

伊都の丘病院だより

Vol.004 【伊都の丘病院のホームページ】
<http://www.itonooka.dr-clinic.jp/>

FREE
無料

ご自由にお持ち帰り下さい。

伊都の丘病院からのお知らせ

新しいお部屋のご紹介

精神障害者自立支援法についてご存知ですか？

限度額適用・標準負担減額認定証

ためになる健康のお話

こまめに手洗いをしましょう

疲れ目のお話～日常的に使うからこそ、大切に～

伊都の丘病院だよりのレギュラーコーナー

各部署からの連載コーナー

季節のけんこうレシピ

伊都・福岡市近郊のおでかけ情報

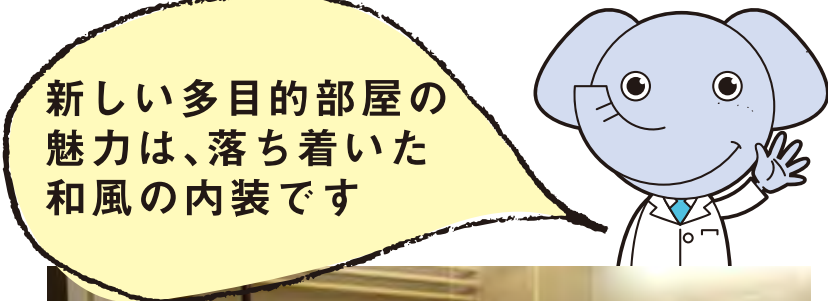
ご自由にお持ち帰りください



壁と天井は、和紙を使って市松模様ふうにしています。朱色のアクセントでモダンに演出。

NEW ROOM

当院の新しい施設をご紹介します



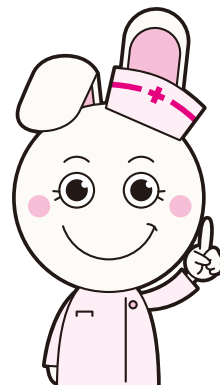
新しい多目的部屋の魅力は、落ち着いた和風の内装です



サイドに配置した天井のライトや、間接照明で部屋全体を優しい明るさで包んでいます。

新 たに完成した多目的部屋のコンセプトは、私たち日本人にとってリラックス効果の高い「和」。随所にナチュラルな木目を活かした室内で、和やかな気持ちにしてくれます。障子をはめこんだ窓の上部分からは外の緑が垣間見え、晴れた日には木漏れ日が差し込む気持ちの良い空間となっております。この部屋はカウンセリングはもちろん、患者さんの作業スペースとして、様々な目的に対応いたします。

ホームページをリニューアルしています！



当院のホームページをリニューアルしました。コンテンツ別に整理されたトップページや病院施設の紹介、コラム各部署からのメッセージなど、見やすく充実した内容となっております。ぜひ一度ご覧ください。

URL: <http://www.itonooka.dr-clinic.jp/>



病棟通信



当院は開放病棟1棟、精神一般病棟2棟があります。各病棟、社会復帰を最終目標として、個々の患者さんに最適な治療、看護ケアを心掛けて日々患者さんに接しています。さて、4回目となる今回は、各病棟の師長の声を聞かせてもらうことになりました。

2階 山口師長

精神療養病棟とは、主に長期的な治療・養生が必要な精神科疾患の方が入院される病棟です。症状が安定した患者さんや、長期入院による治療・養生が必要な患者さんが1日でも早く家庭や社会に復帰できるように日常生活指導や入院生活技能訓練・社会生活技能訓練などのセルフケア能力を高める療養プログラムを取り入れ、治療・援助を行っています。

現在、2階病棟44名の患者さんに対し、看護スタッフ24名が一頑となって、時に毎日笑顔で接しています。



3階 山崎師長

3階病棟は精神一般病棟ですが、統合失調症・感情障害をはじめとする亜急性・急性症状の患者さんが利用されています。症状が落ち着かない状態のときは職員と信頼関係が持てるように、スタッフ一同が一丸となり、患者さんに関わっていきます。その成果として安定期になり患者さんとの距離が近くなったように感じ、笑顔がたえない病棟です。



4階 吉峰師長

私が所属している開放病棟は、急性期を経た回復期の方や、社会や家庭生活に疲れて休養をされたい方、慢性期の方などが入院しておられます。

看護部は「患者様中心の心のこもった看護を提供する」という理念の基に、年間目標、さらに病棟毎に月間目標を決め、看護力の向上に努めています。患者さんが安心して相談や話ができ、心を癒すことができる、温かな病棟にしたいと思っています。

最近は患者さんの平均年齢が下がり、職員も若い仲間が増え、私のような古株も刺激を受けています。病棟がチームとして力を最大に発揮できるよう、職員間の「協力」「信頼」「和」を大切に育みたいと思っています。



家族や患者さんに贈りたい本

言葉を添えなくても、本一冊を渡すだけで多くのことを伝えられることも。ここを通わせるコミュニケーションのきっかけとして、本を活用してみたいはいかがでしょうか。



だいじょうぶだいじょうぶ

作・絵／いとうひろし
講談社刊

おじいちゃんが教えてくれた「だいじょうぶ だいじょうぶ。」という、主人公を励ますおまじないの言葉。それはやがて主人公がおじいちゃんを励ますための言葉になり……。涙なくしては読めない、心温まる名作絵本!



その時までサヨナラ

著者／山田悠介
文芸社刊

仕事人間の悟は、別居中の妻を列車事故で失ってしまう。心に傷を負い、自分になつかない一人息子を義理の両親に預けようとしたところへ、妻の親友・晴子がやって来て…。失いかけた絆を取り戻す物語。



メンタルヘルスマガジン 心の元気+plus

特定非営利活動法人
地域精神保健福祉機構 発行

うつ病・統合失調症などの精神疾患を持つ人に向けた月刊誌。読めば前向きになれる「心の病に効く雑誌」がモットー。患者自身が表紙を飾ることで話題の、国内初の当事者向けメンタルヘルス雑誌。

Letter vol.04

デイケアゆうゆう

デイケア「ゆうゆう」の日々のプログラムをご紹介します。

一日体験入所受付中

デイケア直通連絡先

TEL: 092-806-5467

月～金曜日(土・日・祝日休)

送迎バスで通えます。おいしい昼食もありますよ。



デ イケアとは外来治療の一環
イケアでは、社会生活の自信をつけるために、日中9時30分～15時30分の一定時間、いろいろな活動を行っています。同じような悩みを抱える仲間やスタッフと共に、活動するので、自分自身の生活リズムが整えられ、病気との上手な付き合い方を探すことができます。



色画用紙を見本の図案通りに切っています。

切り絵

活動紹介 創作活動

手芸・工芸・工作等プログラムで行っています。



貼り絵



メンバーの皆さんで1枚の作品を協力して仕上げています。



作

品作りを通じて、気分転換・自己表現・メンバー同士の憩いの場になります。また、集中力・持続力・想像力を養うことができます。

革細工



ライターケース、キーケース等を作っています。

3月に院内で作品展示会が開かれ、私たちデイケアも参加しました。「下げ物」の飾りは好評でした。



Occupational Therapy

vol.4

作業療法って何だろう？



作業療法(OT)

作業療法とは簡単に言うとリハビリテーション(リハビリ)のひとつです。主にリハビリテーションとは、理学療法(PT)、作業療法(OT)、言語聴覚療法(ST)に分けられます。

※作業療法の「作業活動」とは

日常生活の様々な動作、仕事、遊びなど人間の生活全般にかかわる諸活動を作業療法の「作業活動」と呼び、治療や援助の手段としています。



作業療法とは「心と体のリハビリテーション」です

一般的にリハビリといえば歩行練習、指をよく動くようにする、マヒの改善など、機能訓練のことを思い浮かべるのではないのでしょうか？これらはリハビリの一部です。私たちの暮らしや一生は、様々な作業や作業活動によって成り立っています。作業とは生活そのものです。その生活(作業)をリハビリの手段としているものが「作業療法」です。作業療法とは心と体のリハビリテーションのこと

だといえます。誰も病気になるとその人らしい生活(作業)がなかなか難しくなります。普段、何気なくしている生活(作業)が困難となったり、めんどくでわずわらしくなったりします。作業療法ではその人らしい生活(作業)の再獲得や新たな生活(作業)ができるように手助けしていきます。

「遊んでいるだけでは？」と 感じる方もいるとは思いますが…

「遊ぶ」ということも重要です。遊ぶことでリラックスできたり、ストレスを発散したりすることもできます。そのことが、明日に対する気力につながったり、イライラが少なくなることで他の人との付き合いが上手になったりと、直接的に関係ないと感じてしまうかもしれませんが、「遊び」も利用して総合的に治療していきます。

ただ無意味に手工芸やレクリエーションなどをしているわけではありません。例えば手工芸的な作業活動に集中することによって、様々な不安を一時的に忘れることができます。さらに、集中して活動を行うと痛みも忘れることができます。この繰り返しによって、精神的な悪循環を断ち切ることができ、より良い方向に向かっていきます。





カウンセリングで扱う こころの問題



こころの問題とは？

“こころの問題”とは、どのようなものをさすのでしょうか？ 多くの人は“こころの問題”というと、重い精神的な病気を思い浮かべるかもしれません。しかし、カウンセリングの中で考える“こころの問題”とは、私たちが生活していく中で、日常的に起きることも含みます。また、その表れ方は、元気がない、気分がふさぐなど精神的な症状だけではなく、食欲がない、眠れない、動悸がするなどの身体的な症状に表れることも多くあります。つまり、対人関係の問題、職業の

選択、夫婦関係や子育ての不安など日常生活の中での悩み、心理的なストレスで起こる様々な身体的・精神的症状、幻覚や妄想など病理体験が伴うような場合など、様々なものが“こころの問題”として取り上げられます。

当院でのカウンセリング

当院では医師の診察と並行してカウンセリングを行っていきます。そのため、まず当院を受診し、医師の診察の結果、カウンセリングの時間を設けた方がよいと判断されると、カウンセリングがはじめられます。カウンセリングは予約制になっております。

カウンセリングとは？

カウンセリングとは、こころの問題を抱えた方の“こころ”や“行動”について一緒に考え、その方がよりよく生きる、楽に生きられるようにお手伝いをします。

Vol.04

薬剤部

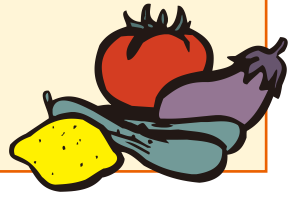
薬の保管について



- 薬は保管方法が悪いと劣化や変質を早めてしまい、本来の効き目が得られなくなってしまう。薬を安全で効果的に使用していただくために、正しい薬の保管方法を覚えましょう。
- 薬は保管方法が悪いと劣化や変質を早めてしまい、本来の効き目が得られなくなってしまう。薬を安全で効果的に使用していただくために、正しい薬の保管方法を覚えましょう。
- ともありますので基本的には常温（1〜30℃）で保存して下さい。ただし、薬によっては冷蔵庫での保管や遮光が必要なものもあります。その際は指示に従いましょう。
- 書かれています。
- ① **いつも決まった場所に保管する**
飲み忘れを防止するためにも、薬はいつも決まった場所に保管するようにしましょう。
- ② **高温・多湿・直射日光を避ける**
薬は高温・多湿・直射日光を嫌います。特に梅雨の湿気には注意が必要です。また真夏の日中、車の中は50℃以上になることもありますので車内には薬を放置しないよう注意しましょう。お薬を冷蔵庫にしまつと結露などでかえって湿気を帯びるこ
- ③ **子供の手の届かない場所に保管する**
子供の誤飲を防ぐために、必ず薬は子供の手の届かない場所に保管しましょう。冷蔵庫に保管してある薬は、お菓子と間違えてしまう可能性もありますので注意が必要です。
- ④ **薬の外箱や袋、説明書などは、使い切るまで保管**
病院や薬局で渡される薬の説明書や薬袋、市販薬に付いている説明書などはすぐに捨てず、薬を使い切るまで保管しておきましょう。薬袋には調剤年月日、薬の飲み方、保管方法などの大切な情報が
- ⑤ **薬は別の容器に移し替えない**
薬を別の容器に移し替えてしまうと、どんな薬かわからなくなり、誤って飲んでしまつたり、品質の劣化を早くなる原因になります。また、薬によっては遮光や防湿などその薬の性質に応じた加工包装をしていますので、独断でパッケージから取り出してバラバラにしたり、別のビンに入れ替えたりすることはやめましょう。
- ⑥ **薬の保管場所には、飲み薬以外は置かない**
誤飲防止のために、薬の保管場所には、飲み薬以外は置かないようにしてください。特に農薬や殺虫・防虫剤は間違つて口に入れてしまつと大変危険です。くれぐれも薬と同じ場所に置かないようにしましょう。

[注意] いつ処方してもらった薬か不明なものや、使用していかどうか解らない場合は、医師や薬剤師に確認するようにしてください。

食事で心も体もうれしい ちょっといい話 おいしい話



食べ物の色が 内臓の滋養強壮に 効果的といわれています

今年は、オリンピックイヤーですね。五輪マークは、青・黄・黒・緑・赤の五色の輪をしています。食べ物も五色の食材を組み合わせた食事をとることによって、健康が保てるという考え方があります。今回は、食べ物と色の関係について紹介したいと思います。

青(緑)色

ミネラルやビタミンが豊富な緑色野菜は、肝臓の血液循環を促進し、代謝作用を助けます。疲労回復、免疫力強化の作用もあります。

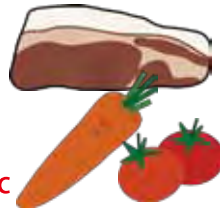
- ・ほうれん草
- ・小松菜
- ・ブロッコリー
- ・アスパラガス
- etc



赤色

良質なたんぱく質が豊富で、赤身魚は不飽和脂肪酸、赤色野菜はベータカロチンが豊富。血を補い、心臓の機能を高め、動悸を予防。虚弱体質や手足の冷えにも効果があります。

- ・肉
- ・赤身魚
- ・にんじん
- ・トマト
- ・クコの実 etc



白色

主食となる穀類、淡色野菜、白身魚や豆腐にはミネラルやビタミンが豊富。肺機能の強化のほか、胃腸機能の改善に効果があります。

- ・だいこん
- ・キャベツ
- ・もやし
- ・白身魚
- ・豆腐
- ・ごはん
- ・うどん etc



黄色

ビタミン類を多く含んでいて、脾臓の機能を高めて新陳代謝を活発にします。また、大豆製品は栄養価がすぐれたものが多いです。



- ・大豆
- ・味噌
- ・油揚げ
- ・玉子
- ・かぼちゃ etc

黒色

全体的にカロリーが低く、食物繊維やミネラルが豊富な食べ物がたくさんあります。腎機能を高め、排便作用を強化します。



- ・ごぼう
- ・わかめ
- ・昆布
- ・こんにゃく
- ・しいたけ etc



食べ物の色を手がかりに病院での献立をご覧ください！



ご飯、白身魚の照焼、しめじソテー、ポークビーンズ、漬物、ヨーグルト



三色丼、赤だしみそ汁、アサリと菜の花の辛子和え、野菜ジュース



ご飯、牛肉と野菜の煮込み、海藻サラダ、吸い物(そうめん)、バナナ



正しい手洗いの順序

20秒から30秒
泡をつけて
洗うことが必要



③ 指先・爪の間をよく洗う。



② 手の甲を伸ばすように洗う。



① 手のひらを合わせてよく洗う。



⑥ 手首を洗う。



⑤ 親指と手掌をねじり洗います。



④ 指の間を十分に洗う。

※手を洗った後、水道の栓を止めるときは、手首か肘で止めるか、ペーパータオル(紙タオル)などを使用して止める。

【手洗いのタイミング】

- ① 帰宅時
- ② 咳やくしゃみの後
- ③ トイレの使用後
- ④ 調理や食事の前
- ⑤ 汚物や血液、体液などを扱う作業をした後
- ⑥ 介護や看病の前



【手洗いのポイント】

- ① 手を洗うときは、時計や指輪をはずす。
- ② 爪は短くきっておく。
- ③ 手洗いが雑になりやすい部分は、注意して洗う。
- ④ ペーパータオル(紙タオル)を使用する。
- ⑤ 水道栓の開閉は、手首・肘などで簡単に出来るものが望ましい。
- ⑥ 水道栓は、できるだけ洗った手ではなく、手を拭いたペーパータオル(紙タオル)で止める。
- ⑦ 手を完全に乾燥させること。

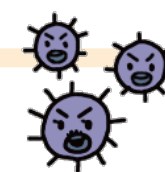
“ちゃんと手洗い”できていますか？

▶ 手洗いのポイント ~洗い残しはないですか?~
自分ではちゃんと洗ったつもりでも、意外と洗い残していることが多く、指の間・指先・手首・親指がしっかり洗えていないことが多いのです。

▶ 手を洗ったら素早く乾かす! 自然乾燥はNG!!
手を洗った後、拭くものがないからと両手を振って自然乾燥したりしていませんか? 実は手を濡れたままにしておくと雑菌がつきやすくなり、せっかくの手洗いも台無しになります。手を洗ったら素早く乾かすか、清潔なタオルでしっかり拭きましょう。またバイ菌は湿ったところで増殖するので、タオルはこまめに取替えていつも清潔にしておきましょう。

タオルは清潔ですか?

- ① はじめは清潔なタオル……
 - ② 使用したタオルは湿ったまま。そのまま放っておくと雑菌・細菌の宝庫に……
 - ③ そのタオルでまた手を拭く。菌の悪循環になります……
- ※タオルペーパー(紙タオル)をできるだけ使用しましょう。



バイ菌・ウイルスを防ごう!!

▶ 日本の手洗いの歴史

戦後の日本では、集団赤痢や疫痢が蔓延していました。それを受け1952年に厚生労働省より、食品取扱施設の従業員の手洗い(石鹼液による手指洗浄や消毒など)が義務化。これを受けて食品衛生協会でも「食品衛生の基本は手洗いから」と指導し、ハンドソープの原型となる「石鹼液」も商品化されました。その後、全国の学校や官公庁、工場から家庭へ「手洗い」が習慣になりました。1990年代後半には、一般家庭用の石鹼液容器の改良が進み、現在多く市販されているポンプタイプの容器も発売。今日では石鹼液が泡で出る商品が発売されるなど様々な商品が開発・販売されています。

▶ 手洗いで10万人の命が救える!?

世界では年間810万人もの子供達が感染症による下痢や肺炎などで命を落としています。その原因の多くは、不衛生な生活環境。もし石鹼を使って手を正しく洗うことができたなら、そのうち100万人の命を守れると言われています。子供はもちろんのこと、健康を守るためには日頃から石鹼を使った正しい手洗いを習慣にすることが重要です。

バイ菌の居場所

▶ 家の中で一番バイ菌が多いのは台所

家の中でトイレよりもバイ菌が多いのは、台所です。生の食材を扱うため、バイ菌が繁殖しやすくなります。台所を使用した後は必ず手洗いをしましょう。

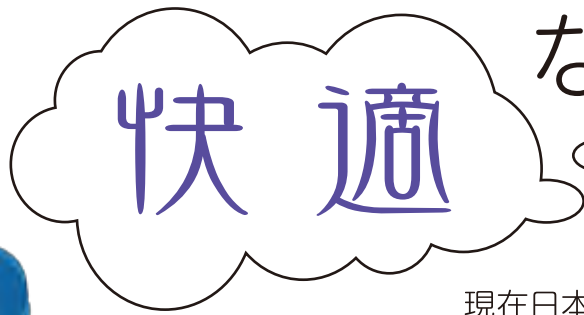
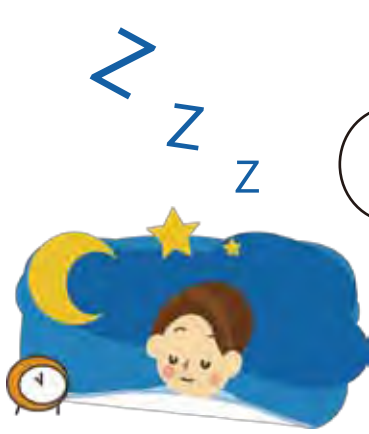
【台ふきんには、バイ菌がいっぱい】

テーブルなどを拭く、ふきんは濡れていることが多く、湿っているところが大好きなバイ菌たちにとっては絶好の住処です。テーブルをきれいにするために拭いているつもりが、逆にバイ菌をぬり広げているなんてことにならないように台ふきんは1日1回除菌しましょう。また食材を触った後に台ふきんを触ることもNG!

▶ バイ菌はあちこちに

普段何気なく触っているものにもバイ菌がいっぱいです。例えばパソコンのキーボードやマウスはバイ菌のたまり場です。もし料理の途中に携帯電話やリモコンなどに触れた時もその都度手洗いが重要です。外出先では、電車のつり革、エスカレーターや廊下の手すりにも……。たくさんの人が触れる所はバイ菌がいるものと認識して、日頃からこまめに手洗いをし、水道がない場合は消毒スプレー(手指用)や除菌シートなどを活用しましょう。





な睡眠をとろう

睡眠をとることは健康のためにとっても重要で心身の疲労回復はもちろん、記憶を定着させたり、免疫を強化するといった役割もあります。

現在日本では、一般成人のうち約21%が不眠に悩んでおり、約15%が日中の眠気を自覚しているとの調査結果もあります。睡眠障害はその原因によって改善策や治療策も異なりますので自分の睡眠状態をチェックしてみましょう。

《様々な睡眠障害》



■ 自覚できる症状や周囲から指摘される症状

- ▶ **不眠** (寝付きが悪い、途中で起きてしまった後、再度眠れない、朝早く起きてしまう、熟睡できないなど)
- ▶ **過眠** (日中眠くてしかたない、居眠りをして周囲から注意されるなど)
- ▶ **就寝時の異常感覚** (脚がむずむずしたり火照ったり、脚をじっとさせていられず眠れないなど)
- ▶ **睡眠・覚醒リズムの問題** (適切な時刻に眠りに付けず、希望する時刻に起床できない)

■ 周囲から指摘される症状やサイン

- ▶ **いびきや無呼吸、寝言や寝ぼけて行動するなど**

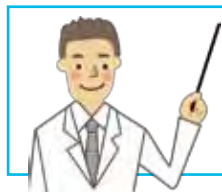
(睡眠時に一時無呼吸になっている、大きないびき、睡眠中の大声や叫び声(寝言)、寝付くときや夜間に脚がピクピクと動いているなど)

《睡眠障害の対処方法》

一過性の不眠(騒音・緊張やストレス、就寝直前の活動の影響など)は誰しも経験のあることで、数日の睡眠時間が不足することによって体に大きな悪

影響があるわけではありません。また通常は、その後それまでの睡眠不足を補うように眠りが深くなるものです。また、病院を受診しても「眠れない=

即、睡眠薬治療」ではなく、各疾患・症状(睡眠時無呼吸症候群、むずむず脚症候群・周期性四肢運動障害など)によって治療法が異なります。



睡眠習慣を見直しましょう

- ①睡眠時間にこだわらない
- ②眠くなってから床につく、就床時刻にこだわりすぎない
- ③同じ時刻に毎日起床
- ④眠る以外の目的で床の中で過ごさない
- ⑤昼寝は短めに、遅くとも15時前に

《睡眠環境づくりのポイント》



①自分にあった枕や寝具やパジャマを使用する

②布団はこまめに干し、シーツもこまめに交換 ~寝具は、極力乾燥した状態を保つ~

③快適な温度・湿度を維持する

夏の室温: 25℃(冷房なら25~28℃目安) / 湿度: 50~60%

冬の室温: 15℃(暖房なら18~23℃目安) / 湿度: 50~60%

④安心して眠りにつく ~寝室の地震対策~

人間は「ここは安全だ」と判断できない場所では本当に安心して眠ることができません。よって地震が多い日本では、地震対策(頭の上には何も置かない。もし家具などが倒れても寝ている自分には倒れてこない配置をする等)をして眠りにつくことも重要です。

⑤ストレスやイライラを溜めない

寝付きが悪い、眠れない場合が、多くの場合、ストレスがあるために体をリラックスさせることができず、交感神経の働きを鎮め、副交感神経を機能させることができない状態です。

TOPICS 「障害者自立支援法」についてご存知ですか？

障害者自立支援法のポイント

- 1 障害の種別(身体障害・知的障害・精神障害)にかかわらず、障害のある人々が必要とするサービスを利用できるよう、サービスを利用するための仕組みを一元化し、施設・事業が再編されました。
- 2 障害のある人々に、身近な市町村が責任をもって一元的にまとめてサービスを提供
- 3 サービスを利用する人々もサービスの利用量と所得に応じた負担を行うとともに、国と地方自治体が責任をもって費用負担を行うことをルール化して財源を確保し、必要なサービスを計画的に充実
- 4 就労支援を抜本的に強化
- 5 支給決定の仕組みを透明化、明確化



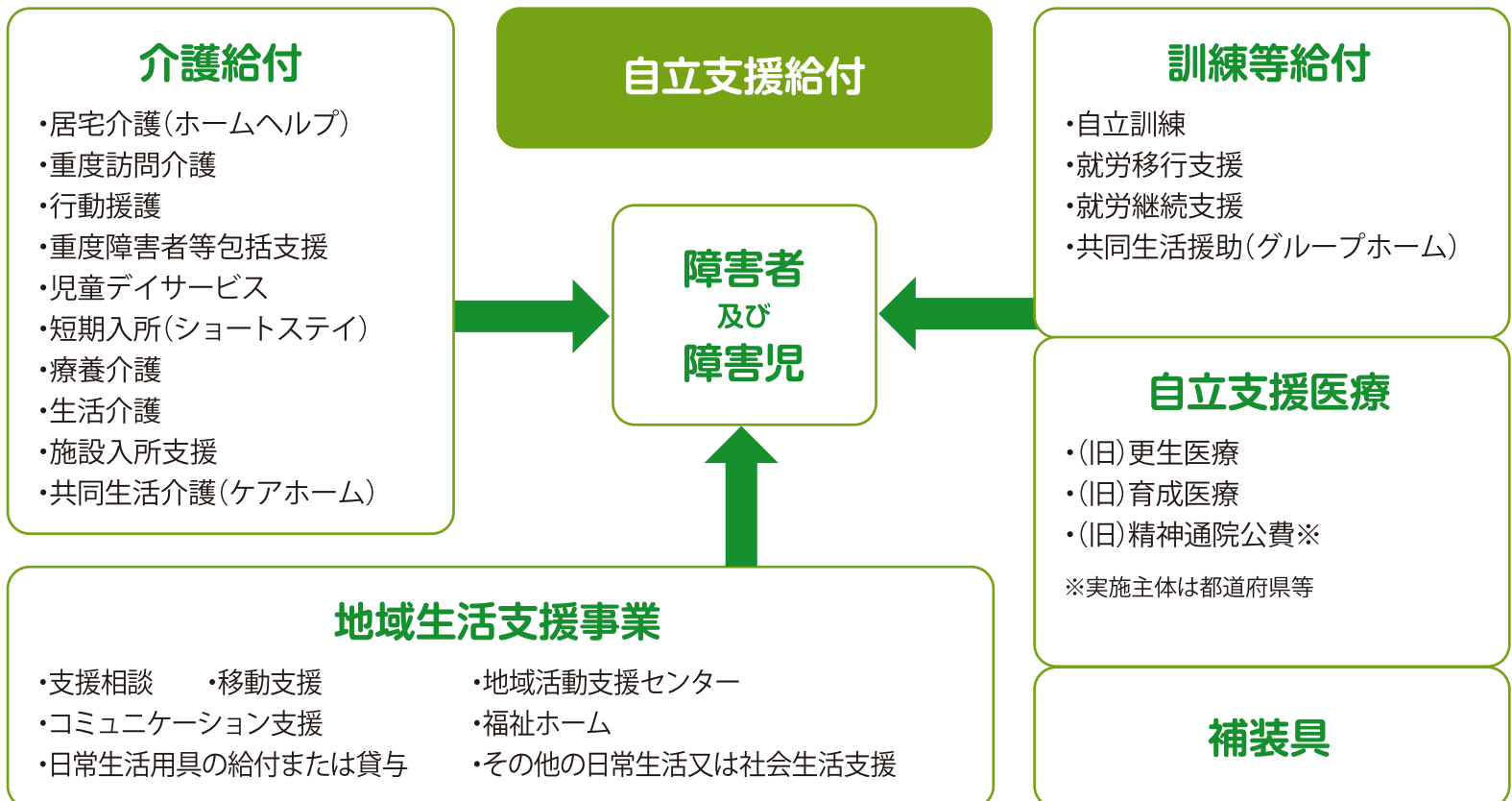
障害のある人々の自立を支えます

福祉サービスの体系

サービスは、個々の障害のある人々の障害程度や考慮すべき事項(社会活動や介護者、居住等の状況)をふまえ、個別に支給決定が行われる「障害福祉サービス」と、市町村の創意工夫により、利用者の方々の状況に応じて柔軟に実施できる「地域生活支援事業」に大別されます。

「障害福祉サービス」は、介護の支援を受ける場合には「介護給付」、訓練等の支援を受ける場合は「訓練等給付」に位置付けられ、それぞれ、利用の際のプロセスが異なります。

サービスには期限のあるものと、期限のないものがあります。有効期限内であっても、必要に応じて支給決定の更新(延長)は一定程度、可能となります。



困った事がありましたら、身近にいるソーシャルワーカーにお気軽にご相談下さい。

事務局のお知らせ

対象者	自己負担限度額(月額) 【制度利用3回まで】	自己負担限度額(月額) 【制度利用4回目以降】
A・上位所得者	150,000円+ (医療費-500,000円)×1%	83,400円
B・一般	80,100円+ (医療費-267,000円)×1%	44,400円
C・市民税非課税世帯	35,400円	24,600円

高度療養制度
【限度額適用・標準負担額減額認定証】
について

外来診療でも制度が利用できるようになりました

前回(広報誌V013)でご紹介させていただきました、高額療養費制度【限度額適用・標準負担額減額認定証】が平成24年4月から改正され、入院された場合と同様に外来で高額な診療を受けられた場合でも、医療機関窓口で、高額療養費の制度を利用できる仕組みが導入されました。
※自己負担の上限額は加入者が70歳以上かどうかが世帯の所得によって分けられます

よくある質問(Q&A)はこちら

Q 同一月に同じ医療機関で外来と入院を受診した場合はどうなるのですか？

A 外来と入院で別々の扱いとなります。

Q 同一月に自己負担限度額を超えた後、その月に同じ医療機関を受信した場合はどうなりますか？

A 窓口負担はかかりません。

Q 限度額適用認定証の有効期限は？

A これまでの限度額認定証と同様に、原則として発効日の属する月から最長1年以内の月の末日までとなり、少なくとも1年ごと更新が必要です。

この制度の手続き方法等については、国保加入の方は居住地の区役所(出張所)・社保加入の方は年金事務所(旧:社会保険事務所)にお問い合わせください。

Q 平成24年4月の施行段階で多数該当(4回目以降)に該当している場合は、引き続き外来でも多数該当となりますか？

A 医療機関で多数該当にあたる事が確認できている場合に限り多数該当となります。

Q 多数該当(4回目以降)にあたるかどうか確認するときは、外来と入院で区別されるのですか？

A 区別されません。外来と入院で1回とカウントすることになります。

病院広報誌 4号

編集後記

- 1年間通して広報委員に携わり、各部署、病院全体がわかってよかったと感じています。大変ですが、やりがいがありました。(2階病棟 看護部 広報委員)
- 事務局のお知らせを見て「限度額適用」が改正されたことを知りました。勉強になります！(3階病棟 看護部 広報委員)
- 田園地帯の小高い場所にあった当院も、駅の新設、九大移転、周辺の開発で著しく環境の様変わりを成しつつある。JR通勤中の車中にも変化があり、英字本や新聞を読んでいたりと、数力国の言葉が聴かれるたび、異国での生活に不安やストレスはないのかとつい思ってしまいます。当院にも外国の方の受診が増えるかもしれない。言葉の壁は厚くても、真心で心が通じる関わりを皆で持ちたいと思っています。(4階病棟 看護部 広報委員)
- デイケア「ゆうゆう」も10年以上の月日が経ち、周りはめまぐるしく変わりました。その中で「参加して良かった!」と思われるように企画を考え、様々な活動を行ってき

- ました。この広報誌を通じて、少しでも現在行われている活動の雰囲気が伝わればと思っています。(デイケア 広報委員)
- 前号までは、デイケア担当でしたが、今号より作業療法の広報担当になりました。色々わからないこともあります。心機一転がんばります！(作業療法 広報委員)
- 最近つくづく料理は手間をかけて作るとおいしいなあと感じます。この広報誌も、各部署が練りに練って作った記事は細部まで読み応えがあって、面白いと感じてもらえるといいなと思います。(臨床心理室 広報委員)
- 年中長袖の白衣で業務にあたっている薬剤師にとって、暑い季節は天敵です。お薬も、高温・多湿を嫌いますので、上手に保管してください。今回の記事は少しでもお役に立てればと思います。(薬剤部 広報委員)
- 今回、色をテーマで、食べ物を考えてきましたが、「五味五色五法」という言葉があるくらい奥が深いようです。色々な食材を選び、同じ味付けにならないように組み合わせ、調理法が重ならないことがポイント

- だそうです。このバランスが食生活で大事なんですね。(栄養給食部 広報委員)
- 広報誌も第4号を無事発行することができました。伊都の丘病院を知っていただくことはもちろん、皆様にとって少しでも有意義な情報になっていれば幸いです。今後もよろしくお願いいたします。(地域連携室 広報委員)
- 先日ひどい首と肩の凝りに悩まされ、以前足つぼの勉強に行ったことを思い出し、試しに足つぼをマッサージしてみました。すると首と肩が少しずつほぐれ楽になりました。改めて足には身体に関わるつぼがたくさんあるんだな〜と足つぼの凄さに感動しました。身体の疲れを取り、元気に仕事ができるよう、今は欠かさずマッサージを行っています。(事務局 広報委員)



ART & EVENT アート&イベント

催しもの情報

※掲載の内容が予告なく中止または延期になる場合がございます。予めご了承ください。



美のワンダーランド 十五人の京絵師

ART

【日程】開催中～9月2日(日)
(月曜休館ただし8月13日(月)は開館)
【場所】九州国立博物館/
福岡県太宰府市石坂4-7-2
【料金】一般1300円(1100円)、
高大生1000円(800円)、
小中生600円(400円)
【時間】9:30～17:00
【問】050-5524-8600



近代から現代へ 日本画の巨匠たち 一名作でたどる日本美術院のあゆみ

ART

【日程】8月21日(火)～9月23日(日)
【場所】福岡市美術館/
福岡市中央区大濠公園1-6
【料金】一般1,300円(1,100円)、
高大生800円(600円)、
小中生500円(300円)
【時間】8月は9:30～19:30、
9月は9:30～17:30
【問】092-714-6051



糸島の工房が大集結 第5回糸島クラフトフェス

EVENT

約70工房、陶芸・木工・ガラス・ジュエリー様々な分野の作家作品を展示販売。作家との交流や手作り体験はもちろん、おいしい糸島の恵みを味わえる飲食コーナーやライブなど、さまざまな企画が。

【日程】9月16日(日)・9月17日(月祝)・18日(火)
【場所】糸島市志摩初30(志摩中央公園)
【時間】10:00～18:00(16日は12:00から)
【問】糸島クラフトフェス実行委員会:080-3999-9716



第2回糸島市民まつり

STAGE

「いとしまの力」をテーマに糸島の魅力をたっぷり味わえる催しが盛りだくさん。昨年反響が大きかった物産展のグルメグランプリも開催予定。清水アキラさんのショーや花火も。

【日程】10月6日(土)10月7日(日)
【場所】志摩中央公園、伊都文化会館、
二丈中学校体育館
【問】糸島市民まつり振興事務局:092-324-3741
糸島市役所企画部地域振興課:092-332-2062



北島三郎特別公演

ART

【日程】9月1日(土)～9月30日(日)
【場所】博多座/福岡市博多区下川端2-1
【料金】A席14000円、特B席10000円、B席7000円、C席4000円
【時間】昼公演:12:00～(初日は14:00～)
夜公演:17:00～
【問】092-263-5555



第68回福岡県立美術展覧会(県展)

プレゼント
あります
ART

【日程】9月4日(火)～9月30日(日)(月曜または祝祭日の翌日休館)
【場所】福岡県立美術館/
福岡市中央区天神5-2-1
【料金】一般300円、高大生200円、小中生100円
【時間】10:00～18:00(入場は17:30まで)
【問】092-715-3551



第67回県展 県知事賞受賞作品 日本画:松本啓子「ゴールドの花野」

平成24年度自主企画展 能のかたち NIPPON美の玉手箱

プレゼント
あります
ART

【日程】9月15日(土)～11月11日(日)(8月中は日・祝日以外は19:30まで 月曜・祝日の場合は翌火曜日休館)
【場所】福岡市博物館/
福岡市相良区百道浜3-1-1
【料金】一般200円(150円)、高大生150円(100円)、小中生以下無料
【時間】9:30～17:30
【問】092-845-5011



Present

〈今回のプレゼント〉
プレゼントのコーナー

〈応募方法〉

上記のプレゼントを希望される方は、郵便ハガキまたは、FAXにて右記の要領で必要事項をご記入の上、お送りください。
※応募の締め切り日にご注意ください。

- ①第68回福岡県立美術展覧会(県展) 観覧チケット15組30名様
- ②平成24年度自主企画展 能のかたち NIPPON美の玉手箱 観覧チケット5組10名様

〈応募締切〉

ハガキ:8/31消印まで FAX:8/31送信分まで

〈応募時の記載内容〉

- ①プレゼント番号 ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥職業 ⑦電話番号 ⑧本誌のご意見、ご感想など

〈宛先〉伊都の丘病院だよりプレゼント係 宛
〈ハガキ〉〒810-0042 福岡市中央区赤坂1-11-201
〈FAX〉092-715-5182

【応募ハガキ並びに応募FAXの取扱いについて】全応募ハガキ・FAXを厳正に抽選し、当選者発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。ご記入いただきましたお名前、ご住所などの個人情報やアンケートの回答等は今後の広報誌紙面企画に反映させるため統計処理を行わせていただきます。

ボランティアさんを募集しています!

当院では、清掃作業などの補助的なサポート、院内行事などの介護的サポート、患者さんの話し相手などになってくださるボランティアさんを募集しています。また、デイケアにて、お習字やピアノ等の指導をして下さるボランティアさんも募集しています。詳細は下記までお気軽にお問い合わせください。※基本的に、精神科病院または関係機関にて一定期間勤務経験のある方に限らせていただきます。

TEL:092・806・1172(事務長/看護部長)



● 病院詳細

医療法人光陽会

伊都の丘病院

〒819-0375 福岡市西区徳永697番地

TEL:092-806-1172
FAX:092-806-6685

〈ホームページアドレス〉

<http://www.itonooka.dr-clinic.jp/>

● 受付時間

月～金曜日	午 前	9:00～11:00
	午 後	13:30～15:00
土曜日	9:00～11:00	
休診日	第2土曜、日曜、祝日 8/14・15、12/31～1/3	

※診療時間は、午前は12:00まで午後は16:30までとなっております。(尚、土曜日は午前中で終了です)
※初診の方は午前中までにご来院ください。

● 病院までの行き方

◎バスでお越しの方

昭和バス北原バス停から徒歩約10分

◎電車でお越しの方

JR九大学研都市駅から徒歩約8分(タクシーで約3分)

◎車でお越しの方

国道202号線今宿徳永交差点近く。
福岡方面より西九州道今宿ICより約5分。
前原方面より西九州道周船寺ICより約1分

