

メンタルヘルスニュース

Katsura

桂



《桂》Cercidiphyllum japonicum

カツラ科：カツラ属：カツラ／広葉樹
「温かくて素直な性格」のカツラは適度な堅さと強度を持ち、温かくぬくもりのある木として愛されています。また、ハート型の葉が特徴で、新緑や紅葉の時にはとても鮮やかです。当院は、この木を囲むように病棟が建っており、私達を温かく見守ってくれています。

通巻第62号 2024.3.1発行

編集：薫風会山田病院 広報委員会(桂担当)
〒188-0012 東京都西東京市南町3-4-10
TEL:042-461-0005 FAX:042-467-4658
ホームページ：<https://www.yamada-hosp.or.jp/>



ホームページはこちら
からもアクセスできます



目次

★グループホーム メトロノーム紹介

★口腔体操

★ことばさがしクイズ



薫風会山田病院の理念

医の倫理に基づき地域社会に良質な精神科医療を提供することにより、患者様はもとよりその御家族にとっても安心して治療を託すことのできる病院であること。

グループホーム・メトロノーム

メトロノーム(アパート・滞在型)は、令和4年4月に開所し、早くも2年が経とうとしています。グループホームは住宅街にあり静かな場所ですが、近くに小中学校もあり、時折、校内放送やにぎやかな子ども達の声も聞こえてきます。そんなグループホームを利用者様と職員でご紹介します♪

グループホームについてQ&A



Q GHでの生活ってどう？

- ・すごく快適です。しばらく物が無くなったので、落ち着きがでてきました。
- ・現在、体調を崩しがちで買い物にも行けないこともあり、世話人のみなさんに生活を送るうえでのアドバイスを頂いたり、買い出しの代行をお願いしたりなどお世話になりながら生活しています。
- ・快適。相談したいときも世話人さんがいてくれる。


Q 大変なことは？

- ・3食のごはんのメニューを考えること。
- ・特になし。


Q 楽しいこと・良かったことは？

- ・園芸店ののぞいてみること 
- ・自由になれた。入院生活が長かったの。
- ・クリスマスイベント 、避難訓練。


Q 健康のために工夫していることは？

- ・デイケアでラジオ体操をするようにしています。
- ・ストレッチ、ウォーキング 
- ・早食いしないようにしている。

Q ハマっていること

- ・友だちとランチ 

Q これから取り組みたいこと

- ・禁煙 
- ・ダイエット

令和5年度 事業報告

- 5月 防災訓練
- 11月 防災訓練・大掃除
- 12月 クリスマス会
- 1月 初詣(阿波洲神社)
- その他、お茶会



居室の写真

日当たりが良く、2階は天窗もあるため明るくて、陽の光が心地よいお部屋です😊



世話人よりひと言

お気軽にご見学ください♪

近くには向台公園、足を延ばすと小金井公園があり季節を感じられ、特に春の桜が楽しみです。世話人となって1年ですが、利用者の皆様に近隣の情報を教えていただいて、自分も楽しんでいます。

入居時は利用者さんも職員も不安が大きいのですが、生活していくうちに、皆さん健康への意識が高く、色々な事を試して健康マニアになっています♪情報交換したり、一緒に料理をする時間がとても楽しいです😊

～ことばさがしクイズ～ 全10こ

ルール

- ・言葉がたて・よこ・ななめに書かれています。丸をつけてみましょう！
- ・1つの文字重複して使われることもあります。

★ヒント★

- ① さく〇
- ② た〇ぽぽ
- ③ おはな〇
- ④ たけ〇こ
- ⑤ ふきの〇う
- ⑥ いち〇
- ⑦ ひ〇まつり
- ⑧ たう〇
- ⑨ なな〇〇がゆ
- ⑩ かぶ〇しょう

ば	ひ	ゆ	だ	あ	た	う	え
な	な	く	さ	が	ゆ	さ	い
ふ	ま	も	く	た	ん	ぽ	ぽ
き	つ	お	ら	ゆ	け	ひ	え
の	り	ぎ	は	の	ま	の	ぱ
と	ぬ	て	つ	な	け	あ	こ
う	い	ち	ご	ぜ	み	ん	り
ぽ	お	か	ふ	ん	し	よ	う

シャキア 訓練法

1分保持したら、1分休憩を3セット



・平らな床に仰向けで寝ます。



・肩を床につけたまま、頭だけを持ち上げて保持します。

リハビリ科

今すぐ出来る
喉トレ



あなた、4せていませんか？

喉の老化は40代から...
何もしないでほってとくと

『誤嚥性肺炎』 予備群に!!

僕の肺どう？



手遅れや。

喉トレーニング始めましょ。

こんなとき、1人で悩まずご相談ください

福祉サービスの情報がほしい...

相談支援センター・えぼっく

042-452-0075

(月～土 9:00～18:00 65歳未満で障害のある方)

休職中だけど、このまま復職するのは不安があるなあ...

訪問看護ステーション メロディー

042-451-0090

(月～金の平日と祝日9時～17時、
休みは土日と12/30～1/3)

田無メンタルクリニック リワークデイケア

042-497-4571

(月～金 9:00～17:00 * 祝祭日は除く)

家から出るのが怖いけど
誰かに相談はしたい...

最近物忘れが増えたわ...

出かけるところがほしい...

認知症疾患医療センター

042-461-0622

(月～金 9:00～17:00)

地域活動支援センター♪ハーモニー

042-452-2773

(月・火・木・金 10:00～19:30 水 12:00～18:00
土 10:00～18:00 * 18歳以上で精神に障害のある方)

山田病院 医療連携・相談室

042-461-0005

外来診察案内

曜日	月	火	水	木	金	土
午前	伊藤(新)	山田(雄)	伊藤(新)	後藤	小宮	後藤
	河野	藤井	長谷川	山田(雄)	穠山	山田(幸)
	伊藤(暢)	中島(翔)	宮野	穠山	伊藤(暢)	森
	治部		永井		上村	小澤
午後	後藤	河野	有馬	森	有馬	竹中
	竹中		長谷川	桑原		桑原
			竹中			

2024.1月現在

患者権利章典

- 誰でも、どのような病気にかかった場合でも良質な医療を公平に受ける権利があります。
- 一人の人間として、その人格、価値観などを尊重され、医療提供者との相互の協力関係のもとで医療を受ける権利があります。
- 病気、検査、治療、見通しなどについて、理解しやすい言葉や方法で、納得できるまで十分な説明と情報を受ける権利があります。
- 自分の診療情報を求める権利があります。
- 治療の過程で得られた個人情報の秘密が守られ、病院内での私的な生活を可能な限り他人にさらされず、乱されない権利があります。
- 良質な医療を実現させるためには、医師をはじめとする医療提供者に対し、患者様自身の健康に関する情報をできるだけ正確に提供する責務があります。
- 納得できる医療を受けるために、医療に関する説明を受けても、よく理解できなかったことについて、十分理解できるまで質問する責務があります。
- すべての患者様が適切な医療を受けられるようにするため、患者様には、他の患者様の治療や病院職員による医療提供に支障を与えないよう配慮する責務があります。

薫風会山田病院

編集後記

今回の冬は暖冬といわれていますが、寒い日もまだまだ続きますので
皆さん体調を崩さないように気をつけて過ごしましょう！ ぐっちー

編集委員

●あん ●ちい
●ぐっちー●すず