



発行日 平成29年1月15日
田村病院ニュース 第120号
発行責任者 木下定子
編集責任者 浦田雅弘

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願い致します。

今年の三が日は穏やかな冬晴れに恵まれ、初詣など外出もしやすかったのではないのでしょうか？和歌山の各神社でも今年は初詣客の出足が早く、参拝者も多かったようです。

さて年明けから2週間がたち、おとそ気分も抜けすっかり日常生活に戻ったところと思います。さあ2017年のスタート、みんなで一緒に頑張りましょう。

負 荷



「負荷」これはエネルギーを消費する側のことで、電子回路に例えると電力を消費する回路です。これは何も電気や機器だけに使われる言葉ではなく私たち人にも使われ、例えば激しい運動などで「筋肉に負荷をかける」あるいは「精神的に負荷がかかった」などがあります。特に人との関わりの中で精神的にかかる負荷はとてもしんどく、へろへろになってしまう場合があります。今月はリハ部の小島部長より人との関わり方に触れたお話しです。

「年末の朝日新聞の“天声人語”書かれていたものを取り上げてみました。そこには人と関わるには力まずに“だましまし”でいいから関係が続けていく方がいいのでは？ということでした。これは夫婦、男女だけではなく職場や患者さんとの関わりにも言えることではないでしょうか？そう、続けていくことが大切なんですね。」といった内容のお話しでした。

「この車古いけど、だましまし乗っているんです」といったように“だましまし”には、「様子を見ながら」とか「その場を何とか取り繕いながら」といった意味があります。相手が車や機械だとそんなに気を使わなくてもいいですが、人となると話は別でしらずに一生懸命になってしまっている場合もあります。

この“だましまし”は言い換えると「自分が無理をしないように」「自分の調子を見ながら」といったように置き換えれば少しはわかりやすいかなと思います。人との関わりにはあまり無理をせず、自分にあまり負荷がかからないように、自分ともうまく関わっていきましょう。



病院掲示板



国立感染症研究所の12月末の発表では、ノロウイルスの感染者が定点当たりの患者報告数で20人を超え、全国の21都府県で警報基準値を超えているそうで、10年ぶりの大流行になっています。ノロウイルスの感染の疑いがある場合や類似の症状がある場合には検査結果にかかわらず、感染予防に努めましょう。



またインフルエンザの感染もちろほら聞かれるようになってきました。必要時以外の人混みは避けるなど感染予防に努めましょう。

こちら地域連携室

新年明けましておめでとうございます。

本年もよろしくお願い致します。

突撃！！地域医療連携室！！



さて、新年第1発目は、DCさんを突撃取材しました！！

Q：デイケア（DC）の特色を教えてください。

A：「DCは、精神科リハビリテーションのひとつで、こころの病で通院している方々が、仲間やスタッフとともに、生活リズムを整えたり、グループ活動で人付き合いの練習をしたり、社会復帰を目指します。

また、日常生活の練習や楽しみをみつけることで、自立した生活を送れるようになります。」

Q：DCの自慢は??

A：「スタッフがプログラムを決めるのが多い中、当院のDCでは、メンバーが毎月のプログラムを立案しているところが自慢です。また、ミーティングのプログラムなど、皆で話し合っ、物事を決めて行く事を大事にしています。」

Q：DCを食べ物に例えると?

A：「ピビンバです。ご飯の上にほうれん草、卵、もやし、人参、ひき肉など、色々な具材があり、1つの器に入っていて、まぜると美味しい。それが、様々な個性のあるメンバーさんが、DCという器の中で、皆、それぞれの関係性があって、1つにまとまっている。良い効果を生んでいるのが、DCだと思います。」

DCは、利用者の方にとって、「様々な意味を持つ場」なんですね。

DCさんありがとうございました。



地域医療連室

＝編集復記＝

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしく申し上げます。

さて、私も患者さんやご家族の方、あるいは職員の方たちと多くの関わりをもって毎日を過ごしていますが、私の場合は“だましましではなく、“のたくりたい”でしのいでいるといった方が正解です。(ちなみに昨年のストレスチェックでは、ストレスは皆無でした。負荷はわかってないのでしょうかね…)

うらた