

社会医療法人松平病院 広報誌 アンダンテ

No. 55
2019.5



最高の花見日和でした！（三八城公園）

- 花見遠足・・・P2
- 記念植樹／生活技能訓練（SST）とは？／家族教室のご案内・・・P3
- デイケアだより・・・P4・P5
- ヤフーにランチ提供しています ■ベル・エポックでの生活と仕事・・・P6
- キッチンカー販売／ドリップバッグコーヒーはじめました／茶居花市のご案内・P7

市内観光バスツアーの一日

4月24日（水）、松平病院年中行事として今年は観光バスを利用して、満開の桜を見ながら市内観光ツアーを行いました。

花を楽しむだけでなく、意外と見過ごしている建物や風景の変化に多くの驚きがあった遠足となりました。各所を見て回りながら「昔、ここはこうだった」等、昔を懐かしむ声も聞かれていました。



久しぶりに八戸市内をぐるりと回って、色々な所を見て楽しかったです。美味しいお弁当をみなさんと食べて、嬉しい食事会になりました。たくさんの桜の花は、とっても清々しい気持ちになりました。 **(S・Kさん 女性)**



天気は曇りでしたが、花も丁度見頃でとても綺麗でした。公会堂で昼食を摂り、休憩してから三八城公園を散歩しました。とても楽しい一日でした。 **(M・Oさん 女性)**



毎年楽しみにしているお弁当は病院栄養課で作って頂いています。今回は、桜をイメージしたシューマイやデザートも付いて、目でも楽しめました。

蕪嶋神社にはウミネコがたくさん！
みなさん急ぎ足で移動していました。



バスの窓から桜が見える度、歓喜の声が上がり皆さん楽しんでいる様子でした。また、『八戸をもっと知ろう！』と題してクイズラリーも行いました。

病院のスタッフがバスガイドを行い、案内の中からクイズが出題されるとあって、皆さん街の風景を見ながら案内にもしっかり耳を傾けてくれていました。いつもと一味違った観光バスツアーを大いに楽しみました。



記念植樹

5月17日(金)、新しい元号を迎えた記念に病院の入り口に記念植樹を行いました。当日は晴天の中、北條院長がヤマザクラを植樹しました。

この桜の木とともに、これからも法人全体が大きく成長していければと思います。



生活技能訓練 (SST)とは？

こんなことはありませんか？

「本当は誘いを断りたいけど、上手く断れない…」、「わからないときに教えてほしいって言えない…」、「素直にありがとうっていいたい」「友達をランチに誘いたい」など……

患者さんの中には、ちょっとした出来事がストレスとなりやすかったり、情報を取り入れて理解し、それに対して反応するために必要な機能（認知機能）が何らかの理由で上手く働かないことがある方がいます。その結果、人との関わりでつまずきを感じてしまうということが多くあります。そんな時には生活技能訓練（Social Skills Training）を取り入れてみてはどうでしょうか。SSTでは普段の生活での問題場面を課題にし、それを解決しながらより良い生活を送るために必要なスキルを身につける練習をしていきます。病棟では2グループに分かれて週1回ずつ、デイケアでも月2回程度実施しています。



家族教室のご案内

今年度の松平病院家族教室のプログラムが決まりました。以下の通りになります。参加は通年参加できる方をお願いしていますが、年度途中でも興味のある方は是非病院の方までご連絡ください。

- 5月 就労支援について（ベル・エポック所長）
- 7月 こころと脳（北條院長）
- 9月 健康的な食生活について（管理栄養士）
- 11月 お薬について（薬剤師）
- 1月 親亡き後に備える（精神保健福祉士）
- 3月 納め会

毎回上記の情報提供の他に参加者同士の語り合いがあります。

※土曜日 13:30～16:00 実施

デイケアだより

春祭り発表（三味線演奏・合唱）

5月11日（土）の春祭りでの三味線演奏・合唱発表を目指して、参加メンバーで練習を行っていました。中には今年初めて三味線演奏を披露するメンバーさんもいます。今回は三味線の演奏に合わせて「りんご節」の合唱を披露するため、三味線の練習と並行して合唱の練習も行ってきました。

4月からは体育館で三味線、太鼓、鐘、唄のパートに分かれた練習や合唱と演奏に合わせた練習をしてきました。初めて人前で発表をするメンバーもいますが、皆で協力をして準備を進めてきました。

春祭り本番では緊張しながらも、皆で息を合わせて発表をしました。発表を見ていたメンバーからは「とても良かった」と褒められていました。



↑演奏の間の紹介のアナウンスも練習をしています。当日参加できない方の演奏は動画で紹介します。



↑生演奏に合わせて合唱の練習をしている様子です。初めての発表に緊張感があります。



↑春祭り本番の様子です。緊張しながらも練習の成果を披露しました。

お花見ドライブ外出

4月25日（木）、八戸公園へ花見散策に出かける予定でしたが、当日はあいにくの雨模様でした。予定を変更して、お花見ドライブにメンバー15名で出掛けました。今年は少し早めに桜が開花して、当日はきれいに咲き揃っていました。雨に打たれて少し花が散っていましたが、メンバーさん同士で「きれいだね」「すごいね」と会話をしながら新井田川沿いをドライブしました。



健康増進プログラム3周年イベント

デイケアで行っている健康増進プログラムが3周年を迎え参加メンバーで記念のイベントを行いました。カーリングのゲームや健康に関するクイズを行い、今までプログラム内で学んだことやメンバーが調べて発表してくれたことをもとに出題されました。難しいものもありましたが、ほとんど間違えずに答えていました。最後は代表2名の方に3年間を振り返って感想を発表してもらいました。他メンバーと協力をしながらいろいろなイベントを行ってきた思い出を振り返り、楽しい時間を過ごすことができました。



↑参加メンバーで役割分担をして、イベントの内容を考えたり会場準備を行いました。



↑レクのカーリングの進行も担当のメンバーが行い、皆で盛り上がりました。

新元号を迎えて

4月1日に新元号が発表されました。当日は朝からは「何になるかな」と皆で楽しみにしていました。テレビで新元号が発表されるとホール内に歓声が上がりました。

翌日にはメンバーのSさんが「令和」の書を書いてホール内に貼っていました。せっかくなので、額に入れてホールに飾らせてもらっています。

馴染みのある「平成」が終わり少し寂しい感じもしますが、これからも皆で元気に過ごせるといいなあと思います。



ベル・エポックだより

ヤフーにランチ提供しています

ヤフー株式会社八戸センター（本社：東京都）からランチメニューの提供について依頼があり、本年4月から週2回、野菜たっぷりの惣菜や汁物メニューを出張提供しています。

メニューについては当法人の管理栄養士や調理師が考案し、野菜をおいしくたくさん食べられるようにと工夫しています。

今回のランチ施策はヤフー株式会社が従業員の健康意識の向上を目的とした社内プロジェクトとして、4月から全国の各拠点にて実施しているそうです。八戸センターでは1日に80食～100食の料理を提供させて頂いております。今回の取り組みを通して従業員の皆様の健康意識向上に少しでもお役に立つことができると考えております。



メンバー・スタッフで協力をして接客をしています（写真左）。ランチメニューの提供だけではなく、ベル・エポック特製ドレッシングなどの商品の販売もしています（写真右）。

ベル・エポックでの生活と仕事

今回は松平病院を退院しグループホーム「ベル・エポック」に入居して2年、今年からまた新たな挑戦をしているYさん（男性）に今の生活についてお話をしてもらいました。

Q:ベル・エポックでの生活について教えてください。

A:入居して丁度2年になりました。今までの2年間はデイケア利用を中心に生活していました。デイケアでは将棋・パソコン・カラオケをして過ごし充実していました。デイケア参加を続けることで生活のリズムも整ったので、今年からは念願だったベル・エポックでのクリーニング作業を始めました。不慣れではありますが、スタッフや他の利用者さんに聞きながら作業を覚えているところです。なんでもっと早く作業を始めなかったんだろう!?!と思えるほど作業も楽しく、もらった工賃で好きなCDを買うことも嬉しくて、モチベーションが上がっています。

Q:楽しみやこれからの目標を教えてください。

A:週2回の休日は音楽を聴いたり、自転車で出かけてウィンドウショッピングをしたりと楽しく過ごしています。このまま安定した生活を送り、将来は一人暮らしをしたいと思っています。ほかの障害を持っている人も障害に負けず自立できるんだと自信を持ってもらえるよう頑張りたいと思います。

キッチンカー販売

ヴァンラーレ八戸のホーム、ダイハツスタジアムの試合会場に今年もキッチンカーが出動します。ベル・エポック特製のお弁当や温かい汁物、茶居花のパンやお菓子、工房自慢のそばいなりや淹れたてのコーヒーなど、種類豊富な商品を販売しています。

ヴァンラーレ八戸のホーム戦での販売は継続参加を予定していますので、ぜひお越しください。



珈琲館からのお知らせ

ドリップバッグコーヒーはじめました

工房茶居花珈琲館では、4月27日からドリップバッグコーヒーの販売を始めました。専用の器具をお持ちでない方も、本格的なコーヒーを手軽に楽しむことができます。1個110円(税込)。10個まとめて購入された場合は1,000円とお得です。ラッピングも承っておりますので贈答用などにいかがでしょうか。焼き菓子とのギフトセットはカフェレストラン茶居花で販売しています。

3月1日より営業時間が変更となりました。

変更前→10:00~18:00

変更後→10:00~17:30

(ラストオーダー17:00)

皆さまのご来店をお待ちしております。



Memo

次回の茶居花市は6月16日(日)に開催します

次回の茶居花市は6月16日(日)に開催予定です。

桜田マコトさんのライブ演奏・北里三源色さんのよさこい演舞・八戸東高等学校書道部さんのパフォーマンスなどのいろいろなイベントを予定しています。是非、お越しください。

カフェレストラン茶居花

休業日：毎週木曜日 営業時間：10:00～19:00（ラストオーダー18:20）



5月1日(水) ▶ 6月30日(日)

パスタフェア



Pasta

小海老とアサリの
クリームパスタ



Pasta

渡り蟹の
トマトパスタ

セット 内容

- ミニオードブル
- 本日のポタージュスープ
- ミニサラダ
- デザート
(人參とオレンジのジュレ)
- ドリンク

¥1,600(税込)



ドリンク
ランチ用ドリンクから
お選びいただけます。



ポタージュスープ
(白濁わり)



ミニサラダ



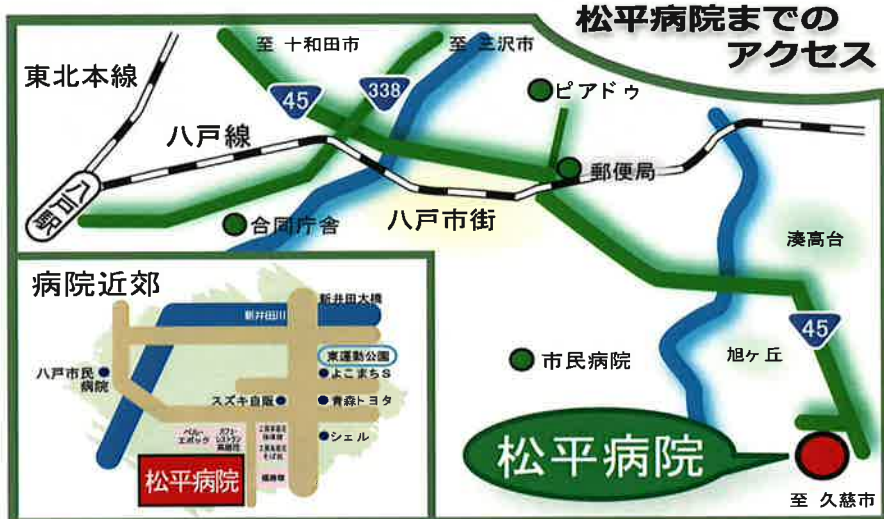
デザート

工房茶居花のセラピー犬たちの

わんぱく通信



小さかった子犬(写真上)が、こんなに大きく成長しました(写真下、右側)。元気いっぱいです！柴とビーグルのミックスうめ2歳。ゴールデンレトリバーのいちこ1歳。



八戸駅から八戸市営バス旭ヶ丘営業所まで(旭ヶ丘営業所行き)約35分
(料金300円)

八戸市営バス旭ヶ丘営業所から出口平バス停まで(工業大学行き)約5分
(料金150円)

〒031-0813

青森県八戸市大字新井田字出口平17

社会医療法人 松平病院

電話 0178-25-3217

発行元 社会医療法人 松平病院

発行責任者 北條 敬

編集責任者 横田 浩

編集委員 前田 優子

高橋 千恵子

田中 泰子

高橋 加奈子

佐藤 美佐緒

西垣 梨佳

桜田 はつみ

齋藤 幸子

長谷部 幸恵

アンダンテ 第55号

発行日 2019年5月31日