



せりがや通信第30号

神奈川県立精神医療センターせりがや病院

職員紹介

前号に引き続き、せりがや病院で4月から働いています新任職員の紹介をさせていただきます。

2階病棟 看護科長 鈴木由起枝

4月から、2階病棟の担当になりました、鈴木由起枝です。宜しく願い致します。芹香病院より、異動してきました。同じ精神医療センターにいて、せりがや病院のことは、分からない事ばかりでした。恥ずかしいです。日々戸惑うばかりでしたが、最近、仕事にも少し慣れてきたところですよ。話しかけにくい印象がある私ですが、決してそんなことはありませんので、気楽に話しかけて下さい。

依存症患者様の関わりも、分かりかけてきたところですが、依存症治療の難しさや奥深さを強く感じています。依存症の治療はチーム医療！！スタッフの力をかり一丸となって依存症看護に勤めていきたいと思っています。

心理・相談科 ケースワーカー 早坂透

今年の4月からせりがや病院にやってきました早坂透と申します。病院内をうろうろ歩いている、白衣を着たやたらと背のデカイ人が私です。去年までは、臨床心理士として静岡県内の4つの病院の精神科で主にカウンセリングや心理検査の仕事をしていましたが、依存症の医療に携わるのは今回が初めてです。

最初は今までとは少し違った業務に戸惑いもありましたが、患者様とご家族の皆様がとても温かく親切にしてくださるので、徐々に慣れることができました。皆様の逆境を乗り越えようとする強いパワーや互いに助け合う姿にいつも驚かされ、感動しています。微力ながらも皆様の回復のお役に立てるよう、努力していきたいと思っております。今後ともよろしく願いいたします。



施設見学を終えて

恒例となっている職員の施設見学で、横浜ダルクと寿アルクを訪問させていただきました。

1階病棟 看護師 大木恭子

<午前:横浜ダルク>

皆さんの温かな笑顔で迎えてもらいました。その明るい雰囲気と活発なミーティング風景、スマーブを実践していることを聞き、ダルク全体のモチベーションの高さを感じることができました。職員の方々は病院メッセージ、患者さんへダルクへの紹介、ダルク利用者さんへ受診のきっかけを作ってくださいと、改めて病院とダルクとのつながりを感じました。

<午後:寿アルク>

ミーティングでは、アルコールの問題を認めた方々からの、「断酒できるまでの道のりは簡単なことではなく、様々な経験から酒を飲まない生き方を選択した」という言葉や、指導者の方の「私も、今日アルクに来た人も同じ、今日一日断酒です」の言葉が印象的でした。アルクの理事長さんは、アルコール依存症からの回復を願い、利用者の社会復帰に力を注がれている方でした。その姿を見て感銘し、これからの看護に生かしたいと思います。

回復のための食事

栄養管理科 平山麻実子

アルコール依存症患者さんの食生活をきいてみると、アルコール中心でつまみをちょこっと、なんてことも…。このような食事を続けていけば、栄養不足になり体の様々な機能に障害が出てきます。そうなる前に、断酒し食事をとり、体を回復させましょう。食事のポイントは、朝・昼・夕の1日3回、主菜・主食・副菜のそろった食事をとることです。主菜とは、ご飯、パン、麺類などです。主食は、肉、魚、卵、大豆などを使った料理です。副菜は、野菜、海藻類を使った料理です。

入院中の患者さんに、「食事をしっかり食べると体調が良いと感じますか？」と質問したところ、80%以上の患者さんが「はい」と答えました。アルコールや栄養不足で傷ついた体の回復には、十分な栄養が必要です。断酒後のイライラ、不眠などをうまく乗り切って再発を防ぐためにも、健康な食生活で力を貯えましょう。

＜アルコール家族教室のご案内＞			＜薬物家族教室のご案内＞	
＜特別講座予定＞ Ⅱ 10月6日 家族の会メンバー みやなおこ氏			＜特別講座予定＞ Ⅱ 10月13日 ナラノンメンバー Ⅲ 12月8日 未定	
開催日程と担当			開催日程とテーマ	
10月6日(木)	B	特Ⅱ 特別講座	10月13日(木)	特Ⅱ 特別講座
10月20日(木)	A	医師	10月27日(木)	4 家族の回復
11月3日(木・祝)		お休み	11月10日(木)	1 薬物依存症とは
11月17日(木)	C	看護師	11月24日(木)	2 家族ができること
12月1日(木)	B	ソーシャルワーカー	12月8日(木)	特Ⅲ 特別講座
12月15日(木)	A	医師	12月22日(木)	3 家族の回復
アルコール家族教室は、アルコール依存症の知識や特質について学び合い、適切な関わり方を共に考えていくことを目的としています。A(医師)・B(ソーシャルワーカー)・C(看護師)それぞれの立場から上記日程で開催いたします。(当院を受診していない患者様のご家族も参加できます)			薬物依存症家族教室では、覚せい剤、大麻、麻薬、処方薬などの薬物依存(中毒)についての知識や薬物依存症の特質について学び合い、適切な関わり方を共に考えていくことを目的としています。どの回からでも参加できますが、テーマ1～4の4回通してご参加いただくことをお勧めしています。(当院を受診していない患者様のご家族も参加できます)	
参加方法 予約なし・無料です。			参加方法 予約なし・無料です。	
開催時間 第1・3木曜日午後1時30分～3時 (但し、祝日はお休み)			開催時間 第2、第4木曜日午後1時30分～3時 (但し、祝日はお休み)	
場所 せりがや病院 2階デイ・ケア室			場所 せりがや病院 2階デイ・ケア室	



外来診療(新患・再来)は予約制です。

◎予約変更は平日の午後2時～4時にご連絡ください TEL:045(822)0365

電話番号の掛け間違いが大変多くなっています。よくお確かめの上、おかけ下さい。

〒 233-0006 住所 神奈川県横浜市港南区芹が谷 2-3-1

<http://kanagawa-pho.jp/osirase/byouin/seisin/serigaya/index.html>

発行所 神奈川県立病院機構 神奈川県立精神医療センター せりがや病院 編集委員