



**思い出写真館
(県病ポネットバス)**

昭和三十年代から四十年代頃に、県立中央病院が保有していたポネットバス(ナンバーは一番)です。

当時の県立中央病院精神科八重田病棟(八重田分院というの誤りのようです。)の、患者遠足などで大活躍しました。なつかしく、魅力的な姿形です。

精神科認定看護師として

平成二八年一月よりC病棟に配属となりました小田桐卓也と申します。よろしくお願ひします。野球が大好きで小中高と野球をやり、看護師になつてからも朝野球などずっと野球をやってきました。

今年一月より精神科認定看護師としても、活動させていただいております。専攻領域は精神科薬物療法看護です。心理教育に携わる中で患者様からさまざまな薬に関する質問を受けました。

「それは医師に聞いてください」などと逃げずにしっかりと看護の視点から薬物療法を捉え、質問に答えられるようになりたいと思ひ、この領域を専攻しました。

この領域の役割について少々説明したいと思ひます。精神科治療を受けている大半の方が薬物療法を受けています。精神科の分野においては服薬継続の困難さや薬に依存的となり必要以上に服薬してしまう多量服薬の問題があります。これらの問題に対して、理由をアセスメントし、「適切に薬物療法が受けられるように援助する」のが、精神科薬物療法看護だと考えています。

自分自身、まだまだわからないことの方がたくさんあります。どちらかというと質問を聞いて、一緒に答えを探すという方が多いと思ひます。

精神科薬物療法看護について、聞きたいこと知りたいことがあったら、気軽に声をかけていただければと思ひます。よろしくお願ひします。

県警音楽隊による演奏会



12月20日の午後2時より、当院レクリエーション室にて、青森県警察音楽隊とカラーガード隊による「慰問演奏会」が行われ、24名の患者さんが参加されてきました。

予定していた8曲の演奏にカラーガード隊の演技も加わり、大いに盛り上がりました。

最後に患者さんからのリクエストに応じて、アンコール演奏もあり、約1時間のひと時を楽しく過ごしました。

**院内紹介
売店(県庁生協つくしが丘店)**



売店は「明るく・元気で・いつも笑顔が絶えない売店」を心がけております。

広くはない店舗ではありますが、食品・菓子・飲料・日用品など種類を豊富に取り揃えております。

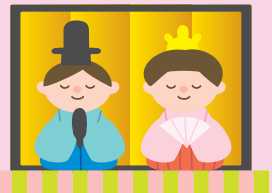
また、季節・行事に応じた商品や話題・人気・目玉商品の展示販売。家電製品やふとん、時計、貴金属、住宅のリフォーム等、皆様の生活に欠かせない商品をお取り扱ひしております。

困ったら・・・一度売店へ。お気軽にお声をおかけください。

明るく元氣な職員3名で「安心・安全」そして「便利」な売店になるように日々努力してまいります。

つくし つめこみニュース

第5回家族教室のお知らせ
今年度最後の家族教室が開催されます。



日時 平成29年3月3日(金) 13:15~15:30
場所 当院3階会議室
内容 講義とグループワークを予定しています。講義は青森障害者職業センターの職業カウンセラーの方をお招きし、「就労」についてお話してまいります。参加をお待ちしています。

退職にあたって

E病棟看護師長 阿部 法子

平成十三年に中央病院からつくしが丘病院へ異動となり、十六年間勤務させて頂きました。緑豊かな環境に心癒され、冬の雪道にドキドキしながら車のハンドルを握り通勤した日々でした。思い返せば、いろいろな出来事がありましたが多くの方に出会い、助けていただき、感謝しております。

患者様と一緒に夏祭りやねぶた見学、文化祭に運動会と多くの行事に参加したことが懐かしく思い出されます。担当している患者様に希望をたずねると「家族と仲良くしたい」と話される方が多く、うまく話しが出来ない事を悩んでいました。希望に沿うために、コミュニケーションのスキルを学び、一緒にSSTを活用した話し方の練習を実施しました。「うまく話せた」とうれしそうに教えてくださった患者様の笑顔が忘れられず、看護職を続ける原動力になりました。患者様の大切な人生が、本人の希望に沿ったものであるように願っています。

看護師として精神科看護に携わることが出来、患者様やご家族から多くの事を学ばせていただきました。そして先輩や同僚、スタッフの皆様を支えていただき退職を迎えることができました。ありがとうございます。

定年退職を迎えて

外来副看護師長 江口 恵子

この度、定年を迎えることになりました。

昭和五十五年四月採用後、間もなくして、先輩看護師から「『くわ』と『鎌』が使えなければつくしの看護師にはなれないよ」と言われました。その日から、患者さんと一緒に麦わら帽子をかぶり、患者さんに教わりながら「くわ」や「鎌」と格闘し農作業を行いました。収穫期には患者さんと一緒に「トウモロコシ」「スイカ」「枝豆」などを「おいしいね」と笑顔で頬張りました。今では、ネコの額ほどの我が家の庭に、毎年トマトやキュウリを育てるまでになりました。

また、ある時には別の先輩看護師に「デイスコを覚えてきて」との指令があり、夜な夜な本町に通い、当時流行の「サニー」や「勝手にしやがれ」「ケイコのマンボ」などをマスターしては、レクホールで患者さんと横一列になって踊りました。今でも楽しんでいる患者さんの笑顔が忘れられません。その他にも「運動会」「遠足」「夏祭り」「文化祭」「クリスマス会」や市内の5つの精神科病院対抗で開催されるスポーツ大会など毎月行事があり、患者さんと一緒に準備や練習に追われる日々でした。昨日のこのように思い出されます。

私の看護師人生の宝物は「人との出会い」です。先輩方やたくさんのスタッフの方々の出合いがあり支えていただきました。

定年退職にあたって

薬局 主幹 角田 智子

つくしが丘病院勤務を最後に本年三月三十一日で定年退職することになりました。

私が薬局の責任者となってから間もなく、病院改築の設計、機器や備品の選定や配置の検討が始まり、無い知恵を絞って幾つもの案を作成しました。その中から最善の案を採用したつもりですが、今になって満足いかない点もあり「いったい誰が考えた」とお叱りを受けそうです。

改築棟に引っ越し後は、服薬指導、簡易懸濁法の導入、持参薬管理等少しずつ業務を拡大してきました。これは同僚の頑張りや各部署のご協力による結果です。また県内各精神科病院の業務も参考にさせて頂きました。多くの方々へ感謝申し上げます。

当院は鳥の声や木々の季節ごとの美しさが自慢できるほか、周りに遮る物が無いので月や星がとても綺麗に見えます。帰りが遅くなり疲れた時は夜空の星に癒されました。

最後に、多くの患者さんの社会復帰とつくしが丘病院の発展をお祈り申し上げます。



バレンタインデーの思い出

院長 堀内 雅之

わたしが小学校の三、四年生頃から、生まれ育った大阪府泉州地方の農村にも高度経済成長の波が押しよせてきました。村の周囲に広がっていた田畑がどんどん宅地化され、そこには何十棟もの団地が建ち、引越してきた人たちの影響でいなかの生活も少しずつ変化しました。わたしも団地の子の誕生会などに招かれるようになり、五年生の終わり頃にはバレンタインデーに三対三で女の子から手作りチョコプレートをもたらえることになりました。

何日も前から期待と喜びを表に出さぬよう辛抱し、当日は嵐といえるほどの強い風の日でしたが、一時間以上前から一人の男の子の家で待機していました。ところが、約束の時刻になっても玄関のチャイムはならず、お母さんがバヤリースジュースやカルピスを出してくれているのですが、上の空でした。しびれをきらせて電話すると、「風が強くて怖い、お父さんは外出しているので車で送ってもらえない。」という最悪の連絡、われわれのこちらから出向くという案に対しても要領をえません。ようやく聞いただしたところ、自作のチョコプレートの出来栄が良く、いつ外に出るか迷っているうちに自分たちで全部食べてしまったとのこと、これには三人ともひどくがっかりし、しょげてしまいましたがお母さんが用意してくれていたショートケーキを二つずつたいた後、ケロッとして嵐の去った後の外で遊びました。チョコプレートはもらえず、食べることもありませんでしたが、この思い出が最も甘く濃く残っています。



精神科のつとば ②4

フラッシュバック

院長 堀内 雅之

覚せい剤やアルコールなどの物質使用によって引き起こされる精神や行動の障害のうち、その変化が物質の直接の影響であると判断される期間を超えて持続する場合があります。具体的には認知症、人格変化、感情障害、フラッシュバック(現象)などです。これらは物質使用開始からかなり遅れて出現しますが、早い場合は数週間で見られるようになることもあります。フラッシュバックとは、例えば覚せい剤使用によつて体験したことのある精神病性の症状などが、ほぼ正常な状態に回復したにもかかわらず、その物質以外の刺激、例えば飲酒、過労、睡眠不足、色々なストレスなどによつて、再び似たような体験が活性化する現象です。

また、ほとんど誰にでも大きな苦痛を引き起こすような、極度に外傷的なストレス(トラウマ)によって出現した精神病性の症状などが、色々な刺激や状況などによつて突発的に、思い出そうとしないのに、その時の感覚やイメージ、思考、症状が蘇ってくることをフラッシュバック(侵入的回想)といいます。最近ではこれらのことが安易に使われ、例えばちよつとした苦痛体験をトラウマ、単にそれを思い出すことをフラッシュバックと表現されることがあります。一般的な会話の中で使われることをとやかく言うつもりはありませんが、本来の意味との相違をわきまえた誤解のない使い方をしたいものです。