

あ れ み ゆう

2019 秋
VOL. 58

季刊誌あれみゆう
マスコットキャラクター
「みゆう」



p1 指定相談支援事業所「相談室りっか」開設
～新しい時代から地域を支える～

p3 【コラム】
「認知機能を高めるメカニズム
～認知症モデルマウスを用いた実験から～」
東北公益文科大学名誉教授 平松 緑 先生

日本精神科医学会学術大会に参加

いま、事業所連携PJが熱い

p5 サービス付き高齢者向け住宅 美しが丘テラス
おかげさまで5周年

p6 【あれみゆうレシピ!】
あまった総菜でアレンジ
野菜たっぷり!かんたん酢鶏

表紙イラスト：うらつかりょうま

あれみゆう 2019 年 秋 VOL.58

発行/医療法人社団五風会 さっぽろ香雪病院 〒004-0839 札幌市清田区真栄 319 TEL.011-884-6878 (代表) FAX.011-884-6731 <http://www.sapporo-kohsetsu.or.jp>

医療法人五風会
さっぽろ香雪病院
精神科・内科・心療内科・歯科



〒004-0839 札幌市清田区真栄319番地
TEL.011-884-6878 FAX.011-884-6731
[URL]<http://www.sapporo-kohsetsu.or.jp>

基本理念

わたしたちは深い愛と思いやりの心で潤いのある医療を大切にします。
わたしたちはチーム医療を実践し、より専門性を究め良質で適正な医療を提供します。
わたしたちは社会の平和を願い奉仕の精神で地域社会に開かれた病院づくりをめざします。

基本方針

さっぽろ香雪病院は、患者さまの人権を尊重するとともに、ご家族、並びに地域の皆様に安心してご利用いただける医療サービスを提供し、高度な知識と技術の習得に努め、良質な医療の実践をめざします。



〈アクセス〉 ■ 地下鉄東豊線「福住」駅下車
福住バスターミナルより 中央バス(福87)「香雪病院前」下車
■ 地下鉄東西線「大谷地」駅下車 車で約20分
大谷地バスターミナルより 中央バス(大88)「真栄3条2丁目」下車乗換
中央バス(福87)「香雪病院前」下車
■ 駐車場 120台

送迎バス

地下鉄大谷地駅、福住駅から無料送迎バスがあります。
詳しくはホームページをご覧ください。
(<http://www.sapporo-kohsetsu.or.jp/>)

関連事業所

- 1 福住メンタルクリニック・デイケアクルール
〒062-0051 札幌市豊平区月寒東1条15丁目1-20 メール福住ビル3階
TEL.011-853-1889 FAX.011-856-2030
- 2 訪問看護ステーション ラパン
〒004-0839 札幌市清田区真栄328
TEL.011-375-7515 FAX.011-375-7525
- 3 札幌市障がい者相談支援事業所 相談室きよサポ
〒003-0022 札幌市白石区南郷通14丁目南4-8 キャッスル大木戸1階
TEL.011-860-1750 FAX.011-860-1760
- 4 ケアプランセンター
〒004-0839 札幌市清田区真栄323
・相談支援事業所 相談室りっか
TEL.011-802-6880 FAX.011-802-6881
・居宅介護支援事業所 セラヴィ
TEL.011-887-6355 FAX.011-887-6356
- 5 ワークサポート・プティパ
〒004-0873 札幌市清田区平岡3条1丁目2-5
TEL.011-887-5111 FAX.011-887-5112
- 6 グループホーム イエール福住
〒062-0035 札幌市豊平区西岡5条1丁目2-8 セントラルステート福住 内
TEL.011-827-7532 FAX.011-827-7531

- 7 ケアホーム イエール真栄
〒004-0836 札幌市清田区真栄6条1丁目1-1
TEL.011-885-6400 FAX.011-885-4000
- 8 サポート住宅 パティオ真栄(関連会社運営)
〒004-0836 札幌市清田区真栄6条1丁目1-1
TEL.011-885-0100 FAX.011-885-1800
- 9 高齢者支援複合施設 美しが丘テラス
〒004-0813 札幌市清田区美しが丘3条8丁目2-1
TEL.011-887-6311 FAX.011-887-6340
・サービス付き高齢者向け住宅
TEL.011-887-6311 FAX.011-887-6340
・訪問介護ステーション 美しが丘テラス
TEL.011-887-6830 FAX.011-887-6340
・デイサービスセンター 美しが丘テラス
TEL.011-887-6876 FAX.011-887-6340
・小規模多機能ホーム 美しが丘テラス
TEL.011-887-6781 FAX.011-887-6340



地域移行支援は、病院から地域へ住む場所を移動するだけではありません。地域でどういう時間を過ごし、どんな経験をしたのか、ご本人との面談の中で道筋を見つけて焦点を当

相談支援を振り返って

行し申請行為を手伝うことで不安の解消に努めました。更に病棟でのカンファレンスにも出席し、スタッフに最近の様子、服薬やケアの状況などを確認しました。「りっか」からも、もともとご本人は他人と関わることが非常に苦手だと話していて、アパートタイプのグループホームを提案していることなどを話しました。

退院後の生活イメージを、より現実味を帯びたものにするために、今後グループホームの見学や体験入居を行いながら退院を目指していきたいと考えています。



指定相談支援事業所 「相談室りっか」開設 ー 新しい時代から地域を支えるー

新元号「令和」に開設

令和元年5月1日、当法人2箇所目となる指定相談支援事業所「相談室りっか」が清田区真栄に開設されました。りっかⅡ六花は雪の異名。運営母体の「白雪」にちなんで名付けられました。当事業所の相談支援事業は、障害者総合支援法※に依拠し、札幌市から指定を受けています。特に「計画相談支援」は、一定の相談経験があり、且つ指定の研究を修了した「相談支援専門員」がケアマネジメント手法を使い、利用者の思いが叶う生活に向け「サービス等利用計画」を作成します。これは、国の障害福祉サービスの支給決定の根拠

となるもので、ご本人の希望を十分汲み取り、フォーマル、インフォーマルな地域資源等から必要な支援体制をご本人と一緒に作りまします。そのプランを利用して実際に生活をする中で、適宜ご本人やご家族、関係者と振り返り話し合いながら修正を加えていきます。

地域移行支援の現場から

開設から3か月が経ち、今は「地域移行支援」にも取り組んでいます。ある日、病院のソーシャルワーカーから「入院中の患者様(35歳男性統合失調症)で、長期入院となっております、住む場所を

含め福祉サービスの利用など支援環境を整えば退院ができると思われる方がいるので、地域生活に向けたプランの作成や具体的な取り組みを手助けして欲しい」と依頼がありました。主治医もケア付き住宅であれば退院は可能であると判断しているとのことでご本人の希望や心配事などを伺うために面談に向きました。ご本人からは、退院をして地域生活がしたいこと、生活費が心配なこと、ケア付き住宅のイメージが湧かないこと、創作活動がしたいことなどを聞き取ることができ、週1回の定期面談を行うことを約束しました。回を重ねる毎に、希望や不安についてより具体的に話せるようになりました。しかし、一方で問題や不安が具体的に became ためか精神症状が再燃し、地域生活への意欲が揺らぐ時期も見受けられました。不安に感じていることをひとつひとつ確認し、具体的な解決方法について話し合いました。また外出に同

献し、希望をつなぐこの相談支援事業を大切に育てていきたいと思えます。

※障害者総合支援法

「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律」の略称。障害がある方に対して総合的な支援を行うための基本理念、障害者保健福祉施策等を定めた法律。



相談支援専門員2名体制



建物は病院横の古民家を再利用

ケアプランセンター

〒004-0839 札幌市清田区真栄323

相談支援事業所 相談室りっか

TEL.011-802-6880 FAX.011-802-6881

居宅介護支援事業所 セラヴィ

TEL.011-887-6355 FAX.011-887-6356

障がい福祉サービスと高齢者の介護福祉サービスの相談・ケアマネジメントが一貫して提供できるよう5月より同じ事務所でスタートしました。



コラム 2

学術大会レポート

日本精神科医学会学術大会に参加

2

019年7月4日(木)～5日(金)の2日間で、第8回日本精神科医学会学術大会が札幌コンベンションセンターで開催されました。札幌での開催は9年ぶりとのこと、地元開催ということもあり、当院からも多数のスタッフが参加しました。この学会は年1回、全国の各地域持ち回りで開催され、全国の病院からたくさんの参加者が集まります。多様なテーマのシンポジウムや教育講演などが催され、参加者も約1500名を数えるなど、質・量ともに充実していました。演題発表ではポスター発表、スライド発表が行われ、当院からも看護師や作業療法士、精神保健福祉士、心理士、施設管理課など、それぞれの職種・部署における取り組みが数多く発表されました。

臨床心理室の演題は「思春期を対象にした生育歴アンケート導入の試みー発達障害の心理検査に伴う適切なアセスメントを目指してー」というタイトルで行いました。発表後には、フロアの方々からご意見やご質問をいただき、心理検査結果の妥当性と解釈の仕方等について活発な議論が行われました。日々の実践を振り返り、周りの方々からのフィードバックをいただくことは時間と労力を要する作業ではありますが、業務の改善や専門的な技術の向上につながるための貴重な機会であると実感しています。この度の学会参加で得た経験を踏まえて、患者様やその関係者の方々との関わりに活かしていきたいと思っております。



(臨床心理室 新井博達)



コラム 1

院内学術講演会レポート

平

松緑名誉教授による講演会が2019年6月4日(火)に行われました。国内の認知症患者の数は増加しており、平成28年版高齢社会白書によると2025年には約700万人(65歳以上の高齢者の5人に一人)と予測されています。現在、アルツハイマー病・レビー小体認知症患者に投与されている治療薬は認知症状の進行を緩やかにする作用はありますが、完治できる薬ではありません。平松先生は地域植物の抗酸化作用並びに脳保護作用についての研究や認知症予防の研究をされており、今回の講演では、山形県在住時に最上紅花を使用した実験についてのご講演をして頂きました。紅花の花弁を乾燥させたものはすでに漢方薬として高血圧予防や婦人病特有の血行障害に効果があるとされています。そこで最上紅花若菜に



「認知機能を高めるメカニズム」
「認知症モデルマウスを用いた実験から」
東北公益文科大学名誉教授 平松緑先生

注目し栄養や機能性等を調べ、モデルマウスを用いた実験を行い、その結果、アンチエイジング効果や学習習得試験の実験から学習効果が認められ、認知機能を高める海馬に様々な影響を及ぼしたことが実験結果より示唆されました。効果的に最上紅花若菜を摂取できるよう生産者と協力し、食品開発や地域活性化活動に積極的に取り組んでいることや、緑茶や魚、赤ワインなど、最上紅花若菜以外の食品においても認知症予防が期待されることを教えて頂きました。また、認知症発症前からの生活習慣や食生活など、バランスの良い日常生活を続けることの大切さも話され、講演内容について自分自身も取り組んでいきたいと感じました。
(1病棟 看護主任 林美穂)



平松 緑先生

プロフィール

東北公益文科大学名誉教授
西安交通大学客員教授
医学博士

コラム 3

事業所連携プロジェクト

いま、事業所連携PJが熱い



医

療法人五風会には、精神保健福祉士、社会福祉士等のソーシャルワーカー(SW)が、約40名前後在籍しています。病院クリニックをはじめ様々な地域の事業所があり、勤務先は多様で、以前は法人内SW間の連携が十分とは言えませんでした。そこで2013年より「事業所連携プロジェクト(PJ)」を立ち上げ、月に1回法人内SWが参加するミーティングを行っています。

第3水曜日15時30分から1時間、10～20名の参加者同士が意見交換や各部署からの情報発信、ケース検討、精神保健福祉に関するトピックスの学習など多彩な内容で行います。外部講師を招いた勉強会や、夜には任意の懇親会で交流を深めます。このPJを通して、各人が、どんなところで、どんなことをして、何に悩み、何にやりがいを感じているかを垣間見ることができ、SWとしての信念や理想に触れ、それを自身の実践に引きつけて考える研鑽の機会にもなります。そして何より「顔の見える連携」の大切さを実感するのです。

立ち上げから6年が経ちました。マンネリズムや参加者の固定化を防ぐため、現在各部署の新人SWがPJの管理・調整・企画・運営の全てを担っています。若手が協力しあい、会を盛り上げることで、中堅やベテランスタッフも触発されます。所属部署を越えた教育と連携の機会であるこのPJを私たちはこれからも大切にしていきたいです。
(地域連携支援室 室長 尾形多佳士)

あまった総菜でアレンジ 野菜たっぷり!かんたん酢鶏

酢豚の豚肉をザンギで代用した簡単アレンジ!スーパーやコンビニに売っているザンギを使い、旬の野菜や冷蔵庫にある余った野菜を入れて作りましょう。



作り方

- ソース④を計量します
- 野菜を全て一口大に切ります
- ②で切った野菜を耐熱容器に入れ、ラップをして電子レンジ500W~600Wで2分間温めます
- 温めたフライパンに①を入れてよく混ぜます
- ④のソースが煮立ってきたら、野菜とザンギを入れ、中火で炒めます
- 野菜とザンギにとろみのついたソースが全体的にからんだら完成

みゆうちゃんオススメ! あれみゆう レシピ!

材料(2人分)

- 【ソース】
- 酢 50cc
 - 砂糖 30g
 - 醤油 50cc
 - 酒 大さじ1/2
 - 水 25cc
 - 片栗粉 大さじ1/2
- ※酢や酒を黒酢、紹興酒にするとより一層風味が増します
- スーパーのザンギ 5~6個
- 【野菜:例】
- パプリカ赤・黄 各1/4個
 - しいたけ 5個
 - 玉ねぎ 1/4個
 - ブロッコリー 1/2

栄養

カロリー(1人分) 約375~420kcal

ワンポイントアドバイス

酸味が苦手な方は
お好みでソースの酢の量を
減らしましょう

レシピ提供

ワークサポート・プティパ
札幌市清田区平岡3条1丁目2-5
TEL:011-887-5111

サービス付き高齢者向け住宅 美しが丘テラス



平成26年10月に開設した高齢者支援複合施設「美しが丘テラス」は、今年で5周年を迎えます。サービス付き高齢者向け住宅と4つの介護事業所(デイサービス、小規模多機能ホーム、訪問介護、居宅介護支援)を併設。地域の資源も活用し「必要なケアを受けながら、いつまでも生き生きと暮らせる洗練された住まい」として、入居者様を日々応援してきました。

現在、高齢者住宅には、専従の相談員が2名、常勤看護師1名

併設する「カフェ・ベルコリーヌ」

くのことを学びました。時に厳しいご意見・ご要望をお聞きし、日々のマネジメント業務では頭を悩ますことも多く

があり、介護体制も朝と夜に手厚く配置し、日中は季節の行事や映画会など皆様で楽しめる行事を毎月行っています。併設介護事業所では、デイサービス、小規模多機能ホームが規模を拡大し、今年5月には、居宅介護支援事業所セラヴィが、美しが丘テラスからさっぽろ香雪病院横に立地するケアプランセンターへ移転しました。少しずつですが前進してきたと感じております。

開設時から従事していた私は、これまでに入居者の皆様から多

あります。体調を崩され入院し、そのまま退去となった方や、寂しいお別れも経験致しました。そのたびに振り返り反省点をさぐり、次に生かす。その積み重ねが今の美しが丘テラスの礎となつていきます。多忙な業務の中で、入居者様の笑顔に出会った瞬間、ほっと心がほぐれます。どんなことがあっても、「利用者様が主役であること」。この思いを全スタッフと共有し、人生の先輩として敬愛しながらこれからは心を込めてサポートさせていただきます。まだまだ至らないことばかりですが、5周年を節目に開設時の熱意に立ち返り、入居者様と一緒に理想の住まいを求めて参ります。ぜひ、一度ご見学にいらしてください。

サービス付き高齢者向け住宅
美しが丘テラス
管理者 原千佳子



サービス付き高齢者向け住宅
美しが丘テラス
〒004-0813
札幌市清田区美しが丘3条8丁目2-1
TEL.011-887-6311
FAX.011-887-6340

- 併設事業所
- ・訪問介護ステーション
 - ・デイサービスセンター
 - ・小規模多機能ホーム

おかげさまで5周年