

# 三愛 view

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



## 「院長就任挨拶」

院長 三船 義博

この度、令和3年5月21日に前院長三船和史の後任として、三船病院の院長に就任いたしました。

まず自己紹介をさせていただきます。趣味は釣りと家庭菜園と料理です。魚を釣って、野菜を収穫し、それらを自分で料理して食べるのが至福の時間となります。今年はスイカやメロン等も収穫することができ、私の子ども達にも好評でした。コロナ禍で当たり前だった日常が失われ、自粛生活が続く中、これらの趣味は私にとって大切な息抜きとなっています。私は岡山大学精神科神経科に入局後、公益財団法人慈圭会慈圭病院、広島市立広島市民病院を経て、平成25年4月三船病院に戻ってまいりました。「戻る」と表現したのは三船病院が自分の育った環境でもあるからです。幼い頃、院内の喫茶アゴラでクリームソーダを飲むのが楽しみで、当時の病院職員からよく遊んでもらうなど、たくさんの方々にお世話になった記憶があります。当時の私を知っているご高齢の患者さんからは、いまだに「よしひろちゃん」と呼ばれたり、子ども時代の悪戯を指摘されることがあり、恥ずかしくなる一方で懐かしさも蘇ってきます。このように思い出深い場所で働くことは、私にとって大きなモチベーションとなっています。三船病院に戻って、今年で9年目になりますが、その間当院の精神科医療だけではなく、丸亀市の認知症サポート医や、こころの健康サポート医として相談を受けたり、アウトリーチなどを通して幅広く活動してまいりました。

三船病院は昭和28年創立以来、半世紀以上にわたって地域の急性期医療からリハビリテーションまで精神科におけるあらゆるニーズに応えてきました。その間精神科医療は従来の入院を中心としたものから、早期の社会復帰と、その後の社会生活を支えていくものへと変化しています。当院は早期から退院促進、地域

移行を重視した活動を行ってまいりましたが、平成18年から平成26年にかけては大規模なダウンサイジングを促進し、病床を567床から328床にまで縮小しました。近年では、平成24年に精神科急性期治療病棟をスタートさせ、急性期医療の質の向上を図ってまいりましたが、平成30年1月にはさらに県下初の精神科救急病棟へと移行させ、365日24時間外来患者および入院患者を受け入れ、早期の社会復帰を支援しています。また平成25年には「治療抵抗性統合失調症」の治療薬であるクロザピン、平成26年には修正型電気けいれん療法(m-ECT)を導入するなど先進の精神科医療を提供する体制も整えてまいりました。そのような積極的な医療を行うことで、精神症状が大きく改善し、長期入院から退院に至った患者さんも何人もいらっしゃいました。

また当院では医療の質の向上と共に、療養環境の改善にも力を入れており、平成15年には近代的精神科病棟「南館」を新築し、あらゆる精神科入院治療に対応できるようにしました。さらに平成25年より大規模建て替え工事に着手し、平成29年には3階建ての「中央館A」、平成31年には2階建ての「新北館」が完成しました。それにより認知症治療病棟と身体合併症治療病棟を新しく作り替えるとともに、従来の外来イメージを変えるような先進的な新外来棟をつくることで、より機能を充実させました。

今後私が重視するのは病院の医療の「質」をさらに高めていくことです。「だれもが病気になったときに自信を持って勧められる病院」でなくてはならないと考えています。現状ではなお改善の余地があると思えます。患者さんに満足していただける医療を提供できるように職員一同努力してまいりますので、よろしく願いいたします。

### 【三船病院の理念】

病院の愛、家族の愛、社会の愛（三愛）に包まれた患者様の医療を目指します。

### 【病院の基本方針】

1. 急性期精神医療から精神科リハビリテーションまで多様なニーズにお応えします。
2. 患者様とご家族に信頼される病院作りをします。
3. 患者様の権利と尊厳を尊重し、療養生活の質の向上に努めます。
4. ご家族と一緒に患者様の退院促進と地域生活支援を積極的に取り組みます。
5. 地域における社会資源を活用・開拓します。



## 「職員のストレス管理」

看護副部長 三浦 幸子

2020年頃より新型コロナウイルス感染症が流行しており、今は旅行・友人との会食・県外の人と会う・人との交流の場に参加することなど「不要不急」の外出を控えている状況です。このような環境の変化や仕事、家庭、人間関係などでストレスを感じる人は多くいると思います。

ストレスによりイライラしたり、緊張したり、常に不安で自信がなくなったり、すぐに悲しくなったり、他人との会話で衝突し人間関係に支障が起こる場合もあります。また、自分自身ストレスと感じていない状態でも体に不調を感じ、睡眠の異常、胃痛、食欲低下や過食、下痢や便秘、頭痛、腰痛、血圧の上昇など症状が現れる場合もあります。

人それぞれ何がストレスになるか、要因や受け止め方は異なりますが無意識のうちに蓄積されていくこともあり、ストレス軽減に向けてウォーキング、ストレッチ、読書、料理など好きで楽しいことを実践していくことは必要です。

働く人の心の健康は、仕事の効率やサービスの低下を招くばかりでなく、産業事故の一因にもなり職場の人間関係にも影響を及ぼすと言われています。これは個人だけでなく組織としても取り組んでいかなければなら

ない課題です。2014年「労働安全衛生法」の改訂で、従業員数50人以上の企業を対象として、医師や産業看護師などが定期的に労働者のストレス状況について検査(ストレスチェック)を行うことが義務づけられています。

当院も衛生委員会より、休職中を除いた全職員に対して毎年ストレスチェックを行っています。これはチェックシートへの質問に答えることで、自らのストレス状況に気づき、職員自身が心理的な負担の程度を把握して、メンタルヘルス不調を未然に防ぐための1次予防として勧めています。

各職員のストレスチェックの結果については、本人だけに開示しています。高ストレス評価となった職員に対しては産業医との面接を勧め、面接希望者には自らもストレスとどう向き合うのかなどアドバイスし、職場環境の改善が必要と判断したときには本人の許可を得て上司に伝えるようにしています。また個人が特定されないように10名以上配置されている部署のみ、部署別に統計分析を行っています。その結果ストレスが高い部署には職場環境の改善を促しています。このように少しでも職員のストレスが軽減し、三船病院としても質の良い医療サービスを提供できるように努めたいと思います。



## 「ストレスとストレス反応～おおきなスライムの中から～」

心理室 臨床心理士・公認心理師 勝浦 達

まだまだ暑い日が続いておりますが皆さんいかがお過ごしでしょうか。私は三船病院で臨床心理士・公認心理師をしている勝浦達と申します。今回お話をさせていただくのは「ストレス」についてです。

「ストレス」という言葉はあまりに有名で、現代社会において「ストレス」は生活と切っても切り離せないものであると言えます。一時的になくせてもまた新しいストレスが生まれます。そのため、ストレスを軽減、解消する方法を探すとともに上手な付き合い方を考える必要があります。心理士はストレスを「ストレッサー」と「ストレス反応」という二つに分けて考えることがあります。ストレッサーとは、ストレスがかかる要因となるもので「喧嘩した」「嫌なことを言われた」などが挙げられます。ストレス反応とは、ストレスによって引き起こされること全てです。腹痛や頭痛など“身体”に、「自分はだめだ」のような“考え”に、「イライラ」「怒り」等“感情”に、「暴飲暴食」「物を壊す」のように“行動”に表れるもの4つに分類できると言われています。ストレスを「得体の知れない怖いもの」として扱うのではなく、ストレッサーとストレス反応に分けてつながりを理解し、「わかるもの」にすることで上手に付き合うための足がかりとすることができま

す。私はストレスと付き合いにあたり頭の中にイメージを膨らませてみる場合があります。私はぷるぷる、ひんやりした大きなスライムの中にいて外を見えています。ストレスであるトゲトゲしたかたまりが飛んできてもぷよんと跳ね返したり、ぼちゃんとスライムの中に入ってきてもゆっくり溶けて、私のもとに着く頃には小さくなっていたりするイメージを持っています。イメージを膨らませることはストレスの解消には繋がらないかもしれませんが、しかし、自分の好きな形に変えるだけで安心することもあると思います。機会があれば一緒に考えさせてもらえればと思います。最後まで読んでいただきありがとうございます。心理士の勝浦が大きなスライムの中からお届けしました。

## 皆さまへのお知らせ

### インフルエンザの予防接種について

インフルエンザの流行する時期が近づいてきました。毎年当院でも入院患者様や外来患者様でご希望のあった方に予防接種を行ってきましたが、今年はコロナウイルスワクチンの関係でインフルエンザワクチンの数自体が少なくなっています。そのため現在、外来患者様のワクチンは確保できず、入院患者様への接種も難しい状況です。

ワクチンの数自体が少ないため、かかりつけ医などで接種を希望しても難しい場合も出てくることと予測されます。今以上に手洗いやうがい、換気などしっかり感染対策を行い、流行を防ぐことができるようにしていきましょう。



# 三船病院 委員会活動紹介



## 「業務改善委員会」

委員長 事務長 北村 直幹

三船病院「業務改善委員会」では、入院や通院される患者様に質の高い医療サービスを提供するため、日常の業務内容を評価・改善し、業務に専念できる環境作りに取り組むと共に現場において資源が有効に活用されるよう組織的な教育活動にも取り組んでいます。

私たち職員は患者様の病気の治療や療養生活のサポートをすることが業務の中心ですが、その取り組み方は時代の変化や制度改革、建物構造や人員配置の変化等状況に応じ変更することが求められます。日常が変わることには少なからずとまどうこともあります

が、変更することにより私たち職員は業務を効率的に進められ、患者様に係れる時間をより多く確保できることに繋がります。また、業務改善による効率化は、職務の負担軽減や就業時間内での業務完結にも影響を及ぼします。負担軽減により健康的に働くことで質の高いサービスを提供できますし、残業をしないことは家族との時間を確保すると共に経費節減にもなります。「業務改善委員会」では今後も様々な視点で業務改善を行い、患者様や職員、病院運営に貢献できる活動を続けていきたいと思っております。

### 《委員会》

- ・教育委員会(第1水曜日)
- ・個人情報保護委員会(第1水曜日)
- ・情報システム委員会(第1水曜日)
- ・クリニカルパス委員会(第1水曜日)
- ・地域生活支援委員会(第1水曜日)
- ・行動制限最小化委員会(第1金曜日)
- ・人権委員会(第1金曜日)
- ・医療安全管理委員会(第2水曜日)
- ・衛生委員会(第2水曜日)
- ・業務改善委員会(第2水曜日)
- ・診療録管理委員会(第2金曜日)
- ・薬事審議委員会(第2金曜日)
- ・院内感染対策委員会(第3金曜日)
- ・栄養管理委員会(第2水曜日)
- ・褥瘡予防対策委員会(第2水曜日)
- ・患者サービス向上委員会(第2水曜日)
- ・病院機能評価委員会(水曜日)
- ・倫理委員会(年1回)
- ・医療ガス安全管理委員会(年1回)
- ・予算管理委員会(年1回)
- ・接遇管理委員会(年2回)
- ・診療情報提供委員会(随時)



## 【介護老人保健施設 福寿荘】



### 「夏祭りの行事」

介護福祉士 大久保 智之

介護老人保健施設福寿荘では、新型コロナウイルス感染症の影響で2年程思うような行事を行うことができていませんでした。以前は、買い物に行ったり、ご飯を食べに行ったり、地域の方に演奏や踊りを披露してもらったりと様々なことをしていましたが、コロナ禍では今までのようにできなくても仕方がない、と思う気持ちが主にありました。

しかし、そのような気持ちでは駄目だ！このコロナ禍でいろいろ制約される中でもできて、利用者の方・職員ともに楽しく、笑顔になれることはないか、と考えたのが今回の夏祭りでした。この行事で大事にしたことが3つあります。

1つ目が、「外の空気を感じてもらう」ということでした。夏祭り会場は1階の食堂を使用し、掃き出し窓を開け、外の空気が入るようにし、また、外に出て過ごせる場所を設けました。2つ目は、「屋台を楽しんでもらう」ということです。今回、たこ焼き、かき氷、チョコバナナ、くじ引きを用意し、たこ焼きとかき氷はできたてを用意し、くじ引きはハズレなしで皆さんに景品をお渡しできるようにしました。3つ目は「職員も楽しんでもらう」ということです。職員が楽しまないと、楽しい場は提供できないと思い、職員にも屋台を利用者の方と同じように味わってもらいました。

試行錯誤しながら開催した夏祭りですが、大成功だったように思います。外でかき氷を食べながら話している顔、くじ引きで一喜一憂している顔、たこ焼きを食べながら職員と話をしている顔、どの顔もすごく良い笑顔でした。「こんな笑顔は久しぶりだな。夏祭りをやって本当に良かった。」と思いました。

このコロナ禍でなかなか行事もできない状態ですが、「できない」ではなく、できることを少しでも探し、考え、楽しい場を作っていきたいと思います。



## 【三愛会コミュニティセンター】

### 「地域活動支援センターはなぞのの現在と今後について」

精神保健福祉士 船井 未央

地域活動支援センターはなぞのは、地域で生活されている障害を持たれている方を対象に、活動の場やいこいの場の提供、生活の中で困っていることの相談の場の提供などを行っています。

また、支援センター内だけの活動だけでなく2017年10月よりはなぞのの独自で“在宅生活訪問活動”を開始しました。この活動は、日常生活の自立に向けた支援の実施を目的とし、対象者をはなぞのの登録者であり、相談支援事業所、もしくは地域活動支援センターはなぞのが作成する支援計画書に支援内容が明記されている方としています。現在、3～5名の方に在宅訪問を提供し生活技術に関する相談や練習、外出時の同行支援、家屋修繕など既存のサービス(例えばヘルパー支援)では対応できない方の対応、又はサービスに繋がるまでの間の側面的サポートを行っています。個別に関わり支援することでメンバーさんの生活の安定や不安の解消ができ、自宅での生活が継続することができています。

現在はなぞのの登録者数は116名ですが、日中の来所者数は残念ながら減少しています。今後の取り組みとして、相談支援と連携しながら地域活動支援センターならではの柔軟な個別対応を行うこと、メンバーのみなさんがやってみたいことや取り入れたいと思う活動を、感染対策に注意しながら実施していきたいと思っています。

### 《編集後記》

ひと雨ごとに秋も深まってまいりましたが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。

当院では医療の質を高め、これまで以上に地域のみなさまから求められる病院となれるよう職員一同努力してまいりますので、よろしく願いいたします。

(三船病院相談室PSW)