

医療法人盟侑会 広報誌

# 盟侑だより

Vol.12

平成28年1月

## Contents

- 小野澤淳院長 新年の挨拶
- 大塚宏施設長 就任の挨拶
- 盟侑会の笑顔
- 人生は芸術 アートライフふれ愛だより
- えにわ市民文化祭
- 栄養科コラム 盟侑フライパン
- 保育所さんぽ

## 行事暦

### 島松病院

- 1月 新年会
- 2月 節分会
- 3月 ひな祭り
- 4月 室内ゲーム大会
- 5月 お花見
- 6月 パークゴルフ大会

### アートライフ恵庭

- 1月 新年娯楽会
- 2月 節分
- 3月 寿司パーティー
- 4月 春のデザート祭り  
ふれあいショッピング
- 5月 アートライフ祭り
- 6月 グリーンコンサート



あけましておめでとうございます。

院長に就任して半年が過ぎます。あっという間でしたが、保健所、近隣の医療機関との連携を少しずつ強化し、地域医療に貢献できるように努力してきました。特に、認知症の方が多く受診されておりますが、当院では2名の医師が認知症サポート医を取得し、今まで以上に適切な医療を提供したいと思っております。そして、医師をはじめ、スタッフが協力しながら、患者様や御家族から信頼される病院となるように努力していきたいと思っております。まだまだ目標を達成したとはいえませんが、これからも日々前を向きながら精進していきたいと思っております。よろしく願い申し上げます。

医療法人盟侑会 島松病院 院長 小野澤 淳

## 02 大塚宏施設長 就任の挨拶

この度、介護老人保健施設アートライフ恵庭 施設長に就任した大塚宏と申します。生まれも育ちも埼玉で北海道に移り住み今年で22年になります。医局人事を通じて札幌を皮切りに函館、網走、中標津、富良野、旭川、芦別に観光がてら、まるで「フーテンの寅さん」のように道内各地を転々としてきました。残念ながら恋煩いはありませんでした(笑)。22年前に千歳から札幌に向かう列車の車窓から外を眺めながら「年を取ったらこの辺(恵庭)の療養型病院に勤めて余生を送ろう」と冗談にもふと頭に浮かんだことがありましたが、未だに実感が湧いておりません。初めての盟侑会との出会いは15年前に当直に訪れたことです。広大な敷地に明るい施設、そしてスタッフが熱心で患者の皆様が楽しそうに療養生活を送っていたのがとても印象的でした。夏には緑が眩しかった庭が冬になると一面銀世界に変わる様子は、恵庭の文字通りまさに「恵まれた庭」であり感銘いたしました。

当法人の島松病院では、平成27年7月に小野澤院長が就任いたしました。これまでは病院と施設がそれぞれ別々に機能しておりましたが、これを機に病院と施設との相互間の連携を密にして有機的に機能アップを図り、より優れた地域医療福祉サービスを提供できるように心掛けたいと思っております。何卒ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

医療法人盟侑会 介護老人保健施設アートライフ恵庭 施設長 大塚 宏

## 03 盟侑会の笑顔

今号から「盟侑会の笑顔」と題し、私たち盟侑会の職員が日頃関わりを持たせていただいている患者さん、利用者さんがたくさん持ち合わせていらっしゃる「魅力」をお伝えしていこうと思います。

様々な課題に取り組む一生懸命な姿、ふとした瞬間に見せてくれる癒しの表情、のんびり、ゆったりとした心構えなどなど、一口に魅力と言っても挙げ始めると切りがありませんが、患者さん、利用者さんの輝く一瞬を少しでもご紹介できるよう工夫していきたいと思えます。

第1回目は精神科デイ・ケアに通所される皆さんの「作品」をご紹介します。

### 当事者川柳

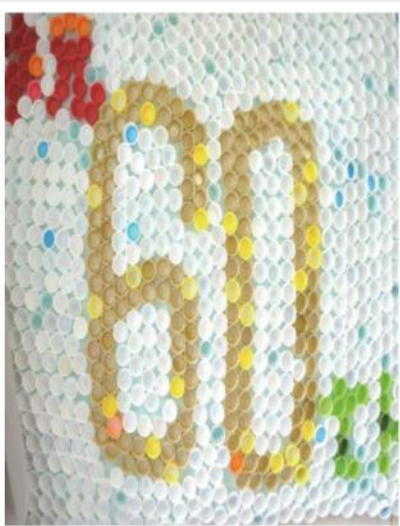
この利用者さんが精神科デイ・ケアを利用し始めて数年が経った頃、一緒に通う仲間たちや、職員、社会に向けて何か発信する方法は無いかと考えていました。ご自身が置かれている状況、将来の希望、社会に対する思いなど周りに伝えたいことがたくさんあったのです。考え過ぎて眠れなくなる日もありました。そんな時、デイ・ケア活動の中で他の利用者さんと探し当てたのが「川柳」という方法でした。今では創作した句が約2万句を数えるそうです。今回はその中から少しご紹介します。独特の風合いをお楽しみください。

#### 当事者川柳

- ・雪ふってつらい記憶を繰り返す
- ・五月病なるヒマなんか煮かったな
- ・精障者。パワリンピックになぜ出れぬ
- ・議員さんウチワとワイン持ってこい
- ・盤尻に義経伝説あるそうだ
- ・Tppホントのことはかくしてる
- ・原発の隣に住んで言ってくれ
- ・こんな僕になったのはなぜだ
- ・あんな事言わなくなったっていいのにさ

### ペットボトルのキャップで作ったポスター

このポスターはえにわ市民文化祭が平成27年で60回目を迎えたとのことで、「展示スペースでの記念に」と作った物です。この作品の制作者さんは通所開始当初、デイ・ケアで何をしても良いか解らず、どのような作業に対しても集中して取り組むことが難しいと感じていました。ご自身ではデイ・ケアに通う意味も見いだせずにいたそうです。そんな時、「夏祭りの準備」といった役割のある作業に関わり始めました。このポスターは役割のある作業の第3弾ですが、作業量の多さに苦戦しつつも、完成することで周りの人々に誉められ、自信を持てたとのことです。製作者さんと職員で行った「作品の振り返り」と共にをご紹介します。



#### 作品の振り返り

- 全部で約1000個のキャップを使いました。

#### 大変だったこと

- 1人で取り組んだので、作業量が多く、キャップを洗った後、両面テープを貼るのが大変でした。でも、またやりたいと思うし、大変さを乗り越えて良かったと、少しだけ思えます。

#### 良かったこと

- 1人で作業するのが得意だったので、集中できて楽しかったから良かったと思います。
- 出来上がった作品を見た母やいろいろな人に誉められました。うれしかったです。病気も克服できそうです。



## 全国介護老人保健施設大会 神奈川～in横浜～

平成27年9月2日(水)から9月4日(金)にかけて、第26回全国介護老人保健施設大会神奈川in横浜が開催されました。大会テーマは、「高齢者が輝く未来をお洒落に!スマートな連携!」でした。

今回もアートライフ恵庭から3名参加し(相談課1名、介護2名)、演題発表をしてきました。「今、どのように介護するかを考える。」～利用者の「できる活動」を支える～というテーマです。アートライフ恵庭で、平成27年3月に開催した勉強会の概要とこれからの課題を発表しました。演題発表当日は、トラブルなく無事に発表できました。

全国各地から集まった演題発表プログラムは、看護、介護、リハビリテーション等、数多くバラエティ豊かでした。私は、主に全般的なケア、施設ケアマネジメント、評価方法の演題を聞きました。私たちが演題を発表した、「利用者さんのできる活動に焦点を当てた取り組み」をしている施設が多い様に感じました。

介護老人保健施設アートライフ恵庭 介護福祉士 近藤泰樹



## 🎵 幼稚舎えるむ 発表会 🎵

平成27年12月5日(土)に恵庭市民会館で行われた発表会に2人の利用者さんと出席しました。

幼稚舎えるむは当施設でも慰問で「よさこい」を披露してくれています。元気な幼稚舎の子ども達の遊戯や劇を見てきました。笑いあり、涙ありの1時間でしたが、利用者さんからは「かわいいね」の連呼でした。次回も元気で参加したいと話し、帰設しました。



## ふれあいショッピング

これは記念すべき「ふれあいショッピング」第1回の写真です。アートライフ恵庭では、平成17年3月30日から今日まで年2回(春と秋)イトーヨーカドー恵庭店さんによる「ふれあいショッピング」が開催されています。

この「ふれあいショッピング」とは、イトーヨーカドーさんがアートライフ恵庭のハーモニーホールという大きなホールに、日用品や食料品、衣料品など、ありとあらゆる商品を持って来て市場のようにお店を開いてくれて、そこで買い物を通して利用者さんとその家族さん、お店の店員さんとかふれあいながらショッピングを楽しむという企画となっております。

事の発端は、それまで買い物ツアーということで、利用者さんと一緒にイトーヨーカドーさんに行っていたのですが、車イスごと車に乗ることのできる車両が立体駐車場に入れないことを相談したところ、「じゃあ、こちらから商品を持って行きましょうか?」とその時の担当者さんが言ってくれたことがきっかけでした。

第1回以降、平成27年の秋で22回を数えました。イトーヨーカドー恵庭店さんには本当に感謝!感謝!です。



## 『母と通う編み物ボランティア』



編み物ボランティアをする事になったのは、義母がアートライフ恵庭に入所し、日常生活の中で進んでできる事は何かしらと、中村看護部長と考えていました。そこで、家で靴下を編んでいた姿を思い出し、編み物をしてみましょうと言う事になりました。

エコたわし作りは当初7~8人で始めましたが、今では倍くらいの人数です。参加する方々は、「昔は良く編んでいたけれど、今ではできない」等々言っていますが、始めてみると思い出し、ゆっくりと間違えながらもほとんどの方が編むことができました。作品が出来上がったときの、嬉しそうな笑顔がとても素敵です。

早くも一年が立ち、今では自分からメガネケース、バッグ等を編みたいと言ってくれる様になり、声をかけるだけで、とても上手に出来るようになりました。

私自身も皆さんから色々な事を学んでいます。義母は退所して、今はグループホームから一緒にアートライフ恵庭へ通っています。職員さんにも優しく声を掛けて頂き、いつまでも続けられると良いと思っております。

編み物ボランティア 森元 美恵子

## 05 えにわ市民文化祭

平成27年10月16日～18日に恵庭市民会館で行われた「第60回えにわ市民文化祭」に今年度も当法人から出展させて頂きました。陶芸やプラモデル、ペーパークラフトや革細工など、患者さんが作業療法のプログラムで、社会生活機能向上を目的に作製した様々な作品を展示させて頂き、それを市民の方に見て頂ける素晴らしい機会になったと感じています。作品の中には何週間、何カ月とかけて作製された品も多く、患者さんからも、「この日のために、頑張ったよ!」との声を頂きました。



「とても静かな台車」の体験コーナー



ペーパークラフト動物園



作品展示

## 06 栄養科コラム 盟侑フライパン

### 風邪に負けない!免疫力アップ食材

寒くなると免疫力が弱まり、風邪をひく人が多くなります。うがいやマスクで対策をするだけでなく免疫力を上げる食べ物を食べて体の中からパワーアップさせましょう。

免疫力を上げる抗酸化力の強い食品をいくつかご紹介します。これらを食事に上手に取り入れ、ウイルスや細菌等の敵が侵入してきてもガツーンとやっつけるパワーを身につけましょう。

にんにく	バナナ	ヨーグルト	緑黄色野菜	納豆
 <p>強い抗菌作用と抗酸化作用を併せ持ち免疫力アップ食品ダントツ1位です。「にんにくの醤油漬け」はにんにくを醤油につけて1週間から10日置くだけで生でも美味しく食べられます。スライスしてサラダやカレーの仕上げに、醤油はつけダレに使います。</p>	 <p>白血球の数を増やし、免疫機能を高める効果があります。特に熟したバナナがおすすめです。</p>	 <p>乳酸菌が腸内環境を整え、免疫細胞の働きをよくします。「1073R-1乳酸菌」を含むヨーグルトはインフルエンザ予防に効果があると実証されています。</p>	 <p>強力な抗酸化作用をもつβ-カロテンやビタミンを多く含みます。「にらの卵とし」「南瓜の鶏そぼろあんかけ」のように良質のたんぱく質と組み合わせるのがおすすめです。</p>	 <p>納豆に含まれるサポニンが免疫細胞の働きになり免疫力を高めます。納豆菌は腸内環境を整える働きもあります。</p>

## 07 保育所さんぽ

平成26年6月から保育所の新しい取り組みとして始まった遠足。平成26年の12月からしばらくお休みしていましたが、平成27年の8月からまた再開し、子どもたちを楽しませています。今回は平成27年8月～10月の遠足についてお伝えします。

### 8月「恵庭市立図書館 本館」



恵庭市の図書館は本館と分館があります。分館は「恵庭分館」と「島松分館」の2ヶ所です。8月は恵庭市立図書館・本館の2階にある視聴覚室にて映画鑑賞を行いました。作品は子ども達が皆大好きな「トムとジェリー」です。テレビとは違う大きなスクリーンで楽しむことができました。

今回はあいにくの雨で立ち寄ることが出来ませんでした。図書館のすぐ隣には「恵み野中央公園」があります。総面積約11万㎡の総合公園です。恵庭でのお花見、紅葉狩りの名所であるので、次の機会に子ども達と訪れたいスポットです。

### 9月「キリンビール 北海道千歳工場」

遠足初の工場見学です。9月は千歳市にある「キリンビール北海道千歳工場」へ行きました。

工場の方のお話にも子ども達は熱心に耳を傾けていました。工場のライン見学はもちろんですが、面白い写真が撮れる撮影スポットがたくさんあり、まだビールの味を知らない小さな子ども達も楽しめる工夫がたくさんありました。特に工場の敷地内にある本物のSLは迫力満点で、子ども達に大人気のスポットだそうです。



### 10月「サケのふるさと千歳水族館」



10月は千歳市の「サケのふるさと千歳水族館」へ行きました。この水族館は「千歳サケのふるさと館」が名称を変えて、平成27年7月25日にリニューアルオープンした施設です。隣接する道の駅「サーモンパーク千歳」も平成27年8月8日にリニューアルオープンし、賑わいをみせています。

遠足当日、オープンから約3ヶ月が経っていましたが、平日にもかかわらずたくさんの方で賑わっていました。リニューアル前に訪れた際には残念ながら見ることが出来なかった川の中を泳ぐサケの様子を、今回はたつぷりと見学することができました。目の前で見るサケの泳ぎは、力強く迫力がありました。そして今回は魚のエサやり体験をしました。自分があげたエサを魚が食べる様子を、子ども達はとても嬉しそうに観察していました。

遠足では子ども達の写真をたくさん撮影するのですが、新しい物や場所に触れている時の子ども達の顔はいつも以上にキラキラしています。役割分担で、写真撮影の担当になることがありますが、素敵な表情を写真に収める事が出来た時はとても嬉しくなります。次回も、そんな写真がたくさん撮れるような遠足になるように保育士一同努力いたします。

院内保育所キューピット 相原絵美

# 医療法人盟侑会 理念 「厚生盟侑」

不幸にして障害を持った患者さんを助け、  
共に病と闘うことを盟(ちか)い合う  
という意味を表現しています。

医療・看護・介護・理学療法・作業療法・心理療法等の各種専門家が集まり、子どもからお年寄りまで皆様一人ひとりの健康づくりのお手伝いをすることで地域の役に立ちたいと考えています。

理事長 横濱 栄子



## お車での所要時間

- 札幌市街から約30分
- JR島松駅から約3分
- 長沼町市街地から約20分
- JR恵み野駅から約3分

## JRをご利用の方へのご案内

- JR千歳線(普通列車)千歳方面より 恵み野駅 下車
  - JR千歳線(普通列車)札幌方面より 島松駅 下車
- ※時刻表・運賃については、JR北海道の時刻表案内をご参照ください

## 空港からのアクセス

- 新千歳空港から約20分
- 羽田空港から約120分

## 恵庭市内路線バスのご案内

- ecoバスの補給処で下車して徒歩約3分
- 島松駅からは恵み野駅・恵庭駅方面行に乗車
- 恵み野駅からは島松駅方面行に乗車
- 恵庭駅からは恵み野駅・島松駅方面行に乗車
- 中央バス停 北北木から徒歩約10分



〒061-1356 北海道恵庭市西島松570番地  
TEL.0123-36-5181 FAX.0123-36-5184  
ホームページ <http://www.shimamatuhp.jp>  
MAIL [simamatu@shimamatuhp.jp](mailto:simamatu@shimamatuhp.jp)

### ご相談先

医療相談課 医療相談員までご相談下さい

島松病院

検索



医療法人盟侑会 高齢者保健施設

〒061-1356 北海道恵庭市西島松567番地1  
TEL.0123-37-1511 FAX.0123-37-1516  
ホームページ <http://www.artlife-eniwa.jp>  
MAIL [artlife@artlife-eniwa.jp](mailto:artlife@artlife-eniwa.jp)

### ご相談先

支援相談課 支援相談員までご相談下さい

アートライフ恵庭

検索