

ストレスケア病棟のしおり



基本的な入院生活の一日

7:00



起床の時間

検査の方は採血をおこないます。

8:00



朝食・朝の薬の時間

お食事をお部屋までお持ちします。



診察・治療プログラムの時間

12:00



昼食・昼の薬の時間

お食事をお部屋までお持ちします。



診察・個別プログラムの時間

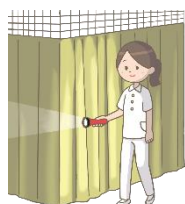
18:00



夕食・夕の薬の時間

お食事をお部屋までお持ちします。

22:00



消灯の時間

部屋と廊下の電気が消えます。
眠れない方は遠慮なく看護師にご相談下さい。

■診察

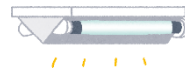
担当医師の診察日にお声かけします。※医師により不在な曜日があります。



■照明

起床時間点灯 … 7:00

就寝消灯 … 22:00



■検温

8:30 からお部屋で行います。排便回数や体調などをお伺いします。



■お薬

基本的には毎食後に看護師がお部屋まで伺い、お薬をお渡しします。

薬の配り間違い防止のため、薬をお渡しする前に生年月日、フルネームを確認します。

状態に応じて薬を患者さん自身で管理していただく場合がございます。

症状が悪化した時や夜間眠れない時には、医師の指示によりますが頓服薬（とんぷく）があります。

眠れない時の薬剤は、必要があれば消灯後の1時間後の23時から翌朝の3時まで内服することが出来ます。

飲んでいる薬の説明書をお渡しできますので、希望される方はスタッフにお申しつけ下さい。

内服は治療の一環です。飲み忘れがないように意識してください。

不明な点は主治医や看護師へご相談下さい。

■お食事

職員がお部屋までお持ちしますのでお部屋で召し上がってください。

衛生上配膳してからすぐに召し上がり始めていただくようお願いします。

お手数ですが、食事終了後はナースステーション前まで食事をされた食器を下げてください、召し上がられた量（1割～10割）を、食事量のボードをご準備していますので記載をお願いします。

食事も治療の一環です。外出泊を除いて欠食は受け付けていませんのでご了承下さい。

※アレルギーや禁止食材については個別対応致しますので入院時相談ください。



朝食 8:00

昼食 12:00

夕食 18:00



■おやつ・ジュース

7:00～22:00

治療プログラム以外の時間は自由に召し上がっていただけます。

おやつなどは院内売店でも購入できますが、近隣のスーパーでも購入できます。（医師の許可のある方）

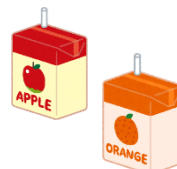
ナースステーション前に自動販売機があります。

携帯アプリ Coke On を利用されるか、現金を使用しご利用されて下さい。

※消灯後は自動販売機の音が廊下に響くので購入は控えて頂きますようお願いいたします。

※身体の病気（糖尿病）やアレルギー、固形物で窒息する恐れがある患者さんもありますので、

お菓子の譲渡はお控え下さい。



■入浴

予約制で1人30分程度、週に3回入浴できます。

予約の方法は毎朝、朝食の下膳時にナースステーションのカウンターに予約のボードを置いていきますので、各自でご記入していただき予約を取られて下さい。

無記入の方は後ほど職員がお声かけしてまわることがございますのでご理解下さい。

入浴できる時間帯は下記です。

※治療プログラムが優先されますので、活動時間(10:00~11:00)の入浴はできませんのでご注意下さい。

また14:30~15:00は介助が必要な患者さんが優先されますのでご了承下さい。

※タトゥーや入れ墨が入っている方は個室シャワーのみの利用になります。

また、病棟内では衣類で隠すなど他者に配慮をお願いします。

男性：月・水・金曜日

女性：火・木・土曜日

入浴曜日を性別で分けているので、入浴時間の間は浴室前の扉を施錠させていただきます。

洗髪だけ希望される方は、洗面所の洗髪台をご利用できますが、お湯が出るのに時間を要しますので、予めご了承下さい。(治療プログラム、食事時間を除く9:00~17:00)

時間：9:00~9:30 9:30~10:00 11:00~11:30 12:30~13:00

13:30~14:00 14:00~14:30 14:30~15:00



■病衣交換

希望される方は、病院の服が利用できますが別途料金が発生します。

利用料金：1枚200円 月額1200円



■シーツ交換

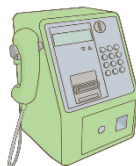
毎週木曜日、検温の後に職員が交換して周りますので、シーツ類は置いたままにして置いて下さい。



■公衆電話の使用

病棟内に公衆電話が設置されています。

7:00~22:00まで使用可能です。



■通信機器の利用(携帯電話など)

ご利用時間：7:00~22:00



■通話：自室での通話は禁止しています(デイルームか電話ボックス内でご利用下さい)

個室を利用されている方は自室で使用して頂いて構いません。

■カメラ機能：禁止しています。

■SNS利用：写真やコメントの投稿、不特定多数への発信は禁止しています。

■充電：お部屋の机にあるコンセントをご利用下さい。

■Wi-Fi：フリーWi-Fiを備えています。

使用量が増えますとネットに繋がりにくい、又は繋がらない場合がありますのであらかじめご了承下さい。

■SSID：shimobyu-free パスワード：Mizu2598876

■自室で音楽や動画を視聴する際、音が出ないようにイヤホンを使用してください。



■TVのご利用について

希望により、自室にTVのレンタル設置が可能です（1日110円）

使用時間：7：00～22：00（治療プログラムや活動中の視聴はご遠慮下さい）

使用時は他者の迷惑にならないようにイヤホンを利用しないと音が聞こえない仕様になっています。

イヤホンは持ち込まれても可能ですし、病院で購入することも可能ですので、ご利用の方はお声かけ下さい。

※イヤホン代金：1個132円

有料個室のご利用の方はテレビが備え付けとイヤホン代金は部屋代に含まれています。



■洗濯

「ご自身で行う」「ご家族が行う」「業者へ依頼する」の3つの方法があります。

■ご自身で行う

洗濯機、乾燥機の利用時間：7：00～20：00

費用：洗濯機・乾燥機共に各1回100円 脱水のみは1回10円

使用方法：洗濯機使用前にナースステーションのカウンターに置いてある使用伝票へ記載してください。

干し場 男性：4階（干し場への誘導時間 9：30、16：30）

※職員がお声かけしますので、職員と一緒に4階に上がります。

女性：病棟内の洗濯室（開放時間 8：30～20：00）



■ご家族が行う

9：00～16：30の間に看護職員に衣類の受け渡しをお願いします。

■業者へ依頼する

費用：4400円/月

洗濯の依頼から返却まで3～4日の日数がかかりますのでご了承下さい。

退院時に業者からの未返却の物がある場合はご連絡させていただきます。

☐ 自身でおこなう ☐ 家族での洗濯 ☐ 業者での洗濯 職員確認のためチェックをお願いします。

■金銭・貴重品の管理

金銭や貴重品を病院事務所で預かりできますが、日割り計算で預かり金が発生します。

・基本料金 50円/日：保険証、手帳、鍵、印鑑

1つでも預けると50円かかります。

・追加料金+50円/日：通帳、印鑑（銀行お届け印）、現金

1つにつき50円かかります。2つ預けると100円、3つ預けると150円。

・管理代行料金（事務手数料）70円/日（入院患者さん全員対象です）

またお部屋に備え付きである鍵付きの引き出しで管理されることも可能です。

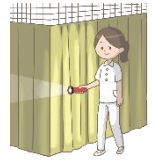
※金銭・貴重品の紛失や盗難、貸し借りなどのトラブルにおいて病院は一切の責任を負えません
のであらかじめご了承下さい。

※鍵を故意・過失に限らず破損・紛失させた場合は弁償していただきますので、管理はご注意ください。



■巡視

日中は検温や食事の時間に、夜間は2時間おきに確認させていただきます。
所在と安全確認を目的にしていますので、声かけに反応がない場合、カーテンを開けさせていただきますので予めご了承ください。



■私物の管理

私物は自己管理をしていただきます。基本的には入院治療という目的がありますので、治療や療養に必要なものは持ち込まれないようにお願いします。私物の取り扱い上、紛失や盗難、貸し借りなどのトラブルにおいて病院は一切責任を負いかねます。

※お部屋に1人1個ゴミ箱を設置していますが、稀に書類や個人情報が記載された物が捨てていることがあっても、ゴミ箱の中身を確認せず廃棄しますのでご了承ください。

☆必要な物

- ・衣類（日常着）・下着・靴下 ※肌の露出が多いものは控えて下さい
- ・タオル類（バスタオルも含む）
- ・洗面用具（男性は髭剃り電動カミソリ可）
- ・入浴セット（洗面器、身体を洗うタオル、ボディソープ、シャンプー、リンス）
- ・コップ（プラスチック）
- ・ティッシュ（トイレトペーパーは備え付きをご利用できます）
- ・室内履き（できる限り転倒しにくい履物をご準備下さい）スリッパは不可
- ・医療保険証・限度額認定証



※荷物の量は各お部屋の棚、引き出しに入る量でお願いします。

多い場合には持ち帰ってもらいますので、最小限の量をお持ちください。

★持ち込めないもの（基本入院や療養に不必要なもののご持参は控えて頂きますようお願いいたします）

- ・常温保存が効かない食べ物（刺身などの生もの）
- ・珍味などの匂いのきついもの
- ・調理が必要な食べ物（インスタント麺、レトルト食品）
- ・刃物類（ナイフ、包丁）
- ・電気ポット、ストーブなどの電化製品
- ・アルコール飲料
- ・ガス式スプレー缶（制汗剤はロール式やシートにして下さい）



※病状の関係で閉鎖病棟へ転棟する際には一部荷物を預らせて頂きますのでご了承下さい。

※病院の冷蔵庫は使用できません。

危険物にあたるもの（ナースステーションで預かるもの）

- ・はさみ ・針 ・T字カミソリ ・電子タバコ器 ・ライター



危険物はナースステーションでお預かりします。

お手数ですが必要な場合はナースステーションまで取りに来られてください。

危険物の使用は8:30~16:30までとさせていただきます。

私物には紛失を防ぐため、氏名のご記入をお願いしています。

■外出・外泊

退院後の生活訓練などを目的として、主治医の許可があれば下記の時間帯で外出・外泊を行うことができます。

1泊2日は外泊には含まれません。最大外泊数は、月に6泊まで連続して3泊まで)

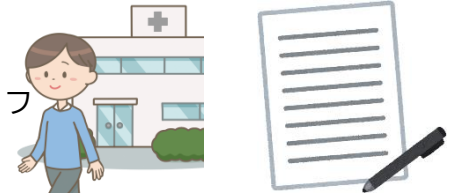
申請は外出・外泊日の3日前まで（お薬の用意などがあるため）に看護師に申し出られて専用の届け出用紙を看護師まで提出されて下さい。

※前日、当日の急な外出泊の申請につきましては、食事の欠食はできますが、食事料金は発生しますので予めご了承ください、必ず3日前までの申請をお願いします。

ただし緊急性のある外出泊に関してはこれに含めません。

感染状況によっては控えていただきます。

観光・娯楽・エステなど治療上不要な外出泊と判断した際は、スタッフから確認をさせてもらい、理由によっては控えていただきます。



<時間帯>

出発時間：9：30 から 16：30 までの間

帰院時間：9：30 から 16：30 までの間

外出泊の出発帰院時間等は必ず守って下さい。やむを得ず帰院時間を過ぎる場合は、事前に「ストレスケア病棟」へのご連絡をお願いします。

※安全を考慮し、17時以降の外出泊出発は家族同伴のみ可とさせていただきます。

行き先記入表での短時間外出（60分まで）

（例：病院周辺散歩、近隣のスーパー、郵便局、銀行、院内売店など）

・医師の診察時での許可があれば、届け出用紙を提出されなくても、ナースステーション前に設置してある紙面に記載して看護師に声をかけていただければ、散歩や近隣スーパーへの外出も可能です。

※診察、治療プログラムを優先していただきますので、下記の時間帯は外出を控えていただきますようお願いいたします。

※行き先記入表での短時間外出の喫煙はできません。また、病院敷地内の喫煙、患者さん同士での外出は禁止しております。また、時間厳守での協力をお願いしています。これらを守れない場合、行き先記入表での短時間外出は禁止させていただくことがありますので守っていただきますようお願いいたします。

・60分を超える外出につきましては通常の届け出用紙に記入されて申請されて下さい。

・病状に応じて、医師の判断で外出を控えていただくことがありますのでご了承ください。

上記同様、外出の帰院時間等は必ず守って下さい。

やむを得ず帰院時間を過ぎる場合は、事前に「ストレスケア病棟」へご連絡をお願いします。

<外出可能な時間帯>

朝の検温終了後 8:45 から 9:30 11:30 から 12:00(昼食開始まで)

昼食終了後 12:30 から 16:30

<控えていただく時間帯>

9:30～11:30（午前活動時間内）

午後の個別プログラム、集団プログラム(毎週水曜 14 時からの PSMT は原則参加です)

■面会

時間：13：30～16：30

- ・面会は患者さん1人につき病棟内の面会室で20分間の面会をお願いします。
- ・面会と面会の間には10分間の換気をおこないます。
- ・予約方法はご家族から病院に電話していただいて予約をしていただくか、面会終了時に次回の予約を看護師に伝えていただいてもかまいません。
- ・感染状況によっては控えていただきます。
- ・持参された荷物について、面会後にスタッフが確認させていただきますのでご了承ください。

■売店

売店利用可能時間 平日のみ 11：00～15：00 （火・水・木曜の午前、木・金曜の午後 以外）
治療プログラム以外の時間は利用可能ですので、行き先記入表に記載されてご利用下さい。

■喫茶室の利用

喫茶開店時間 平日 / 11：00～16：00 土日 / 10：00～16：00

※11：30～13：30 は職員が食事に使用しますので、ご利用はお控え下さい。

治療プログラム以外の時間は利用可能ですので、行き先記入表に記載されてご利用下さい。



■理髪室

外部業者が毎週木曜日（第1週目のみ金曜日）に来ます。

事前予約制のためご利用される場合は前日までに看護師にお声かけ下さい。



■歯科受診

医師の判断で往診医の受診を受けることが可能です。

スマイル歯科往診：毎週月曜日



■院外受診

医師の判断で受診が可能です。

基本的には、ご自身・ご家族と外出し院外への受診となります。

身体の状態に応じて看護師が同伴する場合があります。

※自宅への外泊中に、他病院へ受診されますと、医療機関が重複するため医療保険使用できず、10割の自己負担になりますので、その際は当院へ連絡して頂き帰院していただくこととなります。

※限度額認定証を持たれている患者さんは、病院ごとでの上限額での利用になりますのでご注意ください。

※緊急時を除いて必ず3日前までに申請をお願いします。また、急遽院外受診の希望があっても、こちらで受診不要と判断した際には控えていただくことがあります。

■喫煙

当院は全面禁煙です。

下記エリアの病院敷地内(赤のエリア) はすべて禁煙です。近隣住宅や道路での喫煙は迷惑になりますので控えて下さい。なお、敷地内での喫煙が発覚した際は厳重注意とさせていただきますが、場合によっては強制退院となる可能性がありますので注意ください。



禁 煙

NO SMOKING



■新聞

新聞の個人購読ができます。ご希望される方は看護職員へ申し出てください。

病棟用の新聞もあります。毎朝 9:00 にデイルーム（本棚ラック）に設置しています。



■手紙と郵便物

基本は院外の郵便局などへの投函をお願いしています。急を要する場合はナースステーションへ持参されて、看護師にお声かけ下さい。帳簿と切手代金を支払う用紙に記入していただく作業があります。

郵便物について、代引きでの受け取りはできません。ネットで注文した物につきましては、原則自宅に届くようにお願いします。諸事情で自宅が難しい際には、近隣の郵便局やコンビニ届くよう設定し外出して取りに行ってください。



■デイルームの取り扱い

病棟内には 2 つのデイルームがあり、1 つは男性エリアのコミュニティ（雑談や娯楽）を目的としたもの、1 つは女性エリアのワーク（静かな環境で趣味をおこなう）を目的としたものがあります。居室以外での他の他患者さんとのコミュニケーションをとられる際は廊下ではなく、コミュニティルームをお願いします。

※コミュニティルームでの食事や間食の摂取はされないようお願いします。また、19 時以降は休まれる患者さんもいますので、娯楽などの声の大きさに注意して頂きますようよろしくお願いします。

■個人情報の取り扱い

病室の出入口に名前を掲示させて頂いています。個人名を伏せたい方は対応させて頂きます。

氏名の掲示 ☐可 ☐不可

■禁止事項のまとめ及び守っていただくこと

- ・他者に迷惑がかかる行為
- ・患者さん同士での外出
- ・院内・敷地内での喫煙
- ・活動時間内や病棟プログラム中の飲食、入浴や外出(予定のある外出泊はこれに含めません)
- ・暴言・暴力、器物破損、セクシャルハラスメント、ストーカー行為、盗撮、飲酒、危険物の持ち込み、違法薬物の所持、これらは迷惑行為です。固くお断りします。
- ・患者さん同士の個人情報流出、金銭、本や雑誌、ゲーム、スマホ、貴重品のやり取り貸し借り、別の病室への訪問、宗教等の勧誘行為はお控えください。
- ・飲食物は、治療や検査、アレルギー薬の飲み合わせ等により制限がある患者さんがいます。患者さん同士のやり取りはお断りします。

■個室料について

【男性エリア】 101号 2200円/日 TV付き

103号・105号・106号 4400円/日 シャワー、トイレ、TV付き

【女性エリア】 115号・116号・117号・119号・120号・121号 2200円/日 TV付き

※17:00に外へつながる2か所のピンク扉を施錠し、翌朝の8:30に解錠します。

※浴室前扉は22時に施錠します。

■その他

- ・駐車場の貸し出しは行っていません。
- ・部屋移動について、他者を移動させることはできません。本人からの希望があれば検討・対応します。
- ・病棟しおり上に許可していることは適宜訂正や変更を行うことがあります。訂正や変更を行う前にはその都度全体ミーティングで伝達していきます。

■治療ガイドライン（あす PLUS）に沿っての治療となります。

入院から退院までの治療過程を可視化し、治療目標の設定と参加されるプログラムを担当スタッフと話し合いながら進めていきます。詳細は看護師からご説明いたします。

