となる地域医療連携室に御相談いただければ幸いです。



～人気レシピ「お好み焼き風たまご焼」を紹介します～

今回は、当院の栄養課紹介も兼ねて病院給食の人気レシピ紹介をします。

昼食時は約 220 食を提供しています。写真は調理の過程を撮影したものです。

たまご 300 個と具材を混ぜて流し入れ焼き上げます。大きなたまご焼きが小さく成型されていきます。一人分にカットしていくのは調理師・栄養士の技術のたまもの。

『どんなに沢山作ってもその一つ（一食）がおお客様の全て』を心掛けて調理・提供しています。

自宅でも作れるように簡単！栄養満点！時短料理へのアレンジも紹介していきます。



千切りキャベツ・具材・たまごをふんわりと混ぜてるのがコツ👏



こんがりと、大きなたまご焼の仕上がりにびっくりする人が多いです。私達には日常の光景ですが・・・



この献立はマヨネーズがポイント！手早く、的確に、適量を絞る職人ワザ

お好みでソースをかけてどうぞ♪



時短レシピにアレンジ

【材料】4食分

- たまご 6 個
- 千切りキャベツサラダ用 ...150g 程度 (1 パック)
- 薬味用カットネギ 50g 程度 (1 パック)
- 干しエビ 約 10g
- 豚ひき肉 100g 程度
- 紅しょうが 15g 程度
- 小麦粉 12g
- 塩 1g (小さじ 1/4)

こしょう少々

※マヨネーズとソースをお好みでトッピング

ふりかけタイプの小麦粉 (手を汚さず、サッと使える便利品)



【作り方】

- ①たまご以外の具材を大きめのボールに入れます。
 - ②豚ひき肉を電子レンジで加熱しておきます (時短のコツ)
 - ③①と②に小麦粉を入れサックリ混ぜ合わせます
 - ④③に溶きたまごを入れて軽く混ぜ合わせて大きめのフライパンに流し入れ蒸し焼きにします。(お肉は加熱済なのでお好みなたまご焼き具合に仕上げましょう)
- ※チーズ、豚肉ばらスライス、シーフードミックスなどお好きな具を試してみてください

グラタン皿でも！オーブンやトースターでもできます。こんがり仕上がります





でい散歩



「でい散歩」は、月 1 回土曜日に行っているデイケアプログラムです。2024 年 4 月に始まりました。30～40 分程度で行って帰って来られる場所に散歩に行き、《おすすめ散歩ルートマップ》を作っています。目的地とルートは、当日参加されたメンバーで話し合っていて決めています。



これが
みんなで作る。
でい散歩 MAP!



初回は、せせらぎ館へ。
川沿いで、春の風を
感じられました。



8 月は、酷暑の中、登戸神社へ。
とても暑かったですが、神社の中は、涼しい風が通り抜け、気持ち良かったです。



知る人ぞ知る、二ヶ領用水南武線ガード下。頭の上を電車が通って行く様子を体験しました。

参加したメンバーからの声

- 地図を見るのが楽しみ。
- 皆で行くのが楽しい！
- 住んでいても知らない場所に、行ってみようと思えて、世界が広がっています。
- 二ヶ領用水沿いから電車を見上げる場所が良い（奇跡の瞬間！！）
- せせらぎ館で、真っ青な空をみて心がリフレッシュされました。入院中の方も行ってみたい下さい。気分転換になるとと思います。



師長にインタビュー！コーナー！

4名の師長にインタビューしました

①どんな病棟ですか？ ②今年の抱負 ③マイブーム

1 病棟 齋藤師長

- ① 1 病棟は療養病棟で開放と閉鎖にわかれており、それぞれ特徴を持った病棟となります。開放側は慢性期の経過をたどりながら、退院を目指す方を対象としています。閉鎖側は回復に長い時間を要する方や、高齢者や様々な事情で退院に至ることができない長期入院の方が対象となっています。
- ② 健康で自分らしく楽しく過ごさせていけたらと思っています。
- ③ マラソン、筋トレ、旅行、K-POP、美味しい物を食べること。



2 病棟 角田師長

- ① 2 病棟は精神療養の閉鎖病棟です。長期入院、退院支援、介護が必要な方々が同じ環境で療養しています。患者さんと職員が、治療の枠組みの中で、個々の課題に取り組めるような様々な工夫をしながら一緒に進んでいます。閉鎖病棟ではありますが、外部の支援者との面会、外出等も多い病棟です。
- ② 患者さんと職員の医療安全の更なる向上と個人としては、2022年から取り組んでいる「100の夢プロジェクト」を継続していきます。
- ③ 80年代ユーロビートでござる寝体操 & その場足踏み
 - * 「今日好き」のTikTokメドレーの振付習得
 - * 「ねないこだれだ」のおばけグッズの鑑賞



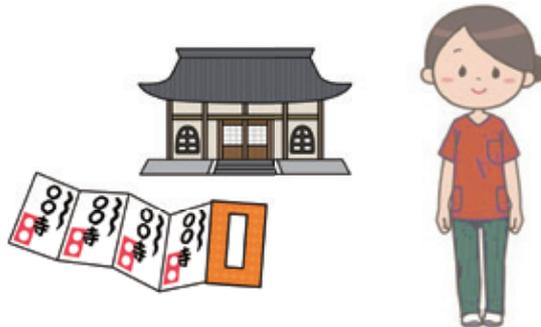
3 北病棟 入里師長

- ① スタッフは、明るく思いやりのある方ばかりです！制限も多い病棟ですが、安心していただける様にしています。
- ② これまでも、宣言して恥かしい結果となっています。自分なりのベストをつくせた1日なら◎です。だいたいOKでいきます。
- ③ 日本の手仕事に魅了。竹細工や刺し子、各地の焼き物。美しい風景をみてそこに住む人々の手仕事に出会うのが楽しいです。



3 南病棟 佐藤師長

- ① 病棟中央に位置するテラスから光が差し込み明るい病棟です。様々なストレスから離れ、ゆっくり休養し、心と体の回復を目指します。
- ② 健康維持の為、運動を始める。
- ③ 御朱印集め。道の駅めぐり。



編集
後記

本屋さんでシルバー川柳の本の表紙に大きく載っていた作品に思わず吹き出しました。「ワシだって財布の中はキャッシュレス」
素晴らしいと思いませんか？弱みを強みに、自虐もポジティブに。
皆様方にとりまして今年は幸多い年になりますようにと祈念いたします。

小堀内看護部長