



山口県下関市富任町6丁目18番18号  
TEL: 083-258-0338  
FAX: 083-259-8876  
ホームページ: <http://www.mizunoki.jp>

# ステップアップ

## もくじ

- ストレスチェック 心理技術科/小川
- 病院紹介(職員食堂) 栄養科/森本
- 水の木知恵袋 精神保健福祉科
- つなげようスタッフのわ 接遇について 看護部/寺川
- 新入職員の紹介 ■ クリスマス会・初詣



今号は下関病院の  
職場環境についてちょっとだけ紹介♪



## ストレスチェックを実施しました

心理技術科/小川

ストレスチェックは、職員50人以上の法人を対象として2015年から全国で義務化されており、当院では毎年秋ごろに実施しています。

ストレスチェックの主な役割は、自分のメンタルヘルスを客観的に振り返るとともに、自分自身のケアや職場環境を見直すきっかけとすることです。“自分をケアする”というのは意外と見落としがちで、忙しさや熱心さのあまり、時間・エネルギーを業務や周囲に充てることで精一杯な場合が多いかもしれません。しかし、これではストレスが溜まりやすく、いつの間にか追い込まれてしまう可能性があるため、意識的に自分をケアしたり、負担が軽くなるよう働き方を工夫する必要があります。ストレスチェックは、一旦立ち止まって自分のために時間・エネルギーを充て、メンテナンスするきっかけとして活用できます。ストレスチェックでメンタルの不調が明らかになった際は、希望に応じて無料の医師面談や専門スタッフとの個別相談を受けることができ、一緒に工夫を考えることができます。

また、職場環境の改善に向けたアプローチもなされます。業務の量や内容のバランス、職場内のサポート体制などを部署ごとに分析し、改善案を検討します(実際に上司と現場で結果を共有し、工夫を話し合っている部署もあるようです)。より働きやすい環境に向けてバージョンアップできるよう、少しずつ働きかけています。

## 看護師の接遇・マナー研修開催

看護部/寺川

2021年の看護部目標として接遇の改善を掲げており、10月に「看護師の接遇・マナーの基本」と題して計2回研修を実施しました。

内容は、1回目は言葉遣いや身だしなみなどの基本、2回目は部屋の入退室・食事の援助方法などの看護場面に応じたマナーについてでした。身体疾患の治療に比べ入院期間が長いことから、当病院は患者さんにとっては生活空間ともいえます。

患者さんに安心して療養していただくため、精神科看護ではコミュニケーションが重要です。看護業務でのかわりの中で患者さんに不快な気持ちを与えず、療養に専念していただくにはその場に応じた適切な接遇・マナーを各自が意識する必要があります。

今後も看護師の接遇の向上に向けた取り組みを継続し、質の高い看護サービスが提供できるよう努めていきたいと思ひます。



理念 地域の精神科基幹病院としての使命を果たし 信頼され親しまれる医療・福祉をめざします

### ■ 患者さんのために

わたしたちは、慈愛と尊敬のこころをもって、患者さんに医療・福祉を提供します。  
わたしたちは、個々の患者さんにあった、質の高い医療・福祉を提供します。  
わたしたちは、患者さんの視点に立ち、人権に配慮した医療・福祉を提供します。

### ■ 社会のために

わたしたちは、関係機関との連携を密接にし、地域のニーズに的確に応えます。  
わたしたちは、教育・啓蒙活動を積極的に行い、地域に開かれた医療・福祉活動を実践します。  
わたしたちは、限られた医療資源を大切に、健全で効率的な医療・福祉運営に努めます。

「おいしいね」がいっぱい!



# 職員食堂 の 魅力

下関病院には

スタッフ専用の「職員食堂」があります。

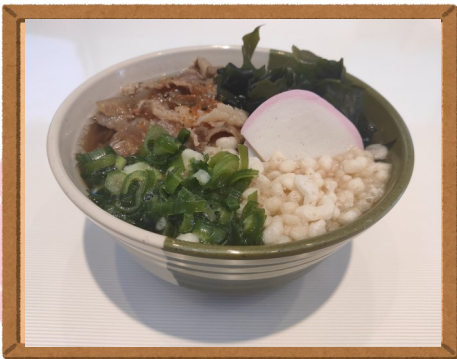
午後からの活動源になるように、カレー、麺類、丼物の定番から日替わり定食やご当地名物などの多彩なメニューを用意しており、リーズナブルな価格で食べることができます。

また、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、座席を減らして間隔を空けたり、厨房カウンターにビニールカーテンを設置したりと感染対策にも取り組んでいます。

**NEWS** 今年度はアンケートを行い、職員食堂を利用するスタッフの声をもとに、さまざまな工夫を始めています。ここで、わたしたちの“押しポイント”をご紹介します。

電算室 Mさん

オススメはかけ蕎麦に肉をトッピング。  
贅沢にいきたい時は、さらに他のトッピングも追加。  
自分好みのアレンジレシピが楽しい!



事務部 Fさん

普段はお弁当派ですが、  
気になるメニューが増えて選ぶ楽しみができました。  
オススメは鶏南蛮そば!

看護師 Kさん

食堂のスタッフさんの素敵な笑顔や  
声かけにも元気を頂いています。

ほっとひと息できる空間への挑戦

# # 押し ポイント

看護師 Yさん

テイクアウトができて便利!  
時短や感染対策として利用しています。



心理士 Oさん

スイーツがメニューに加わってから、  
お昼の時間がもっと楽しみになりました。  
一番のおすすめは手作りの濃厚プリンです!!!  
びっくりするほど濃厚でトロトロなめらかです。

OT Sさん

男は黙ってカレーライス。  
毎日いただいています!

これからも、おいしい食事★でスタッフのお腹★と★ころを満★た★したい★と思★います★。

栄養科 森本 理奈 ★

# みずの木

# ちえぶくろ

今回は、精神保健福祉科から



## 就労支援を紹介します

障害や疾病のある人が仕事をする場合、様々な不安や困る事があると思います。そんな方のためにハローワーク、地域障害者職業センター、就労継続支援事業所など、多くの機関が就労支援を行っています。

### ★【たとえば…】

下関病院と同じ法人内に就労継続支援B型事業所「福祉サービスかじくり」があります。病院内の清掃をしたり、豆腐をつくらしたりしています。

「美豆の希とうふ」！  
とっても美味しいですよ。



### ★【まずはじめに！】就職活動のために整理しておくこと

- どんな仕事がしたい？
- 働く力や向いていることは？
- 働く時間は？
- 仕事の探し方は？
- どんな支援を活用する？

就職の希望がある方は、お気軽に  
病院スタッフまで相談してください！



何事も準備が大切です！！



## 新入職員の紹介

**中野 恵子** (女子リハビリ病棟／看護師)

- 趣味・特技 : 旅行
- 好きな言葉 : ありがとう
- 長所 : 特になし
- 短所 : 野菜が苦手



**佐藤 忍** (急性期病棟／看護補助)

- 趣味・特技 : 食べる、動物と遊ぶ
- 好きな言葉 : 有り難う
- 長所 : 人の良い所を見つける
- 短所 : 短気



**豊 奈津美** (豊松苑／作業療法士)

- 趣味・特技 : トリムバレエ
- 好きな言葉 : 何とかなる
- 長所 : 楽しいことが大好き
- 短所 : 忘れるのが早い



**臼本 秀雄** (山茶花／介護助手)

- 趣味・特技 : 映画鑑賞、漫画収集、卓球
- 好きな言葉 : 継続は力なり
- 長所 : 食べ物の好き嫌いが無い
- 短所 : 不器用、緊張しやすい

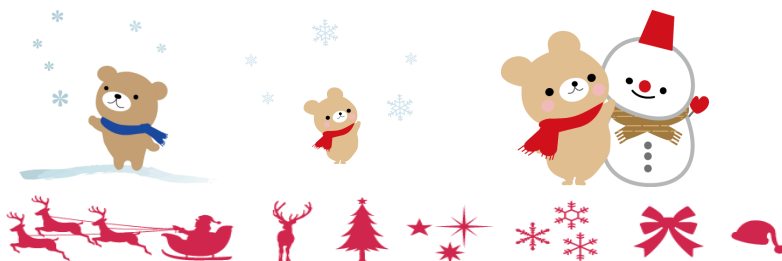


## クリスマス会

今年度も12月に各病棟でクリスマス会を開催しました。

コロナ渦により、病院全体で楽しめるイベントを開催することが難しい中、患者さんの要望を反映したゲームやビンゴ大会など、病棟ごとにさまざまな催しものを企画しました。病棟スタッフや患者さんと一緒にリースや花飾りなどクリスマスの飾りつけを行い、ささやかながらクリスマスプレゼントも準備させて頂きました。

景品獲得に向けて真剣な様子で取り組む方もいれば、その場の雰囲気を楽しんで過ごす方もいるなど、楽しみながら季節を感じる時間になったのではないのでしょうか。



## 初詣

年始に、各病棟で院内初詣を開催しました。

ダイルームでは鳥居や祠を設置するなど神社にきたような雰囲気作りを行い、一人ずつ皆さんに参拝して頂きました。その後はおみくじを引いたり、絵馬を書いたり、最後におしるこを食べたりと皆さん季節感を味わう事が出来て、とても喜ばれていました。外に出ることが難しい方にも喜んで頂けたようでした。

コロナウイルス感染予防のため一部病棟行事の中止や規模の縮小をすることとなり患者様には残念な思いをさせてしまいましたが、病棟スタッフの連携や患者さんのご協力があり今年も無事院内初詣を行うことができました。ありがとうございました。



## つなげよう！スタッフのわ

連載

第37回 スタッフでつなげる、趣味のはなし。

今回は 作業療法科 岩崎 僚太 さんです。

近年では、空前のアウトドアブームが到来しているとのこと。私もこのピックアップに乗るべく活動を始め、出会ったのが登山。初めての登山は、登山道入り口付近の分岐点を間違え、頂上目指して一直線に獣道を進む、過酷な経験となりました。その後も市内を中心に登山をしています、過酷な山ほど、頂での甘味や珈琲は別格だと気付くに至りました。山頂でのご褒美を求めて身体に鞭を打つ…。私は山に調教されているのでしょうか。



次回は 栄養科 藤井 美沙 さんです。

## 編集後記

最近、好きだったドラマをよく見返しています。いろいろなことが制限され、緊張の絶えない生活の中では、なかなか気持ちを前向きに持っていくのは難しいと感じますが、少しでも気持ちが和むような時間を大切にできたらと思っています。

(広報委員 増田 彩)