

訪問看護ステーションつくしのえん

今回は、外出することが難しい方への支援についてご紹介します。「外出したい気持ちはあるけれど難しい」と感じる理由には、人の視線が気になってしまうことや、体力の低下など、さまざまな背景があります。

訪問看護では、外出が難しい理由について一緒に考えながら、どのような生活を送りたいのか、ご利用者様ご本人の意向や目標を確認していきます。ご利用者様のお話を丁寧に伺い、ご本人の気持ちに寄り添いながら、ご自身のペースで少しずつ外出できるよう支援していきたいと考えています。

当訪問看護ステーションには作業療法士も在籍しており、一緒に外を歩いたり、運動や体力づくりなどを行うことも可能です。無理のないペースで、ご利用者様に合わせた支援を行います。

外出したい気持ちはあるものの、なかなか一歩が踏み出せず悩んでいる方は、担当の主治医にご相談のうえ、訪問看護の利用についてぜひご検討ください。

**(対象)つくしが丘病院へ通院している方
他の医療機関(精神科)へ通院している方**

詳細は、電話 **017-718-7113**まで

お気軽にお問い合わせください。



つくし つめこみニュース

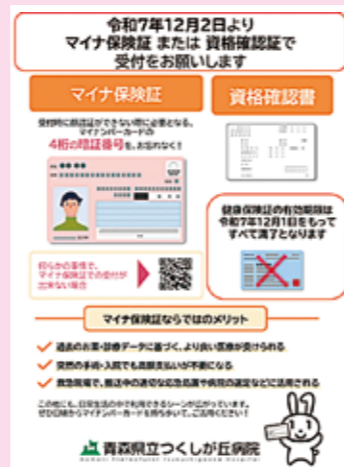
マイナンバーカードによる健康保険証利用について (医事第二課)

従来の健康保険証は、昨年12月1日をもって有効期限が満了となったため、同12月2日からマイナンバーカードまたは資格確認書での受付をお願いしています。

マイナンバーカードを健康保険証として利用し、診療情報の提供に同意いただくことで、今までに使った薬の情報や過去の受診歴・診療情報を踏まえた健康状況が医師等と共有できるほか、健康保険資格情報等(自己負担限度額等)の確認ができます。公費負担医療制度をご利用中の方については、各種証書のご提示は引き続き必要となります。

窓口には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。

※3月3日(火)からスマートフォンでの資格確認に対応しました。



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



医療連携室の紹介

今回、医療連携室の業務について紹介します。

当院の医療連携室は診療部に配置され、医師、看護師、公認心理師、精神保健福祉士の多職種で構成されています。名前のおとり院内外の連携が主な業務のひとつになりますが、職種によっても業務内容が異なります(※すぎな196号参照)。

当院は、青森県に唯一の県立精神科病院ということもあり、青森市に限らず、青森市外、青森県外から受診相談されることもあります。精神科受診が初めてだったり、あまり青森市についての情報がない方など「どこに相談したらいいかわからなくて、とりあえず県立の病院に相談してみました。」といった理由で相談される方もいますが、その理由に関わらず、治療につながるよう、治療が円滑に進むよう支援しています。

厚生労働省の調査(※厚生労働省「患者調査」)によると、精神疾患入院患者数は年々減ってきています。しかし、精神疾患総患者数に大きな変化はなく、精神医療入院外医療費は年々増加

傾向にあり、精神疾患外来患者数の割合が増えていくことが予想されており、当院でも同じような傾向がみられています。

医療連携室の業務のひとつに新患予約があります。初めて当院受診される方は新患扱いとなり(※直近で当院受診してから3ヶ月以上受診がないと、過去に受診したことがある方でも新患扱いとなります)、定期的を受診している再来の方とは予約の方法が異なります。

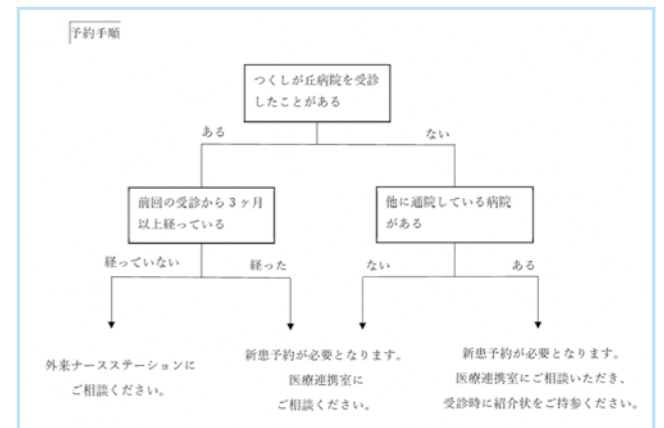
当院では、新患の診察を平日1日2枠(①9:00~、②10:00~)設けています。新患の方には、体調のほか・家族構成・学歴や生活歴、支援機関が介入し診察に同席している場合は、支援機関からもサービス等の情報などをお聞きし、その情報を総合的に判断した診察結果によって、検査や薬など今後の治療方針を検討していくため、再来よりも時間を要しま

医療連携室 精神保健福祉士

す。「周囲からすぐに精神科受診するよう勧められた」、「診断書作成してほしいが、期日に間に合わない」など早急な受診を希望される方もいらっしゃると思いますが、新患予約は、相談を受けて、早く2週間程度で予約できることもあれば、混んでいれば3ヶ月程度お待ちいただくこともあります。

診断書などの書類は事情を説明すれば提出先も待ってくれたりもしますが、体調が悪いまま我慢してしまい、不調がピークになって受診相談される方も少なからずいらっしゃいますので、当院では余裕をもった早めの受診相談をお勧めしており、「これくらいで受診していいのか」とお悩みの場合でも、医療連携室までご相談・ご連絡いただけたらと思います。

医療連携室 相談窓口



青森県警察音楽隊が慰問演奏会に来てくださいました！

生活療法委員会

昨年の12月23日(火)、院内にて青森県警察音楽隊による演奏会が開催されました。当日は各病棟から多くの患者さんが参加され、会場は和やかな雰囲気になりました。演奏内容は昭和の懐かしい楽曲からクリスマスソングまで幅広く、参加者からは「良かった」「楽しかった」「病棟外で長く過ごしたからか夜ぐっすり寝られた」といった声が聞かれました。



青森県警察音楽隊の皆さん 素晴らしい演奏ありがとうございました！



家 族 教 室 通 信

中央診療室 作業療法士

第4回目は、11月28日(金)に「精神科訪問看護について」をテーマに開催しました。

聞いたことはあるけど利用したことがない方や利用を悩んでいる方にはぴったりの内容だったと思います。すでに利用されている方も参加されていましたが、講義中にメモを取る方が居て、質疑応答も活発に行われていました。今回も講義終了後に家族お話を実施し、前回同様に参加してよかったとお声が多く、初参加の方からも参加してよかったとお声をいただきました。



第5回目は、2月27日(金)に「成年後見制度について」をテーマに開催しました。

ご家族が自分亡き後のことを心配する方が多くいると思います。今回は成年後見制度について、申請の流れや成年後見人の役割などについて講義していただきました。今年度は今回が最後となりますが、来年度も関係機関と協働して開催予定ですので、是非ご参加ください。

家族教室については、当院ホームページや院内の掲示などで案内していますので、是非ご覧ください。



強み(ストレングス)と意思決定支援

看護部 精神科認定看護師

皆さん、今日の昼食はカレーにしましょう！



- ・私、美味しいお店を知ってるよ！→情報を持っている
- ・僕は、カレーを作ったことがあるよ！→経験がある

これらは、どちらも「カレーを食べる」という目標(意思決定)を実現するための強み(ストレングス)になります。でも、

- ・お店は知っているけれども、バスの乗り継ぎが不安
- ・カレーを作ったことはあるけれども、包丁を使うのが不安

など、強み(ストレングス)があっても、困難を感じる場合もあります。

そこで私たちは、皆さんの強み

を活かしながらも、苦手な部分を支援することで、皆さんの目標の実現を後押しします。

失敗することは不安ですが、私たちは失敗体験にもしっかりと寄り添います。失敗と一緒に乗り越えた経験は、きっと、次回の自信につながります。こうして、失敗体験も強み(乗り越えた経験)に変えながら、「あきらめない意思決定」とリカバリーを一緒に目指してみませんか？

実は放射線って、意外と身近な存在なんです…

中央診療室 診療放射線技師

放射線というと、検査や治療に使われる「病院のもの」という印象を持たれる方も多いかもありません。しかし放射線は、私たちの身の回りでもさまざまな形で利用されています。

たとえば火災報知器の中には、放射線を使って煙を検知するタイプがあります。また、空港の手荷物検査では、放射線(エックス線)で中身を確認しています。タイヤやお風呂マットの製造過程では、放射線を当ててゴムやプラスチックを強くする「照射加工」が行われます。さらに、病院のシーツや衣類の抗菌効果を長持ちさせるためにも放射線が利用されています。

このように放射線は、安全管理のもとで生活の安全や快適さを支える大切な技術です。病院での検査や治療も、その一つの応用にすぎません。放射線は決して特別な存在ではなく、私たちの暮らしと健康を支える力強いパートナーなのです。

