

INFORMATION お知らせ

秦和会 からののお知らせ

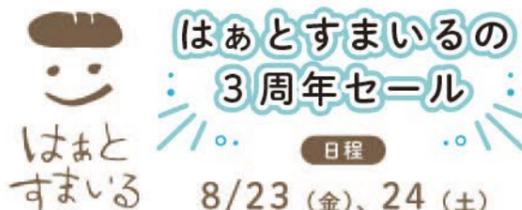
ご存じですか 自立支援医療制度

長期にわたることの多い精神疾患の治療において患者様が安心して治療に専念できるよう、経済的負担を軽くするための制度です。通院治療で行われる医療（通院での診察や処方、デイケア、訪問看護など）に適用されます。

医療費の自己負担額は原則1割負担に軽減され、世帯の所得状況や症状によってはさらに低くなる場合があります（1ヶ月あたりの上限額が設定されます）。

お住まいの各市町村担当窓口（主に障害福祉課）に申請し「自立支援医療受給者証」を取得することにより制度の利用ができます。申請手続きの方法や必要書類等については秦野病院医療相談室又はお住まいの各市町村担当窓口へお問い合わせください。

成和会 からののお知らせ



はあとすまいる
はあとすまいるの3周年セール
日程 8/23（金）、24（土）

【内容】

- ・店内全品 30%OFF
- ・ドリンク、もしくはかき氷の無料提供
- ・ラスクのサンプルを無料提供
- ・店頭にて、お子様向けヨーヨー釣り（無料。天候により中止の場合あり）

社会福祉法人 成和会 「はあとすまいる」

所在地：〒243-0423 神奈川県海老名市今里2-16-1 エスポワール1F
TEL：046-232-8810 / FAX：046-232-2288

職員旅行に行ってきました！

はたのグループでは職員間のコミュニケーション活性化、チームワーク向上を目的として、毎年、職員旅行を実施しています。旅行等の様々な職員間イベントを通して、仕事だけのコミュニケーションしかとらない組織ではなく、職員一人一人がお互いの存在を認め、互いに理解し合える組織づくりに努めています。そうすることで、より効果的に多くの職種が連携し、患者様・利用者様の想いに応えられるのではと私たちは考えています。

【参加した職員の声】

韓国：梅雨のこの時期でしたが、韓国の素晴らしい晴天の中、世界遺産など観光を満喫し、暇さえあれば、明洞に繰り出し、買い物に動き、たくさん食べて、楽しく過ごしてまいりました。他職種の方々と親交を深めることができる職員旅行には今後も出席させていただきたいと思えます。（看護部：Yさん）

山口：山口では名物料理などをたくさんいただきました。食べすぎで、胃がもたれそうでしたが、皆で最初から最後まで、楽しむことができました。普段接することの少ない他部署の人とも交流する良い機会となりました。（地域サービス部：Kさん）

勤務を調整しながら、全5コースに分かれて多くの職員が参加しました。



発行者

はたのグループ 広報チーム
0463-75-0032
所在地：秦野市三屋131番地

編集後記

表紙写真にご協力いただいた
職員の皆さま

秦野病院 5 病棟

主任 石山真由美
看護師 堀部修平
看護師 福山玲香

私たちは地域と共に歩む病院として、毎年、納涼祭を実施しております。昨年はあいにくの雨模様でしたが、約600名の方にお越しいただきました。今年も多くの皆様に喜んでいただけるよう、職員一丸となって準備を進めておりますので、ぜひ、はたのグループ納涼祭に足をお運びください。

記 広報企画担当：渡辺

はたのグループ広報誌 心の笑顔

vol. 4

2019年8月

はたのグループの、今とこれからをお届けする広報誌

はたのグループ
医療法人社団 秦和会・社会福祉法人 成和会

INDEX

特集	「こころの教室レポート」・・・P1	・1分でわかる！職員たちのQ&Aコーナー・・・P4
	「はたのグループ納涼祭」・・・P2	「2020年東京オリンピックで、楽しみにしている競技・種目は？」 SPOTLIGHT職員紹介「安井 栄子・綾子」と「大石 恵嗣」・・・P4
・シリーズ	はたのグループのリーダー達 vol.4「はたの渋谷クリニック 八木 敬子 院長」・・・P3	・はたのグループの事業所・・・P5 「秦野病院2病棟」と「ジョブライフはたの」と「就労移行支援事業所りんく」 ・はたのグループのサービス 安心のサポート体制・・・P6 ・INFORMATION・・・BACK PAGE 「秦和会からののお知らせ」と「成和会からののお知らせ」と「職員旅行に行ってきました！」



特集

はたのグループ 2019年度

こころの教室レポート

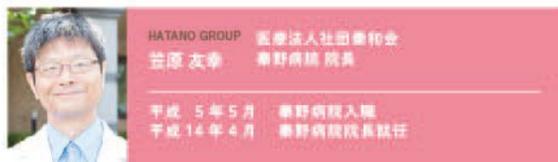
平成8年にスタートした「はたのグループ家族教室」をこのたび「こころの教室」としてリニューアルいたしました。患者様やそのご家族様のみならず、広く地域一般の方にも役立てていただけるよう、心の健康づくりについて知っていただく内容といたしました。6月29日(土)に開催したところ、多くの方々にご参加いただきました。第43回「こころの教室」の様子を少しご紹介させていただきます。

TIME SCHEDULE

第1部 オープニングトーク 「こころの健康」
笠原 友幸 (医療法人社団秦和会 秦野病院 院長)

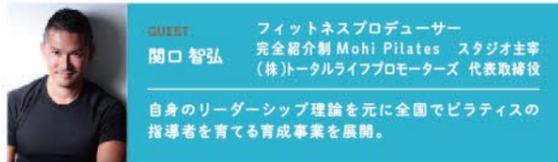
第2部 ゲスト講演 「誰でも出来るココロが軽くなるカラダの伸ばし方」
関口智弘 (フィットネスプロデューサー)

第3部 クロスセッション 「すこやかなココロづくり」
—医療とエクササイズを活用—



HATAHO GROUP 医療法人社団秦和会
秦野病院 院長
笠原 友幸

平成 5年5月 秦野病院入職
平成 14年4月 秦野病院院長就任



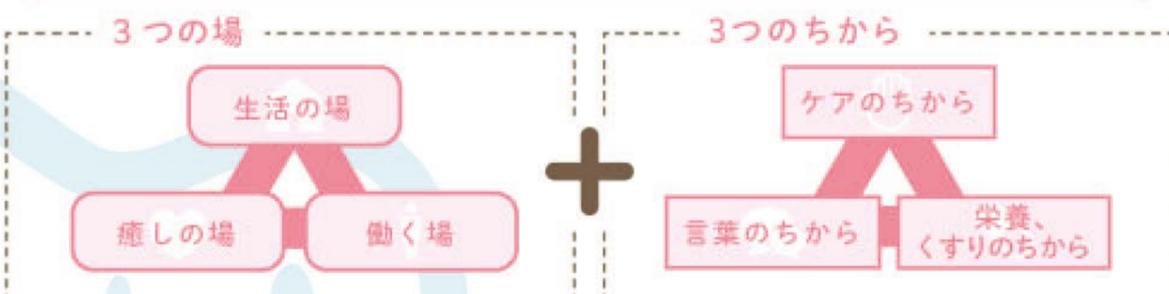
フィットネスプロデューサー
完全紹介制 Mohi Pilates スタジオ主宰
(株)トータルライフプロモーターズ 代表取締役
関口 智弘

自身のリーダーシップ理論を元に全国でピラティスの指導者を育てる育成事業を展開。

第1部 オープニングトーク
「こころの健康」
笠原 友幸 (医療法人社団秦和会 秦野病院 院長)

「こころの健康」が話題になり始めたのは、平成12年頃でした。当時は不況で自殺者が年間3万人を超えました。ストレスをもたらす要因としては、急速な都市化や技術革新、核家族化などが挙げられます。「こころの健康」を取り戻すには、あれもこれも欲しいといった自分自身の欲求や、周囲からの期待に応えたいという水準を少し下げたこと、職場や家庭の人間関係をスムーズにしていくこと、また、自分の人生に意義を見出すことも「こころの健康」保つ上で不可欠です。当院には「何のために生きているのかわからない」と自暴自棄になって受診される方も多くいらっしゃいますが、そのような方をどのようにサポートしていくか、人生の意義を見出すお手伝いができるかが私達の役割と考えています。こころの悩みをお持ちの方に対するはたのグループができる方法は、「3つの場の提供」と「3つのちからの実践」だと考えております。私達はそれらを「心の応援団」と呼び、日々実践しております。

3つの「場」と3つの「ちから」で支える心の応援団



ご参加いただいた皆様の声

既存の患者様やご家族様だけでなく、広く地域の方々にも参加していただけるように、今回は、秦野駅前の「グランドホテル神奈中秦野」で開催いたしました。当日は雨模様のお天気の中、約80名の皆様にご参加いただき、大好評のうちに終了いたしました。ご参加いただきました皆様の声を一部ご紹介させていただきます。

地域にこのような病院があることを知り、心強く温かい気持ちになりました。

病院の患者やその家族だけでなく、地域社会にも有益な情報を定期的に提供していただきたいです。

心とカラダをリラックスさせるような実践方法を教えて下さり感謝です。上を向いて「あー」と伸びをしたいと思います!

また、今後、取り上げてほしいテーマとしては、このようなものが挙げられました! (*アンケートより抜粋)

- ・薬の使い方や効果
- ・コミュニケーションについて
- ・家族のこころをフォローするような内容
- ・うつ病関連
- ・お金とこころの関係

次回は11月に開催予定ですので、皆様ぜひご参加ください!

第2部 ゲスト講演
「誰でも出来るココロが軽くなるカラダの伸ばし方」
関口智弘 (フィットネスプロデューサー)

本日の目指すゴールを、今よりもちょっとココロが良くなる状態としてみましょう。まずは、カラダ(筋肉)と気分の関係について考えてみましょう。

●姿勢を良くする=気分が良くなる
姿勢がちょっと良くなるだけで、気分がちょっと良くなります。グーンと腕、脚、背を伸ばしたり上を向いたりしてみましょう。「伸ばす(伸展)」=「気分がよい」ということが人の脳には記憶されているのです。

例えば、母親が子供を招き寄せるときに「おいで」といって笑顔で手を伸ばす情景は、幼い頃から刷り込まれています。しかも顔の人でも、トランポリンなどで、体を伸ばすと自然と笑顔になるそうです。人は、上を向いて悩むことはできません。悩むときは大体うつむく状態になっていますよね。

●言葉の「さしすせそ」
人からは音(振動)でできています。世間では「あの人が気が合う」「いや、気が合わない」といいますが、それは「気」

すなわち「言葉」が発せられていることが前提となっている証拠です。

心地よい響きを与える言葉の「さ・し・す・せ・そ」は「さすがですね」「しらなかつたです」「すごいですね」「センスがいいですね」「そうなんですか」となります。これらの言葉を意識して使うと相手との関係は自然と良好になるものです。

●筋肉・言葉・人間関係
人のココロは「伸展する筋肉」、「聞いて刷り込まれた言葉」、「安心できる人との人間関係」という3つの要素で成り立っています。他人の悪口をいう人は、発したその言葉に自分が巻き込まれていきます。一方で笑顔は感染するので、笑顔の人が身近にいれば、その人に近づいていくと良いですよ。

●柔軟な対応力
また、これからの社会に必要なスキルは、柔軟な対応力です。興味のあることへの誘いには躊躇せずに思い切って飛び込んでみましょう。新しい体験は、あなたにワクワク感や新しい仲間をもたらしてくれるでしょう。「こうじゃないとだめだ」という考え方だと心が折れてしまいます。「これがだめならあれにしよう」くらいがちょうどよいんですよ。

はたのグループ 2019年度

はたのグループ納涼祭 ~「心の笑顔」を皆様にお届けします!~

2019.9.1(土) 11:30~15:30
開催場所: 秦野病院グラウンド(雨天決行)

焼きそば + お茶 無料配布 先着600名様!(大人の方限定)
お子様には、お菓子をご用意しております。

スペシャルゲスト
特設ステージにて
安田大サーカスさん

タイムスケジュール

- 11:30 納涼祭開始
秦野病院デイケア ひよこバンド 他
たくさんの催し物をご用意しています!
- 14:00 スペシャルゲストライブ
「安田大サーカス」さん
- 14:30 抽選会
- 15:30 閉会

秦野病院デイケアひよこバンドとは?

ひよこバンドは秦野病院デイケアのメンバーで結成されたロックバンドです。ギター、ベース、ドラムを軸としたバンドサウンドのROCK、POPSのカバーやメンバーのオリジナル曲を演奏しています。ひよこバンドの「ひよこ」は初心者という意味合いですが、最近では実力も上がってきているので、カッコいいひよこ達の音楽、是非ともお聴き下さい。



<シリーズ>

はたのグループのリーダー達 vol.4

はたの渋谷クリニック

八木 敬子 院長

TOP INTERVIEW



渋谷駅前の「はたの渋谷クリニック」で、心の病を抱える患者様に親身に寄り添いながら診察に取り組む八木敬子院長。

長年小児科医として活躍されてきたため、その優しい笑顔とお人柄に癒される患者様も多いですが、オフには旅行やスポーツを積極的に楽しむなどアクティブな面をお持ちです。そんな八木先生から一言いただきました。

小児科医として

大学を卒業して、初めに人局したのは小児科でした。なぜ、小児科の道を選んだのかというと、ただ子どもといるのが好きだったことと、実習で回った小児科の外来や病棟が他の科と比べて明るく、笑顔が多かったからという単純な理由です。実際、赤ちゃんや小さな子どもというのは、私たち大人がつい笑顔になったり、優しい言葉をかけてしまう不思議な力を持っています。

当時の小児科は急性疾患が多く、勝負が早い、というのも自分の性格に合っているように思いました。とにかく1日中バタバタと動き回っているという仕事はとてもやり甲斐もあって、楽しかったです。ところが、次第に子どもの心身症や不登校が小児科で問題となってきました。

精神科医への道のり

大学の教養部時代、心理学はサボってばかりだったので、不登校の子が来ると逃げ腰になってしまうという不甲斐ない小児科医でした。不登校の見方とか子供の心身症についての How to 本を見ても、どうもピンとこないで、大学の通信教育部の文学部に入学して心理学を学ぶことにしました。ところが、心理学より哲学、社会学に興味がいってしまって、卒業論文は「児童虐待問題の社会的考察」となりました。虐待をしてしまう親の心理的側面だけでなく、社会的、経済的側面など調べていくと、子どもを守るためにはまず親が守られていることが必要でした。自分自身の小児科の外来にも子どもの事で悩んでいる親が大勢いたので、親グループを作って、お互いを支え合い、成長していけるような心理教育的なサポートをしたいと考えました。

そのために、もっと専門的な知識が必要と思い、アメリカの臨床心理大学院の日本校に入学しました。そこで、様々な精神

疾患や心理療法など学ぶうちに、大人の精神をきちんと診られるようになりたいと考え、精神科に転科することにしました。

ご縁があって泰野病院にお世話になり、現在ははたの渋谷クリニックで大人の方を、他に中央林間子どもメンタルクリニックの佐藤喜一郎先生の元で子どもを診させてもらっています。

はたの渋谷クリニックの特色

はたの渋谷クリニックでは、臨床心理士とともにカウンセリングや心理検査だけでなく、4~6人のグループでの認知行動療法を取り入れたプログラムを行なっております。

認知行動療法とは、自分自身の感情や思考に気づき、自分の考え方の癖を知り、もっと自分を認め、楽になるような考えのあり方を探っていくもので、うつや、不安障害、不眠症だけでなく、最近では統合失調症やパーソナリティ障害の人たちにも応用されています。

はたの渋谷クリニックでも、もう100人のくらいの方がこのプログラムを受けられて、好評をいただいています。

医療者として

私自身が診察時に心がけていることは、「レジリエンス」と「強みに目を向ける」です。レジリエンスとは復元力のことで、人は元に戻ろうとする、良くなる方向に行こうとする力を持っているというものです。

また、医療者はその人の弱い部分に目を向けがちですが、それを補う強さをどこかに持っていると思うし、弱さ自体が、違う方向から見ると強みであることもあります。「人は死ぬまで成長する」ということを信じて仕事に向き合いたいと思います。

1分でわかる! みんなのあれこれ、質問してみました。

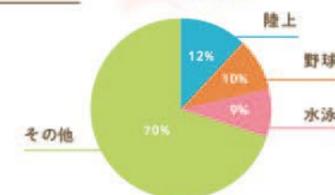
職員たちの Q&A コーナー

QUESTION & ANSWER

Q. 2020年東京オリンピックで、楽しみにしている競技・種目は?

回答比率図

陸上・野球・水泳に期待が集まる!



A.

1位

陸上 18人

- ・数秒のドラマを目の前で見てみたいです。
- ・マラソンは人生と同じように思うから。(苦しい坂も乗り越えれば楽になる)
- ・単純に1番速い人が勝つ。シンプルでワクワクする。



2位

野球 14人

- ・自分がやっていた。好きだから。
- ・息子がやっているのと一緒に観戦したい。
- ・WBCの件で注目!



3位

水泳 13人

- ・メダルラッシュに期待!
- ・夏のオリンピックなので夏らしいものが観たい。
- ・水泳は細かいルールがわかりやすい。



その他、こんな種目にも注目!

新種目	コメント
スケートボード	スピード感が好きです。
サーフィン	カッコいい!
ボルダリング	見ていてびっくりする。
バドミントン	日本選手が活躍しているので親近感がわく。
開会式	日本開催の雰囲気味わえる。

こんな意見も...!

オリンピックはどの種目も感動的で全て観たいが、起きている時間に放映されている種目を見ることになるだろう。



職員紹介 STAFF INTRODUCTION

はたのグループではたらくスタッフについてご紹介!



泰野会所属
泰野病院 5 病棟 准看護師 勤続40 数年
安井 栄子 YASUI EIKO
泰野病院 3 病棟 看護師 勤続 2 年
安井 綾子 YASUI AYAKO

仕事の楽しさは何ですか?
患者様の笑顔が見られた時が一番楽しいです。

はたのグループの良さは?
スタッフ同士が仲良く働きやすいところです。

最後に皆様に一言どうぞ
これからも嫁と姑、親子で頑張っていきますので、よろしくお願ひします。コストコのトイレペーパーはオススメです。ぜひ、皆さんもお試しく下さい。



成和会所属
就労継続支援B型事業所 はあとすまいる 精神保健福祉士 勤続 2 年
大石 恵嗣 OISHI KEIJI

仕事の楽しさは何ですか?
明るい雰囲気の中で、就労を目指す方・日常活動の場として活用する方にお仕事を教えて、利用者様の成長を感じられるところです。

はたのグループの良さは?
医療法人と社会福祉法人がすぐに連携を取り合い、支援を行う事が出来ることだと思います。

最後に皆様に一言どうぞ
皆さんも体を動かしてリフレッシュしましょう!

