

平岡梅林公園



「こころ」と「からだ」を元気にする レクリエーション

がおり、炊事遠足や果物狩り、工場や施設見学、院内でのゲーム大会など各病棟で参加する患者さまに合わせ、看護スタッフと共に季節感あふれる内容を計画しています。

恒例の行事の一つに「お花見」があります。予定日に開花するかどうか、患者さまもスタッフも事前に天気予報や開花予想をチェックしながら待ちます。やわらかな日差しの中、今年はじめて見る梅の花にうれしい春の訪れを感じました。

この秋、「文化祭」が開催されました。日頃の取り組みを発表し合い、一人ひとりが興味を広げ意欲を高められるよう準備を進めてきました。作業療法室では、患者さまが制作した革細工や陶芸、絵画など様々な作品を一挙展示し、小体育館では病棟ごとで練習を重ねたステージ発表がありました。手作り感あふれるそれぞれの発表は、病棟やデイケアのみなさまの熱気で盛り上がり、心踊るひとときを過ごしました。

病院全体のレクリエーション

1 楽しい、安全が基本のレクリエーション

当院では、年間を通してさまざまなレクリエーション活動を行っています。「楽しいこと」「安全であること」を基本に、作業療法士や病棟スタッフなどが関わり治療的活動として目的を持って取り組んでいます。

病棟レクリエーション

各病棟には担当の作業療法士

作業療法プログラムでのレクリエーション

作業療法としてのレクリエーションは年に数回行われています。

参加者の高齢化が進んでいます。競技で勝つだけでなく、仲間を応援する喜びや楽しさをより深めていきたいと思っています。

3 レクリエーションに込められるもの

病院でのレクリエーションには、たくさんさんの意味や目的が込められています。日頃の取り組みの成果を発揮し、興味を広げ心身の活性化を図る場として、参加者間やスタッフとのコミュニ

ニケーションを深める機会として、また、作業療法プログラムへの関心・意欲をひきだす場としての目的があります。特に精神科では、現実に対する認識を高め社会性を育むきっかけとなる、感情を分散させ情緒を豊かにするなどの効果が期待できます。他科に比べて長期傾向にある入院生活において、生活にハリと豊かさを提供し、娯楽的要素を盛り込み共に楽しめるよう工夫しています。毎月行うレ

クリエーション委員会では、多部門のスタッフが集まり内容の検討・報告・情報交換を行い、反省を生かしながら新しい企画につなげています。

当院のレクリエーションは今後もさらに目的を明確にし、患者さまがより主体的に参加し、楽しみながら「こころ」と「からだ」が元気になることを目指していきます。来年度は地域の方々にも参加していただけるものを計画中です。

レクリエーション体験記 おいしい秋の工場見学

秋の気配を感じ始めた9月8日、4病棟では総勢19名で雪印乳業史料館へ赴きました。参加者からの期待の声に後押しされ、行きの車中、スタッフによるバスガイドさながらの歌やアナウンスで大変な賑わいとなりました。



広い史料館では、懐かしい昔の商品パッケージやたくさんさんの製造機器、模型などを見学。実際に使用されていた機器に手を触れながら、ガイドさんの説明を熱心に聞き入っていました。ガラス張りの2階フロアから工場内を見下ろすと、私たち

が日常愛飲している牛乳が、ものすごい勢いで紙パックに詰められ冷蔵庫に運ばれていきます。見学の終わりには特製アイスクリームの試食があり、お土産にできたての牛乳をいただきました。

参加者は「遠出するのは気分転換になるね」「楽しかった」と活き活きと話され、いつもより歩く姿勢もよく、満面の笑みや豊かな表情を垣間見ることができました。帰りの車窓からは紅に染まり始めたりんご並木を見ながら、移ろう四季をかみしめていました。



雪印乳業史料館

学術研修レポート 1

「NSTに必要な栄養アセスメント」

兵庫医科大学 臨床栄養部 福田能啓 教授

10月の院内学術研修会では、外部講師として福田教授をお招きし、NSTについて講義をしていただきました。

NST(栄養サポートチーム)は、1970年にアメリカで誕生しました。DPC(包括医療制度)に移行しつつある日本でも、経営の合理化、医療の質の向上のため不可欠であるという認識が高まっています。

NSTでは、入院患者さまの問診を含めたスクリーニングを行い、栄養状態に問題がある人をピックアップします。その後、栄養アセスメント(分析)→プランニング(栄養療法計画)→モニタリング(評価)という過程が、NSTである医療チームの中で行われます。導入には、院長方針のもと、医師・栄養士・看護師はもとより、全スタッフへの周知と

養成が必須であり、チームの和と一人ひとりの患者さまを第一に考える医療観が何より大切だと福田教授は話されました。また、栄養アセスメントについて留意すべき点を具体的に指摘され、わかりやすく解説していただきました。

当院では現在、NSTメンバーが月1回集まり、栄養評価・治療の適正について、事例報告の検討・勉強会を行っています。今回の講演は、多職種スタッフとNST活動の重要性を学び共通認識を深められました。これを布石にチーム医療を支えるもう一つのチームとして活動を展開したいと考えています。



2 院外レクリエーションのひとコマ〜大健闘したスポーツ交流会

院外でのレクリエーションとして、「スポーツ交流会」があります。札幌市内複数の精神科病院による恒例行事で、今年で11回目を迎えました。当院からは、入院中の方やデイケアに通所の方、総勢44名で参加しました。選手として参加する方、応援に専念する方、お弁当を心待ちにしている方など楽しみ方はそれぞれです。競技内容は、くじ引きレース・むかで競争など誰でも気軽に参加しやすく配慮されています。競技が始まると選手の緊張は高まり、最初は控えめにしていた方も、最後の華の対抗リレーでは身を乗り出して応援していました。

結果は、8チーム中で3年ぶりの優勝。この日の夜、参加しなかった患者さまや職員の間にも吉報は流れ、改めてみんな感動を分かち合いました。年々