

つくし つめこみニュース

当院では、令和7年7月1日から  
連帯保証人代行制度を開始しました。

患者さんが入院する際には連帯保証人が必要ですが、7月1日以降、患者さんの同意によって当院の契約業者に連帯保証人を代行させることができるようになりました。この制度では原則として個人の連帯保証人は必要ございません。また、保証料等のご負担などありません。

外来受診する際の外来費用についても、書面のやり取りなし、保証料のご負担なしで代行業者が保証することになりました。

代行業者は、入院及び外来費用について、万一患者さんのお支払いが遅れた場合、一時的に当院に立替払いします。立替払いされた費用は、代行業者から患者さんに請求されますが、代行業者はお支払いのスケジュールなどの相談に個別に対応してくれます。

病棟・外来にポスターを掲示しておりますが、ご不明な点がございましたら医事第二課までお問い合わせください。



入院患者さん向け  
ポスター



## 外来患者さん向け ポスター



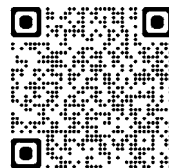
青森県立つくしが丘病院  
〒038-0031 青森市三内字沢部353番地92  
TEL 017-787-2121  
ホームページ <https://aomori-tsukushigaoka.jp/>  
アクセス

青森市営バス

- ・古川バス停から「つくしが丘病院行き」  
又は「岩渡行き」約20分

タクシー

- ・JR青森駅から約20分
- ・JR新青森駅から約5分



訪問看護ステーション「つくしのえん」は、おかげさまで6周年

訪問看護ステーション 石岡 久美子

訪問看護ステーションつくしのえんは令和元年7月に開設し、6周年を迎えました。  
「つくしのえん」というステーション名には、「みんながまるく(円:えん、丸:まる)つながり(縁:えん)、生活していくことをめざす」という思いが込められています。

当ステーションは、つくしが丘病院に通院している方だけではなく、他医療機関及びクリニックに通院している方のところへも伺い、必要に応じて精神保健福祉士、作業療法士、精神科認定看護師の同行も可能です。

また、利用者様やご家族の希望を伺い、定期的に話し合いを持ちながら支援を進めて行くことで、気持ちに寄り添い、その人らしい生活を実現する事を目指しています。

これからも、利用者の皆様が治療を続けながら地域生活が送れるよう活動していきますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

◇營業時間

月～金（年末年始、祝祭日除く）8時15分～16時45分

### ◇訪問エリア

青森市のほか、平内町、蓬田村、今別町、外ヶ浜町

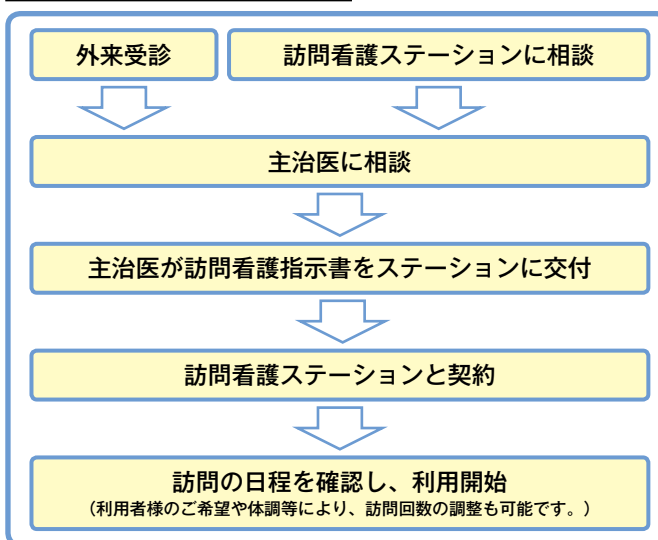
### ◇訪問看護サービスの内容

- ・健康管理  
体温・血圧・脈拍測定等、健康状態の観察
- ・日常生活の支援  
栄養・食事摂取状況、生活環境の整備等、服薬状況確認、お家での過ごし方
- ・精神的なサポート  
体調や生活について、人付き合いの悩みについての相談など
- ・家族支援  
ご利用者様との関係性や、ご家族の不安・悩み等様々な相談に対応します。

### ◇利用料金


- ・医療保険の適用となります。自立支援医療の手続きにより負担額が原則1割負担となります。所得によって月に支払う限度額が決まり、それ以上の負担は生じません。
- ・詳しくは、訪問看護ステーションへお尋ねください。

### ◇訪問看護ご利用までの流れ



**ホームページ** 又は  
**電話017-718-7113**

**までお気軽**  
**にお問合せ**  
**ください。**





## 「レジリエンス」と「こころの相談窓口」

精神科認定看護師 佐藤 智康

皆さんは「レジリエンス」という言葉を聞いたことがありますか？

レジリエンスとは、嫌なことがあっても折れずに立ち直っていく心の力、しなやかに受けとめて元の心の状態に戻ろうとする力のことをいいます。

私たちは普段、様々なストレスに直面しても、この「レジリエ

ス」を発揮して、心の健康を保つことができます。しかし、強いストレス等の影響で「レジリエンス」を発揮できなくなると、心のバランスを崩しやすくなることもあります。

そういったときに、「こころの相談窓口」では、患者様とご家族を対象に、日常生活での困り事や、ご家族の本人への対応等に

ついて相談に乗っております。

話すだけでも心が落ち着き、前向きな気持ちになれることもあります。相談者の心に寄り添いながら「レジリエンス」を回復するお手伝いをします。

興味のある方や、詳しく知りたい方は、看護スタッフへご相談ください。

## 医療連携室の紹介

医療連携室 次長 七戸 紀美子

医療連携室は、医師(室長)、看護師(次長)、精神保健福祉士(5人)及び公認心理士(4人)で構成されています。

業務内容は、  
○精神保健福祉士

- ・電話での新患者予約や相談
- ・退院支援
- ・関係機関や他病院と連絡調整
- ・患者、家族の医療福祉相談

・認知症疾患センター(医療連携室に設置)としての専門医療相談等

・回復セミナー、ショートケア  
○公認心理士

- ・知能検査、心理検査
- ・外来・入院患者の心理面接
- ・心理教育、回復セミナー、ショートケア

・通院集団精神療法などの業務を行っております。

他にもさまざまな業務がありますが、患者、家族の皆様に寄り添いながら、少しでも皆さんのお役に立ちたいと思い、忙しいながらもやりがいを感じて日々取り組んでおります。

お気づきの点がございましたら、遠慮無く医療連携室メンバーにお声がけいただければと思います。

## 県庁ねぶたに参加しました

8月3日と6日の2日間、県立中央病院の面々とともに、つくしが丘病院としては初めて県庁ねぶたに参加しました。

今年は雨の日もありましたが沿道の皆さんの盛り上がりにつられて、最後まで楽しく練り歩くことができました！



## 栄養に関して一緒に見直してみませんか？

中央診療室 管理栄養士 田沢 優一

病気の治療には栄養状態や体重管理も重要になってきます。肥満や太りすぎが良くないというイメージはあるかと思いますが、痩せすぎというのも良いことではありません。一般的に使われている体格指標のBMIでは17.5以下もしくは30以上になるとリスクがぐっと高くなります。体重以外にも、偏食や食習慣により特定の栄養素が足りなくなることで良好な栄養状態が保てず、治療に悪影響を及ぼすこともあります。

食事のこと、料理のこと、栄養のこと、体型のこと。栄養学と多くの症例をみてきた管理栄養士がアドバイスさせていただきます。ぜひご相談ください。

また、SNS上には多くの栄養情報が散見されています。どの食事方法がよいのか、どの栄養が必要かを見極めることはとても難しく悩まれている方もいらっしゃると思います。一人で悩まず一緒に考えてみませんか？栄養・食事カウンセリングもお受けしておりますのでご検討ください。(注:主治医を通じての予約が必要になります)



## 家族教室通信



医療連携室 精神保健福祉士 成田 榛名

～今年度第2回目は7月18日(金)～  
「退院後入所できる施設」をテーマに開催しました。

～今年度第3回目は9月26日(金)～  
「自立支援医療制度と精神障害者保健福祉手帳」をテーマに開催予定です。

相談支援事業所やましろの工藤相談支援専門員と地域包括支援センターすずかけの田中所長にご登壇いただいた講義では、障害福祉サービスで入居できる施設と介護保険で入居できる施設を中心に、各施設の特徴や利用料金、どのような支援を受けられるのかをご説明いただきました。

障害福祉サービスの場合はご本人の生活能力や障害支援区分、介護保険では介護度や医療の必要性等に応じて利用できる施設が変わり、それぞれ利用手続きが求められますので、ご興味のある方は、病院の相談員や管轄の地域包括支援センター、相談支援事業所にご相談ください。相談は無料で、みなさまのニーズに合わせて一緒に考えていきます。

令和7年度の家族教室は全5回を予定しています。家族教室では講義のあとに家族お話し会を実施していますが、講義のみの参加も可能です。

当院ホームページや院内掲示で案内していますので、是非ご覧ください。

