

ステップアップ

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>



情報システム課はこんなことをしています。



私たち「情報システム課」は、システムの導入・保守・運用など、システムに関する業務全般を担っています。

今回は、現在進行中のものも含め、当院のシステムを一部紹介します！！

電子カルテシステム



いつでも、どこでも
 患者さんのカルテや部門記録の
 作成、閲覧ができてとても便利♪

ZOOM会議



外部研修はもちろん、
 院内会議もタブレットやPCで♪

スマートフォン・タブレットを活用



法人向け情報共有アプリ「LINE WORKS」を導入しました！
 アプリを使って職員間での情報共有がすぐにできるようになりました。

- ★ トーク → ちょっとした連絡はおなじみのトーク機能
- ★ グループチャット → プロジェクトメンバーで情報共有
- ★ 掲示板 → 全職員への連絡は掲示板に書き込み
- ★ 共有カレンダー → スケジュールや施設の予約を管理

電子給与明細書



給与明細書は
 個人のPC・スマホで
 受け取る時代に

出勤管理



勤怠管理システムで、残業時間を毎日チェック！

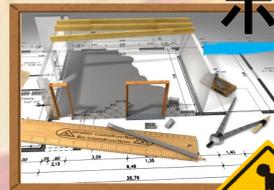
- 特定の人に業務がかたよっていない？
- 働き方に問題がない？
- 人数は足りてる？

システムの基盤を支えるネットワーク

導入事例として
 掲載されました！



ホームページをリニューアル中！



よりわかりやすく、親しみやすい
 ホームページになります♪

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、地域に関わられた医療・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。

新入職員の紹介

徳本 千絵 (急性期病棟兼医療安全管理対策室／看護師)

趣味・特技 : DIY
 好きな言葉 : 失敗は成功のもと
 長所 : 低燃費
 短所 : 見る前に飛ぶ!



よろしくお祈いします!



古川 やよい (急性期病棟／看護師)

趣味・特技 : ゲーム
 好きな言葉 : いつも明るく元気にすごす
 長所 : 明るい所
 短所 : すぐ落ち込むこと



酒井 元太 (男子回復期病棟／看護師)

趣味・特技 : 映画鑑賞
 好きな言葉 : 右へ倣え
 長所 : 温厚
 短所 : 嫌なことを先延ばしにする



岩崎 篤志 (男子回復期病棟／看護師)

趣味・特技 : ウォーキング
 好きな言葉 : 給料日
 長所 : どこでも寝れる
 短所 : 自己紹介、めっちゃ苦手です



伊藤 景亮 (男子回復期病棟／看護師)

趣味・特技 : バレーボール
 好きな言葉 : 他人がどう思うのではなく自分がどう生きたか
 長所 : 粘り強いところ
 短所 : あきらめが悪いところ



鍋田 良雄 (男子リハビリ期病棟／看護師)

趣味・特技 : ドライブ
 好きな言葉 : 七転八起
 長所 : 真面目
 短所 : 優柔不断

松本 智子 (認知症治療病棟／看護補助者)

趣味・特技 : 読書
 好きな言葉 : 一日一笑
 長所 : 行動力
 短所 : 飽きっぽい



松本 明子 (訪問看護ステーション／看護師)

趣味・特技 : カフェ巡り・ヨガ
 好きな言葉 : ぼちぼちいこか
 長所 : 穏やかでのんびりしている所
 短所 : マイペースな所



小林 千春 (富任荘／介護支援専門員兼看護師)

趣味・特技 : キャンプ・釣り・パン作り
 好きな言葉 : 平和
 長所 : きらいな食べ物がない
 短所 : 心配性



大空 佐知恵 (富任荘／看護師)

趣味・特技 : 平家太鼓
 好きな言葉 : 人生一度きり
 長所 : 努力家
 短所 : マイペース



木下 亮太 (富任荘／介護福祉士)

趣味・特技 : 30年ぶりの故郷巡り
 好きな言葉 : ありがとう
 長所 : 慎重
 短所 : 慎重すぎ



みずの木

ちえぶくろ

今回は、栄養科から



*その疲れ、「秋バテ」かも？

夏が終わったのに疲れが取れない、やる気が起きない…という方は「秋バテ」かもしれません。秋は夏よりも暑さが和らぐものの、気圧が変動しやすいため、自律神経のバランスが崩れやすいと言われています。まして、コロナ禍という通常とは異なる環境にいることもあり、いつも以上にその影響を受けている方も少なくないのではないのでしょうか？

よくある症状チェック

- からだがだるくて疲れやすい
- やる気がでない
- 頭が重い、もしくは痛い
- 首や肩がこる
- 寝つきが悪く、よく眠れていない
- 食欲がない
- 憂鬱さや不安な気持ちを感じる
- 口や喉がよく乾く



今からできる3つのポイント

- Step 1** 胃や腸にやさしい食事
秋バテは自律神経の乱れにより、消化や吸収など胃腸の機能が低下しがちです。スタミナフードのような香辛料や刺激物を使ったものは避けましょう。
- Step 2** 旬の食材で栄養チャージ
秋の味覚である、さつまいもやきのこ類、果物には疲労回復を助けてくれるビタミンやミネラルなどの栄養素が豊富に含まれているので、積極的に摂りましょう。
- Step 3** じんわり、ゆったり、リラックス
特別なことをよりも、ちょっと散歩に出かけてみたり、お風呂でぬるめのお湯に浸かってみたりと、季節の移ろいを感じながら、こころとからだのセルフケアで自然な回復を待ちましょう。



秋バテ対策を上手に取り入れて、元気に生活しましょう♪

活動報告

回想法

年々高齢患者さんの数が増加しており、当院でも各病棟で回想法を導入しています。回想法では写真や歌、動画、実際の道具等の過去を思い出すための手掛かりとなるものを用いて語り合うことで、脳を刺激し、認知機能や情動の安定などに繋がるようアプローチしています。参加された患者さんは「懐かしいなあ」「また行きたいなあ」など笑みを浮かべながら思い出を語り合い、楽しい時間となっているようです。

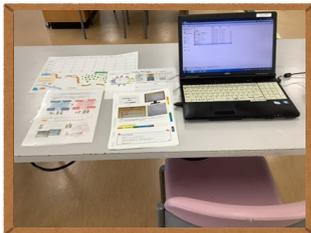


あの時は
あんなことがあって
楽しかったなあ♪

作業療法科：國光 佑輔

NEAR

精神科治療により精神症状は安定しても、以前よりも“段取りが上手くいかない”“覚えにくくなった”“集中しにくい”“複数のことを同時に処理することが難しい”と『認知機能障害』が問題になり生活の困難さを感じるようになることが分かってきています。当院では、認知機能トレーニングの一つとしてNEAR（ニア）というプログラムを導入しています。コンピューターセッション（パソコンでやる脳トレのようなイメージ）と言語セッション（少人数のグループミーティング）の組合せとなっており、1回1時間程度行います。様々な日常生活場面の困難さと照らし合わせて認知機能の向上を図ると共に、皆で日常生活で起きる些細な困難さの対策の秘訣を一緒に考えたり、メンバー同士のつながりをつくることも目的として行っています。現在、下関病院の外来と入院治療内で実施しており、プログラムを続けることで、開始時よりも落ち着いて問題に対応できるようになったり、コミュニケーションの幅が広がったりというような患者さんの変化が見られています。



心理技術科：大上 葵美子

つなげよう！スタッフのわ

連載

第39回 スタッフでつなげる、趣味のはなし。

今回は 精神保健福祉士 荒木 恒大 さんです。

私の趣味は漫画を読むことです。

昨今のコロナ禍による影響もあり、皆さまも自宅で楽しめる漫画と触れ合う機会が多くなったのではないのでしょうか？私自身、休日は自宅にいたことが多いため、漫画を読む機会が格段に増えたと感じています（遊ぶ相手がいないのは秘密です）。

さて、今回はこの場をお借りして、お勧めしたい漫画を3つ紹介させていただきたいと思います！

- ①「左ききのエレン」⇒学生の頃から好きな漫画でしたが、社会人になってからは更に好きになりました。
- ②「あひるの空」⇒バスケット漫画ですが、王道のスポーツ漫画とは一味違います。主人公が全く勝てません。
- ③「銀の匙」⇒「鋼の錬金術師」と同じ作者が描いています。

以上、時間がありませんでしたら是非一読してみてください！

次回は 作業療法科 國光 佑輔 さんです。



編集後記

ようやく残暑が過ぎ、過ごしやすい季節になってきました。山道を歩くとどんぐりや松ぼっくりが落ち、耳をすませばコオロギやクツムシの鳴き声が聞こえ、ふとお菓子コーナーを見てみると、栗やりんご、芋のお菓子も並んでいて、様々な所で秋を実感します。

皆さんが、秋を実感するのはどんな時ですか？

(広報委員 大上 葵美子)