

# かもめ便り

## 記事紹介

公開研修レポート	1面
看護実習紹介	2面
地域連携室だより	2面
薬局だより	3面
避難訓練	3面
Dr.'sエッセイ	4面

【発行・編集】社会福祉法人 小渦会 鳴門シーガル病院 理事長 鎌田啓三  
 徳島県鳴門市瀬戸町堂浦字阿波井57番地 TEL. 088-688-0011(代)

【ホームページ】 <http://k-seagull.jp/> シーガル病院

### シーガルニュース

### 公開研修レポート



10月9日(金)、講師にJCHO東京新宿メディカルセンターの精神科・心療内科/主任部長である大坪天平先生を、座長には今井メンタルクリニックより今井院長先生をお迎えし、公開研修会が開催されました。

MSD株式会社主催のもと小鳴門荘にて開かれ、当院の職員をはじめ多くの方が来場されました。参加者は、メモを取るなどして熱心に大坪先生の講演に耳を傾けていました。

内容は「うつ病の適切な治療を目指して」と題し、医療従事者としての意識の問題から処方薬の専門的な分析まで、途中ユーモアも織り交ぜつつ細かくお話し下さいました。参加者の年齢や職種は様々でしたが、それぞれ日々の業務の中でもう一度振り返るべき点や課題が見つかったのではないのでしょうか。

「日頃感じていること」として、患者さんにとって何が本当にいいのか、と日々思い返されるというお話は、同じく精神医療の現場で働く職員

には身の引き締まる思いで、強く印象に残ると共にその先生の絶えず疑問を絶やさない姿勢に感銘を受けました。

予定していた時間を超える熱のこもった講演に、聴講者からも質疑応答が続きました。時間の少ない中、ひとつひとつの質問にも丁寧にお答えいただき、大盛況のうちに研修会を終える事が出来ました。

10月から11月に渡り当院にて四国大学の看護実習が行われました。約2週間ずつ、複数の班に分かれて交代で参加されていました。今回は10月20日から実習に臨まれていた3名の方にお話を伺う事が出来ました。

今年の実習生の皆さんは



例年以上に活気に溢れ、かつ記録や看護計画等のデスクワークも入念に取り組む優秀な学年である、と語ってくれたのは引率の橋本先生。そのお話の通り、インタビューにも明るく答えて下さいました。

今回が初めての精神科実習とすることで、身体的な疾患とは違って原因や反応が抽象的なため、ケアや目標の設定などで悩まれた様子。しかし受け持ち患者さんとのコミュニケーションが図れてくると、精神科に対して漠然と持っていた不安も和らぎ、実習前に持っていたよりもずっと良いイメージが変わった



そうです。

実習に慣れてきた後も、患者さん毎の個別性にしっかり目を向けることを心掛けられ、いつまでもこの初心を忘れずケアに臨みたい、と決意を語ってくれました。先生からも、内面をしっかりと見つめて看護を、との言葉を頂きました。

いつか、同じ医療の現場で活躍されている皆さんにお会いできるのを、楽しみにしています。

## 部署だより

## 地域連携室だより



### 地域連携室 だより

#### 無料低額診療事業

前回のかもめ便りでは

- ①当院では「無料低額診療事業」を行っている。
- ②この事業では医療費等の自己負担が全部、もしくは一部が減免される。
- ③経済的に困窮されている方が対象となる。

以上の点についてご紹介させて頂きました。

今回は無料低額診療事業によって減額、もしくは免除される費用の対象にどのようなものが該当するのかをご紹介したいと思います。

上記の説明では、減免さ

れるのが「医療費等」と記載していますが、無料低額診療事業で減免される対象となるのは医療費の自己負担金だけではなく、その他にも幅広い範囲のものが含まれます。大まかにどのようなものが減免対象になるのか、当院の内規から抜粋すると

- ・診療費自己負担金
- ・入院における差額ベッド料
- ・健康保険適用外の検査等の費用
- ・患者移送に要する費用
- ・日用品の支給または貸与並びに衛生に要する費用
- ・その他

以上となります。

つまり医療費だけではなく保険適応されていないが治療に必要な検査費用、他科受診などの際に必要なタクシー代などの移送費、入院生活で使うタオルや歯ブ

ラシなどの日用品費、洗濯代なども無料低額診療事業で減免の対象となるのです。

「他科受診に行くための交通費がない」とか「日用品を購入する費用を捻出すると家計が逼迫する。」などの場合でも、この無料低額診療事業の減免が適用されます。ですので、医療費だけではなく入院治療を行う中で発生する生活面の経費についても心配を減らし、安心して療養をしていただくことができます。

ただ、例外的に無料低額診療事業の対象外となるものも御座いますので、より詳しいご質問、ご相談等があれば地域連携室の精神保健福祉士（PSW）まで「無料低額診療事業について聞きたいことがある」とお気軽にご連絡下さい。

## 部署だより

## 薬局だより

## 薬局だより

## 「予防接種」

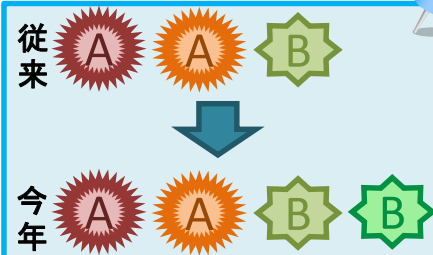
インフルエンザの予防接種は、もうお済みでしょうか。厚生労働省のインフルエンザの発生報告では10月中旬ごろから報告数が増加しており、少しずつ学級閉鎖も増えてきています。当院でも多くの方が予防接種を済ませ、また来院される方にも感染予防のため、手指消毒およびマスクの着用にご協力いただいています。

さて、そのインフルエンザの予防接種のワクチンが、今年から少し変わっていることをご

存知でしょうか。インフルエンザウイルスには様々な種類があり、その年に流行する種類を予測してインフルエンザワクチンは作られています。

いままでのインフルエンザワクチンは、A型の中から2種類、B型の中から1種類のインフルエンザウイルスに対して有効なワクチンが含まれており、合計3種類のワクチンが入った「3価ワクチン」と呼ばれるものでした。今年からはB型の中からもう1種類のワクチンが加わり、合計4種類のワクチンが入った「4価ワクチン」に変わっています。

これは、以前のB型インフルエンザの流行は山形系統とビクトリア系統とよばれる2種類のうちのどちらか一方のウイルスが原因と



なるものですが、近年はこの2種のウイルスの両方が流行する混合流行が続いているためです。4価ワクチンになることで、どちらのウイルスが流行したとしても予防効果が期待できると考えられています。

ただし、予防接種はあくまで「予防」のひとつですので、手洗いやうがい、マスクの着用など、普段からできることと組み合わせ、インフルエンザに備えるようにしましょう。

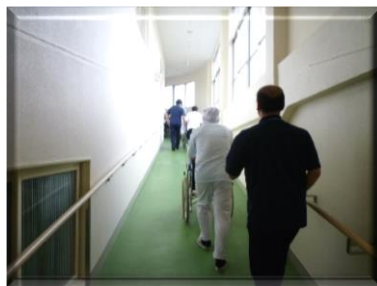
## シーガルニュース

## 避難訓練 / 炊き出し訓練



9月16日、地震と津波を想定した避難訓練を行いました。火災時とは異なる避難経路の移動や、発災放送後のシェイクアウト訓練など、ケースに合わせた適切な避難行動をとるには普段の訓練がいかに重要か痛感しました。

また、避難完了後の状況も想定した炊き出し訓練や、災害時用の備蓄品の確認も行いました。水やお湯を注ぐだけで出来上がるアルファ米は、手軽で非常に有用な非常食でした。



備蓄品のラベリング方法等、改善点も多く見つかりました。今後も定期的に訓練を続け、行動計画やマニュアルの整理など、ブラッシュアップをさらに重ねていきたいと思えます。





山に登るようになり1年が過ぎました。体力の衰えを感じ始めたことがきっかけです。初めのうちは家から近い「大麻山」に繰り返し登っていました。標高538mの山頂を目指し、タイムを短縮することに喜びを感じ、いつの間にか何度も何度も走るように登る日が続いていました。ところがそのうち、同じ山にスピード勝負で登ることだけを目標にしているのは何か違うように感じ始めました。

それならば違う山にも登ってみようと思い、『徳島県の山』という本を手に入れた。近くの山から順に登ることにしました。2000m級の高さの山でも、それほど高くはない山でも、それぞれの魅力があります。山ごとに、他の山とは違う空気や、土や木の感触、色や音を感じることができました。

上りはきつく苦しくても、山の自然が創り出してくれるさわやかな空気を胸いっぱい

に吸い込み、鳥のはばたく音や虫の声に励まされ、時々顔を照らしてくれるやわらかな木漏れ日に導かれて山頂にたどり着きます。山頂では、標高表示の杭に触れることで到達したという実感がわきます。下りは転ばないように気をつけ、道端の草花や木の葉などで季節の移り変わりを感じながら、ゆっくり足を運びます。里に近づき人の声や車の音が聞こえてくると、なんともいえない懐かしさを感じ、気持ちも温かくなって山を振り返り、自然と心の中で《ありがとうございました》とつぶやくようになります。

山に登るようになり初めて知ったことも、たくさんありました。先に述べたこと以外にも、例えば、山を下る人が上ってくる人に道を譲るというルールがあること、地面に出ている木の根っこはできるだけ踏まないようにすることなどです。また、すれ違う時は笑顔で挨拶をしますが、知らない人同士でも一瞬とても

近い存在に感じる事ができて、すがすがしく幸せな気持ちになります。これは街では体験できないような感覚です。

歩きながら心配事などいろいろ考えることもあります。夢中で山に登っているうちに《何とかかなかな》と思えるようになり、気持ちがとても楽になるような気がします。体力づくりを目的に始めた山登りですが、実は、心の健康の方により役立っているように思えるようになりました。

日本で百名山と呼ばれている山のうち、今までに登ったことがあるのは「剣山」だけですが、これからはそのような名峰に登ることに挑戦し、いつかはあの「富士山」の山頂の空気も吸ってみたいと思っています。同時に、近くにあってもまだ登っていない山も多く、それらの山のこともっと知るつもりです。

医師 西殿祥博

## 【編集後記】

今年も残すところ一ヶ月を切り、あと僅かとなりました。皆さま、よい年越しを迎えられることを、祈っております。

次号(『かもめ便り』第12号)は、2016年2月に発行の予定です。

編集担当 内藤

社会福祉法人 小滴会URL



## 鳴門シーガル病院 交通案内

● JR鳴門駅から「北泊・堂浦行」徳島バスで堂浦(どうのうら)下車(所要時間20分)

● 直営渡船利用 (所要時間2分)

◎ 渡船(無料) 運航時間

午前7時30分から午後5時15分まで

定時運航(10分~30分間隔)しています。

TEL088-688-0011(代)

