

心のひろば

第411号 二〇一八年六月一日
 発行 于野山岡山市中区浜四七二
 林友の会
 電話 〇八五二七二八八(代)
 〇八五二七二九五七(代)
 発行責任者 石田 正也
 紙代一部50円(郵送料15円)

2018年定期総会開催 安心して暮らせるまちづくりをめざして



▲石田会長あいさつ



「林病院と吉田病院」
 永松 孝志 先生
(社会医療法人平和会理事長)

5月19日(土)、林病院ひまわりホールで林友の会発足40周年の記念総会となる「2018年定期総会」を開催し、約60名の参加がありました。

第1部では、石田会長のあいさつの後、林財団吉村専務理事、林潤岡山市議会議員、障害者の生活と権利を守る岡山県連絡会吉田会長から来賓あいさつをいただきました。続いて議事に入り、第1号議案「2017年度の活動のまとめ」、第2号議案「2017年度会計報告」と「2017年度会計監査報告」、第3号議案「2018年度活動方針」、第4号議案「2018年度予算」、第5号議案

- 2018年度役員
- 会長 石田 正也
 - 副会長 荒木 潤子
 - 事務局長 宇野 武夫
 - 事務局次長 平井 昭夫
 - 常任幹事 頭師 裕貴
 - 岩崎ゆう子 黒瀬 健弘
 - 高橋 陽子 柚木 康子
 - 河本 悟 安岡満利子(新)
 - 幹事 榎本 宏枝 遠藤 晃市
 - 景山富久子 加戸 英正
 - 木口 盛雄 國府 睦子
 - 多田 美佳(新) 中島 純男

「2018年度役員の選出」についての提案がありました。参加者からの質疑応答を挟んでの議案の採択では、すべての議案が拍手で承認されました。その後、退任される役員と新役員からのあいさつがあり、第1部の定期総会は終了しました。

休憩後、第2部の記念講演では、社会医療法人平和会の永松孝志理事長より「林病院と吉田病院」と題した講演がありました。永

- 退任役員
- 萩原早百合幹事
 - 赤澤 清子幹事
 - 池橋 陽子幹事
- 顧問
- 水落 理 武田 英夫
 - 家野 茉莉
 - 今岡 清廣 榎 崇行
 - 吉村 洋 星 昌子
 - 佐藤 修 加嶋 夏代
 - 鷺尾 裕 吉野 一正
 - 松本ちどり 早瀬 文香
 - 林 潤 野上 千裕
 - 南雲千代子 中山 芳樹
 - 中島 守明 野上 千裕

松先生からは、約30年前に林病院で研修していた当時の様子や、その後、帰任した奈良市の吉田病院ことな

松先生からは、約30年前に林病院で研修していた当時の様子や、その後、帰任した奈良市の吉田病院ことな



▲講師の永松先生

幹事会報告

★第1回幹事会(5月19日)

- 2018年度の幹事会開催日程を確認しました。
- 林財団との定期協議会の開催と出席役員を確認しました。
- 精神医療の改善署名の集約状況の報告があり、今後のとりくみを確認しました。
- 共同組織活動交流集会、市民公開講座、RUN伴など、今後のとりくみの紹介がありました。

当事者交流会 ゆとりの会

病気、人間関係、将来のことなど、当事者同士で交流しています。事前の申込等は必要ありません。お気軽にご参加ください。

日時：6月15日(金) 15時～16時半
 場所：林友の会事務所
 参加費：100円 (お茶菓子代)

家族交流会 あじさいの会

心の病気をもつ方のご家族であれば利用している医療機関を問わずどなたでも参加していただけます。初めての方もお気軽にどうぞ。

日時：6月21日(木) 14時半～16時半
 場所：林友の会事務所
 参加費：100円 (お茶菓子代)

当事者研究

自分の病気や生きづらさについて参加者と一緒に考えます。どなたでもご参加ください。

日時：6月16日(土) 13時～16時
 場所：林病院ひまわりホール
 当事者研究紹介13時～、当事者研究14時～
 コーディネーター：長崎 和則 先生
 参加費：100円

こだま

▼何年も前の事で、時々思い出しては胸が痛む事があります。それは、姪っ子の連れ合いの自死でした。愛する妻子が居たのに、です。彼が医療につながっている等、私の耳にも届いていて、なんとなく胸騒ぎはしたのに、当時我家でもあつた事がある事があった、私は動けなかったのです。

▼否、私は動かなかったのです。「今日は忙しいから明日にしよう」と思って、「あの日動いていたら?」「たえ、私が何かして、何がどうなったか?」等々悔み続けました。

▼実は、今日も夫の昔話の中に彼が出てきました。「あんな、ええ奴は居らんのだのになあ」と。

▼私は、義母の認知症に長くお付き合いしたおかげで「認知症の人と家族の会」とのご縁をいただきました。岡山県支部立ち上げの頃には、林病院関係の方々も多くのお力添えを戴いたものです。とりわけお世話になった清水谷さんにも、もう会えない。残念です。

▼この会は七月で二十年になります。私は特に、当事者や家族の相談に力を入れてきたつもりです。一人ひとりの相談に、あの様な悔いを残さない為に。

▼昨年度から「林友の会」の幹事会の末席に、私はほっとも解らないままに参加させていだいておりました。よろしくお願ひ致します。

(景山富久子)

外来・街頭宣伝で 精神医療の現状を訴える

「精神保健医療福祉の改善を求める国会請願署名」の宣伝行動を、けやき外来とひだまり外来で行いました。外来での署名活動はあまり賑やかにはできませんので、チラシを作ってお一人ずつ説明をしながら署名の協力を依頼すると、快く応じていただけました。外来におられた会員さんからは、「もう少し署名用紙を送って欲しかった。近所の方にも頼めるからね。」と嬉しい声をかけていただきました。また、5月1日にはメーデー会場の石山公園でも、新入職員を中心に宣伝行動を行いました。署名に関しては気軽に協力して下さいましたが、諸外国と



▲新入職員を中心に元気よくアピール

林友の会では、林病院で園芸ボランティアを年に数回実施しています。5月17日には7名が集まりました。ガーデンニングに詳しいTさんを中心にレイアウトを考えます。まず、林病院北棟東側の花壇は、茂っていたシロタエギクを刈り込み、隣にコリウスを植えて葉っぱを楽しむ花壇にしました。次に、けやき外来の花壇は、植えてあった花を抜き、マリーゴールド、ジニア、センニチコウ、ブルーサルビア、ポーチユラカを植え、夏花壇に様変わりしました。余ったジニアは、北棟と中棟の間にある花壇に植えました。そこに

園芸ボランティア

夏花壇に様変わり

は紫陽花やアサガオも植えています。これから夏にかけて開花が楽しみです。林病院に来られた際には、ぜひ花壇もご覧ください。
(事務局 真田昌子)



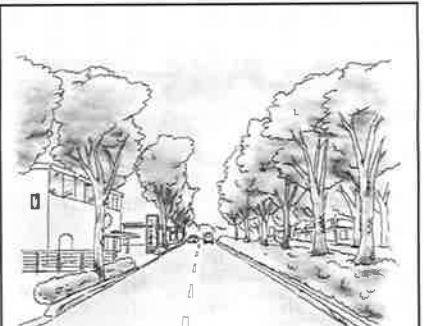
▲おしゃべりしながら楽しく作業



▲メーデー会場での署名活動

比べても遅れている日本の精神医療については知らない方も多いという印象でした。まだまだ私たちが旺盛に宣伝をしていく必要性を感じました。様々な場所で、少しでも多くの人が署名活動に参加することで、コソコソと署名は積み上がっていきます。今までに、

外来署名は6回、街頭署名が1回、延べ35人の職員と会員さんが参加しています。5月24日現在の署名の到達は2765筆です。目標の3000筆まであと一息となりました。
(常任幹事 安岡満利子)



つばさ薬局

笑顔を大切にする薬局です

どの病院の処方箋も受付致します

【営業時間】

月水木金 9:00~17:30

火曜 9:00~17:00

土曜 9:00~13:00

日・祝日 休み

【電話】

086-272-2710

【処方箋受付FAX】

086-272-2713

〒703-8256 岡山市中区浜 621-1

つばさ薬局

検索

ルーツ 憲法9条、いまこそ守るとき

国民の声を無視した安保関連法の強行採決。廃止めざしてひきつづき想いを共有しましょう。

ある研修会で「戦争」の反対語って何か知っていますか。秋葉英則先生から問

いかけがありました。先生は「福祉なんだよ」と教えてくれました。

(林病院 総看護師長 佐藤修)

栄養科からおとどけ!

食の豆知識



じめじめと湿気の多い季節になりました。この時期になると注意しなければならぬのが食中毒です。細菌の多くは湿気を好むため、気温が高くなり始め、湿度も高くなる梅雨時に、食中毒が増え始めます。ま

た、家庭で発生することも珍しくありません。食中毒とは食べ物を介して体に入った病原微生物や有害物質により引き起こされる病気です。味、においなど外見的变化では、わからない場合があるので日頃から予防に努めましょう。

【食中毒予防の3原則】といふものがあります。

- ① 菌をつけない
- ② 菌を増やさない
- ③ 菌をやっつける

そこで日頃から気をつける事をいくつか紹介します。

- ① 賞味期限・消費期限のあるものは、よく確かめて買いましょう。
- ② 調理前は必ず石鹸で丁寧

- ③ 生ものは控え、十分加熱して、食べるようにしましょう。
- ④ 食事の前には必ず石鹸で手を洗いましょう。
- ⑤ 食事の後、残った物は冷蔵庫に保管し、早めに食べましょう
- ⑥ 一度開封したものは、表示されている期限にかかわらず早めに食べるようにしましょう。また、保管方法は、記載されている方法で必ず保管しましょう。

これらの予防を行い、食中毒の発生しやすい夏場を乗り切りましょう。
(管理栄養士 岡部舞)

戦争をする国は福祉が疎かになる。と言われいくつかの国を例に挙げて話をされました。翌日、助言者として参加した沖繩ジャンボリーでこの話を若い職員に話しました。それからあちこちで話しました。私たちが必要としている事は戦いに出ていく国ではなく、安心して暮らせる国なのです。そのために憲法9条が大切なんです。

新緑に癒される

デイケアドライブレク

林病院

5月16日にデイケアでは栄養科の特製手作り弁当を持参し玉野市の深山公園に利用者15名、職員4名の総勢19名で出掛けました。深山公園は玉野市のほぼ中央に位置する広大な公園で、園内には、道の駅、イギリス庭園、ミニパターゴルフ場、ドッグラン等；多くの施設があります。また、県内有数のサクラの名所としても知られています。当日は身体に優しい曇り空となり、絶好のドライブ日和でした。移動中の車内では、サービス精神旺盛な運転手さんと共に、市街地から田

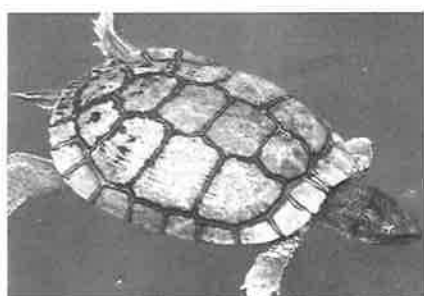


▲新緑の空間で美味しい空気と美味しいお弁当

園風景へと変わる景色を楽しみました。到着すると、マイナスイオン充滿の新緑の世界です。思わず大きく深呼吸する人や、ありがと〜と森林浴セラピー癒される〜と大声でバンザイされる人が。癒しの空間を過ごしながら一番の楽しみである特製手作り弁当を頬張ります。その時です！虫の大群から予想外の大歓迎を受け、手で払いながらのランチタイムとなりました。これも大自然空間ならではの受け止めながら、無防備だった虫よけ対策を悔やみましたが、お弁当の美味しさで皆は笑顔に。あちらこちらから「うまい」「おいしい」の声。食後は周辺散策へ。園内の赤松池では、人慣れたコイやカメの出迎えに癒され、アヤメ、シヤクヤク、アジサイ、ワラビ等の植物を観察。時折、ネコも顔を出しにやってきました。次に、道の駅に移動し、お土産



▲リクエスト通りの栄養科特製お弁当！



▲癒しのカメさん登場！

品の購入や、デザートでの舌鼓等で残りの時間を楽しみました。参加者全員、グリーン効果で心がほっとしたり、スッキリした事と思えます。何よりも栄養科の美味しいお弁当があったお陰です。栄養科の皆さまありがとうございました。利用者さんの感想を一部ご紹介いたします。自然にふれあえた。お弁当が豪華で本当に美味しかった。久々に遠足気分が味わえた。新緑気持ちいい、カメやコイが寄ってきて可愛かった。最後に、これから森林浴に出掛ける方は虫よけ対策が必要です。(林病院 デイケア 介護福祉士 力石勝輝)

新任医師紹介

田中 貞和先生



2018年4月から、入職しました田中です。宜しくお願いします。2002年卒で、川崎医科大学病院精神科で初期研修。その後は、兵庫県立光風病院と千葉県精神科医療センターで、精神科救急・急性期医療を、2010年から、岡山県精神科医療センターで司法精神医療、重度慢性を中心に従事してきました。現在は、当院週4で、週1は総合病院でリエゾンと精

神科外来もしています。病棟は、約10年ぶりの急性期病棟担当ですが、諸先生方、中2スタッフに助けて頂きながら、何とかテイクオフできたような気がします。産業精神医学分野として、EAPもお手伝いさせてもらう予定です。この10年で、精神科医療の急性期化、増加し続ける精神科へのニーズ、ASDや抗NMDA受容体脳炎など新たな疾患概念の出現と診断技術の進歩、高齢者医療、治療水準の均てん化、クロザピンなど、入院・外来に限らず、医療者側のストレスは年々高まっているのを実感していますが、個人的には、今、一番のストレスは紙媒体なので、一日でも早く電子カルテになってくれることを願って止みません。

矢守 誉史先生



平成29年5月より非常勤医師として、平成30年4月からは常勤として勤務させていただいております。出身は倉敷ですが、大阪、香川、広島など転々として過ごしてきました。瀬戸内の気候が身になじんでいます。大学を卒業した後は、初期研修2年、大学病院勤務1年、総合病院精神科勤

務3年、単科精神科病院勤務6年を経てひだまりでの勤務に至っております。医師としては14年目になります。いずれの病院でも御高齢の方を担当する機会がありました。これだけ多くの御高齢の方を診る機会が初めてのことです。終末期のケアにあたることもあるかと思えます。ひだまりでの勤務は2年目となりますが、初心を忘れず襟を正して診療にあたらせていただく所存です。いろいろなところでご迷惑をおかけするかと思いますが、どうかよろしくお願いいたします。

全体家族会で ご家族が元気に

ひだまりの里病院



▲お話にくらげられる方、涙される方もいらっしゃいました

今年の春の全体家族会には、「どのように乗り越えてきたか？家族の悩みや葛藤」と題して、林友の会幹事で認知症の人と家族の会副代表でもある景山富久子様にお話しいただきました。

「診断のついていない初期の本人とのコミュニケーションのちぐはぐがあつた」という感想をお寄せいただきました。当院では開院以来、ご家族を支える家族会の活動に力を入れています。今後ともご家族が元気になれるような家族会にしていきたいと思えます。(岡山ひだまりの里病院 精神保健福祉士 山川ちづる)

ソワニエ看護専門学校 2018年度 オープンキャンパス

学生が中心となり企画・運営するオープンキャンパスを7月・8月に行います。授業や実習、国家試験勉強のことなど在校生から直接聞け、疑問がその場で解決できるのが特徴です。皆さんの身近にいらっしゃる看護師志望の方、興味がある方にオープンキャンパスへの参加をお勧めください。

日時 7月21日(土)/8月18日(土)

両日とも9時開始(受け付けは9時まで)

場所 ソワニエ看護専門学校



【お問合せ】(公財)林精神医学研究所ソワニエ看護専門学校
電話:086-274-6455

ソワニエ看護専門学校からのお知らせ

国家試験全員合格

2018年3月に卒業した21期生が看護師国家試験に全員合格しました。4月からは看護師としてそれぞれの就職先で頑張っています。引き続きのご指導ご支援の程よろしくお願いたします。

クロスワードを解き、二重枠に入った文字を並べてできる言葉を八ガキカメールでお送りください。住所、氏名、紙面や友の会活動に対するご意見・ご感想をお書きください。お名前が掲載できない方はペンネームか匿名希望とご記入ください。抽選で5名の方に図書カードを差し上げます。
応募締切: 6月18日

宛先: 〒703-8520 岡山市中区浜472
林友の会「心のひろば」編集部
hamawww@po.harenet.ne.jp

第410号の答 ドウブツエン

パズル当選おめでとう

- ◆T・K ◆矢田 初恵
- ◆上原 泰彦
- ◆今出 祐介 (敬称略)
- ◆森本 直子

●近頃家に居るのが似合っています。足腰が弱くなりじっとしていれば元気なのです。作業所をやめる決心がつかせません。でもそういう日がくるのでしょうか。(安岡満利子)

(石原行子)

●私達は一般の人には計り知れない、それぞれの人がその人にしか分からない深い心の傷を抱えながら毎日を必死に生きており、同じような心の傷を負った者同士にしか分かり合えない事も多くあるのではないのでしょうか。私は未だに社会復帰が出来ませんが、今は小さなメダカ達の水換えが私の仕事の1つでもあります。私は幼い頃より動物達と共に生き死を看取り、辛い事がある度に幾度となく涙を流して生きてきました。友人が失敗をした私を待ち許してくれ、温かい言葉をくれた友人で居てくれたから嬉し涙の出る思いでこの文章を書きました。(小山陽美)

●林友の会設立総会、当時の南雲與志郎院長が「精神病はなれる」と講演され、たくさん家族が涙を流されました。私も思い出です。(矢田初恵)

●浅田訴訟全面勝利よかったです。勝利集会での浅田さんの笑顔が印象的でした。全国的にも注目された裁判でした。(三宅淑美)

●義母87才が脳障害で倒れ2つの病院と老健施設を経て七カ月振りに家に帰ってきました。よくがんばりました。(上原泰彦)

●昨日、柳瀬元首相秘書官の答弁を聞きましたが、よくもあれだけ嘘とわかるような事を国民の前で喋れるなあと、ただただ呆れるばかりです。麻生大臣のセクハラは罪ではない発言も呆れて言葉が出てきません。倫理観というものはないのでしょうか。(安岡満利子)

●集団的自衛権の行使に反対する中区の会第37回ミニ集会&デモ行進日時 6月19日(火)18時〜場所 高島公民館前集合

●家族介護教室第1回講座「困ったとき、どこに相談したらいいの?」日時 6月21日(木)10時〜12時場所 林病院ひまわりホール中区地域包括支援センター主催 岡山市在宅介護支援センター

クロスワードパズル

*二重枠に入った文字を並べてできる言葉は何でしょうか?

A B C D E

1		2		3		4
		5	6			
7	8		9			10
		11	12			13
		14			15	
16						
18						19

タテのカギ

- ①包丁とセット
- ②無駄。〇〇タイム
- ③番組の進行役
- ④週末
- ⑥正統じゃない。「〇〇審問」
- ⑧和風の基本。コンプじゃないほうで
- ⑩じわじわ。「〇〇で首をしめる」
- ⑫「バッグ」を日本語で
- ⑮サッカーの試合前にトスで使う
- ⑯ポスに行き着くまでに倒す、〇〇キャラ
- ⑰平とカタがあります

ヨコのカギ

- ①日本人が愛する赤身の魚
- ③燃焼させてダイエット
- ⑤夏の縁側で食べたい、しましま果実
- ⑦「以上」の反対
- ⑨煮物で十五分、時間を忘れないようにセットします
- ⑪悟りの心境に達する
- ⑬回りを取り囲むもの。「窓の〇〇」
- ⑭親の姉妹
- ⑮問われたら?
- ⑯何人かが集まって、ざっくばらんに問題を語る
- ⑰話の〇〇を折らないで
- ⑲むずかしさと、やさしさの程度

林病院 けやき外来診療表 (2018.6.1~)

	月	火	水	木	金	土*	
午前	1診	北山	吉井	吉井	原	吉井	前田 岡崎 岡太
	2診	高坂	川崎	田中		高坂	
	3診	尾原	前田	前田	林	林	林 清光 北山 高坂
	4診		町野			清光	
午後	1診	岡崎	休診	尾原	原	岡崎	休診
	2診	廣中*			北山	北山	

*土曜日の医師体制は、隔週毎になります。*廣中医師は、第1・第3・第5月曜のみになります。
午前診療時間 9:00~12:30(受付時間 8:30~12:00) 午後診療時間 14:00~17:00(受付時間14:00~16:30)

※初診の方は、あらかじめ電話でご予約ください。

TEL086-272-8570(けやき外来直通) TEL086-272-8811(林病院代表) <http://www.hayashi-dorin.or.jp/>

入院のご相談は

代表 (086) 272-8811
へお電話ください。入院担当看護師へおつなぎします。夜間・休日にも対応しております

デイケア(月)~(土) 9:00~15:00

ナイトケア(月)~(土) 16:00~20:00

重度認知症患者デイケア(月)~(土) 9:30~15:30

歯科(予約制)(月)~(金) AM9:00~12:00 PM13:00~17:00

認知症専門病院 岡山ひだまりの里病院 外来診療表

月	本田
火	本田
水	藤田
木	藤田
金	藤田

9:00~12:30
電話で予約してご来院下さい
☎(086)267-2011
認知症デイケア(月)~(土) 9:30~15:30

電話相談

電話:086-272-2957(林友の会) 平日8:30~17:00

生活相談・法律相談・家族相談

各相談は、林友の会事務局員が事前にお話を伺い、相談者へお取次ぎします。

相談者

森脇ひさき(県議) 石田 正也(弁護士)
氏平みほ子(県議) 則武 透(弁護士)
林 潤(市議) 家族会役員