三愛 view（ビュー）

発行所：三船病院相談室
創刊日：2003 年 8 月 15 日
〒763－0073
香川県丸亀市柞原町 366
Tel　0877－23－2341
Fax　0877－23－2344

『健康管理室の取り組みについて」

看護副部長　三浦　幸子

健康管理室では、職員の健康管理はもちろん予防への取り組みにも努めています。毎年4月に定期健康診断と10月には特定業務従事者の健康診断を実施し、健康診断の結果をもとに医療機関の受診を勧めたり、生活習慣の見直しを指導しています。

現代社会はストレス社会だと言われています。適度なストレスは生活にメリハリをもたらせるのに必要ですが、溜めすぎると、心や身体の病気を引き起こします。表情が暗いと患者様に接していても患者様が回復するための手助けはできません。ストレスは仕事や対人関係、また家庭等に原因があるのか、またそれらが混合しているのかは分りません。原因を把握し、それに対応する気分転換を考えることが大事です。身体は、ストレスがかかると緊張状態に入ります。そして、身を守るため血糖や血圧、コレステロール値などを高くし、対抗しようとします。また、「やけ食い」などの行動を起こす人もいます。ストレスケアのためには、3つの「R」が大切だとされています。3つの「R」とは、1. Rest：まず休息をとりましょう　2. Relax：リラックスした状態で心を楽にしましょう　3. Recreation：レクリエーションで気分転換しましょう　です。それに何かあったら自分一人で抱え込まずに話してみてはどうですか。話してみても解決しないかもしれないけれど誰かに聞いてもらうだけでも、気持ちがいっぱいだったものが少し軽くなるかもしれません。

病院では「職員の心の健康づくり」としての取り組みがあり、目標として①メンタルヘルス対策のためのシステムをつくる②職場全体にメンタルヘルスの問題への「気づき」の促しを掲げて活動しています。職員に周知し健康管理室の掲示板にも構成メンバーを表示しています。現在の産業保健スタッフは産業医（川田副院長）、衛生管理者（三浦看護副部長・新開看護主任）、選任精神科医師（鴨居医師）、臨床心理士（片山心理士・川勝心理士）です。また、相談しやすいよう、看護部門では佐藤看護部長や各病棟の看護師長、看護部以外は各箇所長に相談も可能です。プライバシーには、配慮し他の相談員に相談等を依頼するときは相談者の承諾を得て対応しています。

これら、職員の健康管理とともに感染対策も重要な業務です。この冬には、ノロウイルスが原因とみられる感染性胃腸炎が急激に流行しました。この病気はノロウイルスが感染源とされています。感染性胃腸炎の症状や感染経路等の知識を深めていただくための情報提供を実施し、予防対策として手洗いをしっかりすること及び各所のドアノブの消毒（塩素系漂白剤）を勧めています。また、この病気は嘔吐物や便から空中に浮遊したウイルスを吸い込むことで感染することもあるため、吐物や排便後の処理が大切です。処理を行う際には、ディスポのゴム手袋やマスク・エプロンを着用し、使用後はビニール袋に密封して感染性廃棄物として扱うように指導しています。職員に下痢などの症状が発生した時には、感染を病院内に広めないために感染対策委員会の指導のもと対策を実施しています。

また、インフルエンザの予防にワクチン接種の希望をとり実施しています。高齢者や合併症の患者様と接する機会が多い医療職としては非常に大切な予防対策でもあります。当院では今回276名が実施しました。インフルエンザは、ノロウイルス同様に感染対策としての手洗いやうがいが大切となります。このため、再三の声かけを行っています。

職員の健康が維持でき、患者様によりよい医療サービスを提供できるよう支援に努めたいと思います。何かあればいつでも気軽に声をかけて下さい。

職員の健康診断の様子

多機能型事業所花園荘就労継続支援Ｂ型事業所について

精神保健福祉士　奥原　隆也

まずは当事業所の概要について紹介させていただきます。多機能型事業所花園荘就労継続支援B型事業（以下当事業所）は平成24年4月1日から開始しました。当事業所の前身は、地域活動支援センターはなぞのの一部で行っていた「内職活動」です。それまで三愛会の社会復帰活動は、退院促進や地域移行支援、地域生活支援など、住居の確保や継続した生活支援の体制づくりなどに力点を置いてきました。しかし退院した後、地域社会でいかに生活していくのかを考えると、利用者の「働きたい。」という希望に対して、十分に応えられる支援の提供が出来ていませんでした。私たちの周りの地域でも精神障害を持たれる方の就労へのチャンスはまだまだ不足していたように思います。そこで地域生活支援センターはなぞの（当時）にて平成17年より、内職活動や一般就労を目指した就労支援活動に取り組むようになり、後の障害者就業・生活支援センターくばらや当事業所の設立へと繋がっていきました。現在、当事業所の定員は10名、登録者は27名です。週に5～6日、9:50～15:00を開所時間として活動しています。

次に事業内容について紹介させて頂きます。「就労継続支援B型事業」とは、障害者自立支援法に基づく就労継続支援のための事業所です。メンバーが自分の目標に応じた生活ができるよう「地域の中に就労の場を提供する」と共に「就労活動を通して知識や技術の向上のために必要な支援を行う」ことを目的としています。具体的な活動として、内職作業（箱折作業など）や自主製品（ホットドッグなど）の屋台販売を行っています。内職作業はメンバー主体の活動となっており、組立から検品までの全工程をメンバー間で役割を分担し、取り組んでいます。作業中の何気ないやり取りの中で地域生活における不安や目標等について自然と話し合われており、メンバー相互で生活の質を高める機会となっています。また自主製品に関しては、メンバーとスタッフが一丸となって試作を繰り返し、より良い商品の開発を目指しています。まだまだ未熟ではありますが、実際に自分たちで作り上げた商品がイベントなどで完売した時には、喝采が挙がることがあり、これぞ当事業所の醍醐味と感じています。

これらの活動は就労に直結する形を成すだけではなく、「生活の質の向上」や「潜在していた能力の発揮」、「埋もれていた新たな目標の発見」など様々なことに繋がっています。

また既述の活動と併行して、昨秋から個別の定期面談（生活相談・就労相談）を実施しています。個別面談を定期的に実施することで、不安や悩みに対応できると共に、個別に参加目的や目標について話し合えるようになったと思います。その過程で必要に応じ他機関と連絡を取り合い、他部署・他施設との連携の強化を図ることも心掛けています。

事業所の方向性や事業方針、活動内容など基本的な枠組みにおいても定期ミーティングを実施し、皆で共通の認識を持てるよう話し合っています。そしてこれからもメンバーとスタッフが共に、事業所を形にしていくという姿勢を大事にしていきたいです。

今後の展望としてメンバーの「働きたい。」という希望に対して、周辺地域では対応しきれていないニーズを把握し、それに応えられるよう充実した体制で新規活動を導入したいと考えています。そして周辺地域とは当事業所が「就労」という役割を担い、相互にかかわりを持つことで、新たな関係性を構築していきたいです。

お伝えしたいことはたくさんあるのですが、紙面には限りがあり文面だけでは伝え切れないこともあります。興味関心のある方はぜひ見学にお越し下さい。

メンバーが主体性をもって充実した地域生活を送れるよう、共に歩む姿勢をもって臨んでいきたいと思っておりますので、引き続きご協力とご理解の程よろしくお願い致します。

内職作業の様子

納品前の商品

三船病院医師からのメッセージ・・・

三船病院　医師　山中　真美

今回は、最近私が読んでジーンとしたお話を紹介しようと思います。

小学生のとき、少し足し算、引き算の計算や、会話のテンポが少し遅いA君がいた。
でも、絵が上手な子だった。
彼は、よく空の絵を描いた。抜けるような色遣いには、子供心に驚嘆した。

担任のN先生は算数の時間、解けないと分かっているのに答えをその子に聞く。
冷や汗をかきながら、指を使って、ええと・ええと・と答えを出そうとする姿を周りの子供は笑う。
N先生は答えが出るまで、しつこく何度も言わせた。
私はN先生が大嫌いだった。

クラスもいつしか代わり、私たちが小学6年生になる前、N先生は違う学校へ転任することになったので、
全校集会で先生のお別れ会をやることになった。
生徒代表でお別れの言葉を言う人が必要になった。
先生に一番世話をやかせたのだから、A君が言え、と言い出したお馬鹿さんがいた。
お別れ会で一人立たされて、どもる姿を期待したのだ。

私はA君の言葉を忘れない。

「ぼくを、普通の子と一緒に勉強させてくれて、ありがとうございました」

A君の感謝の言葉は10分以上にも及ぶ。
水彩絵の具の色の使い方を教えてくれたこと。
放課後つきっきりでそろばんを勉強させてくれたこと。
その間、おしゃべりをする子供はいませんでした。
N先生がぶるぶる震えながら、嗚咽をくいしばる声が、体育館に響いただけでした。

昨日、デパートのポストカードなどに美しい水彩画と、A君のサインを発見しました。

N先生は今、僻地で小学校で校長先生をしております。
先生は教員が少なく、子供達が家から2時間ほどかけて登校しなければならないような過疎地へ
自ら望んで赴任されました。

N先生のお家には、毎年夏にA君から絵が届くそうです。
A君はその後公立中高を経て、美大に進学しました。
お別れ会でのN先生の挨拶が思い浮かびます。

「A君の絵は、ユトリロの絵に似ているんですよ。みんなもしかしたら、見たこと無いかもしれない。
ユトリロっていう、フランスの人でね、街や風景をたくさん描いた人なんだけど。
空が、綺麗なんだよ。A君は、その才能の代わりに、他の持ち物がみんなと比べて少ない。
だけど、決して取り戻せない物ではないのです。
そして、A君は、それを一生懸命自分のものにしようとしています。
これは簡単なことじゃありません！」

A君は、空を描いた絵を送るそうです。
その空はN先生が作り方を教えた、
美しいエメラルドグリーンだそうです。

【介護老人保健施設　福寿荘】

「産休・育休からの仕事復帰を経て感じること」

社会福祉士　安藤　由佳

一昨年の7月から昨年の7月まで産休・育休で1年間仕事から離れ、子育て中心の生活を送りました。産休に入ってしばらくは、仕事に行かなくていいのかなあ、と感じる程にのんびりと過ごすことが出来、出産準備も整えることができました。出産後は、初めての子育てということもあり、あっという間でしたが、子どもの成長を日々感じることができ、充実した毎日でした。

1年は早いもので職場に復帰日を伝えると、いよいよ仕事に戻るぞ！という前向きな気持ちと、やっていけるかなという不安な気持ちが混じり、特に復帰前日は緊張していました。復帰後は、やる気が空回りして迷惑をかけてしまうことや失敗して落ち込むことが多々ありましたが、その都度フォローしてもらったり、励ましてもらったりして、ようやく最近になって落ち着いて仕事に取り組めるようになってきた気がします。

職場の仲間の助けや利用者の方に温かい声掛けをいただき、仕事と子育ての両立が出来ることを嬉しく思っています。これからは、もう少し余裕をもって仕事に取り組み、利用者の方々によりよい施設生活を送っていただけるように頑張っていきたいと思います。

【三愛会コミュニティケアセンター】

「　障害者就業・生活支援センターくばらについて　」

就業支援ワーカー　船井　未央

障害者就業・生活支援センターくばらでは、障害をもっている方を対象に就労支援と生活支援を行っています。就労支援では、求職活動から就職までの支援だけではなく、就職してからも定期的に職場を訪問し企業や本人から状況を確認したり、何か問題があった時には本人・企業・ハローワーク・相談支援事業所・くばらなど関係機関が集まりケース会を行ったりしています。生活支援では、就労だけではなく日常生活そのものが安定するための支援を行っています。例えば、通院や服薬について説明（必要があれば通院時の同行支援）、余暇活動の情報提供など、生活の安定があっての仕事ということをみなさんにも理解していただく必要があります。

現在、くばらには12月末付で273名の登録者がいますが、実際に就職されている方は115名となっています。これは、就職したい気持ちはあっても就職に向けての準備が整っていない方が半数はいることになります。“仕事をしたい”からとすぐに仕事を探すのではなく、自分自身の理解・周囲との協調性・安定した生活ができていることを企業からは求められています。

就職を希望する方々と一緒に出来ることは何か、課題は何かを検討しつつ、就職という目標に少しでも近づけるよう支援できればと思います。

≪三船病院からのお知らせ≫

【行事予定】

〇三船病院家族会

今年も5月に開催予定です。

≪編集後記≫

寒い日が続いておりますが、みなさまいかがお過ごしでしょうか？
今年もノロウイルスやインフルエンザが流行しています。手洗い・うがいをきちんと行い、健康管理には留意しましょう。

（三船病院相談室PSW）