



藻岩山

題字：匿名



夏の中島公園と豊平館

電子カルテを導入しました

7月25日より電子カルテを導入開始しております。

紙カルテからのシステム変更に伴い、極力ご不便おかけすることがないように、各部署の業務内容に合わせたシステム作りや受付してから会計までの流れの確認など、外来リハーサル、病棟リハーサルを何度も重ね、ようやくの稼働となりました。それでも、すっかり慣れての導入とまではなかなかいえませんが、今後もさらに医療の質の向上を目指して努力してまいります。



電子カルテとは

これまで紙に記載・保存していた診療情報(カルテ・診療記録)を電子化し、記録、管理するもので、これまで以上に安全な医療の提供、多職種等との連携を強化し、さらなる医療サービスの向上と業務の効率化を目的としております。

理念 適切な精神科医療・保健・福祉を目指し 次の二つの柱を基礎に据えます

- 1.精神障害者の医療および保護を行い自立のために、社会復帰および社会的経済活動への支援をします。
- 2.その障害の予防に取り組み、市民の精神保健の向上を目指し、地域に根ざした病院を目指します。

基本方針 理念を実現するために5つの基本方針を定め

- 1.私たちは、人権を尊重し、信頼と満足感を持っていただけるように努めます。
- 2.私たちは、あいての身になって受容的態度をもって接するように努めます。
- 3.私たちは、自己研鑽に努め、情報を共有し、連携・協力し合うチーム医療を目指します。
- 4.私たちは、常に新しい医療・保健・福祉システムを提供できるように努めます。
- 5.私たちは、地域における自らの役割を認識し、地域に貢献します。

患者さんの権利と責務について

患者さんの権利

私達は、患者さんの以下の権利を遵守して日々の医療を行います。

- 1.安全で適切な医療を公平・平等に受ける権利
- 2.個人として人格を尊重される権利
- 3.治療、病状、検査などについて、十分な説明を受ける権利
- 4.十分な説明や情報提供のもと、どのような医療を受けるかを選択する権利
- 5.個人情報やプライバシーが守られる権利
- 6.セカンドオピニオンを受ける権利
- 7.精神保健福祉法を遵守した医療を受ける権利

患者さんの責務

- 1.最善で適切な医療を受けるために、病状経過や過去の治療歴・アレルギー歴などの情報を提供する必要があります。
- 2.治療効果をあげるために、医療関係者と共同して治療に取り組む必要があります。
- 3.円滑な医療サービス体制を確保するために、病院や社会生活上のルールやマナーを遵守する必要があります。

「新院長のご挨拶」



平松記念病院院長 傳田 健三

本年6月1日より平松記念病院の院長を拝命し就任いたしました傳田健三(でんだ けんぞう)です。これまで脈々と続いてきた当院の理念を大切に引継ぎ、地域の医療保健福祉に貢献できるよう一層の努力精進をいたす所存です。どうぞよろしくお願ひいたします。

平松記念病院は戦後間もない1950年に開設以来70余年にわたり、地域の皆さまのニーズに対して、精神科医療の治療とリハビリテーションを提供してまいりました。現在の精神科医療は入院中心の医療から、地域で生活しながら必要な治療を継続する方向に転換しています。当院ではそのような理念を基軸として地域に根差した医療を提供していきたいと考えています。

また精神科医療の内容も、従来の統合失調症中心から、うつ病、双極性障害、認知症、発達障害、睡眠障害などへ多様化しています。このような社会的ニーズに応えるため、入院治療では精神科救急病棟をフル稼働し、外来治療では「大人の発達障害外来」や「睡眠外来」などの専門外来を充実させていきたいと考えています。

さらに、小児期・思春期から老年期まで、すべてのライフステージに応じた切れ目のない医療を提供するべく日々研鑽を重ねていきたいと思ひます。藻岩山の麓の自然あふれる環境のもと、患者様とスタッフのあたたかい治療関係、エビデンスに基づく良質で効果的な精神科医療、社会復帰と地域生活の支援をこれからも一貫して提供できるように職員一同誠心誠意努めて参りたいと思ひます。何卒よろしくお願ひ申し上げます。

編集後記



この度広報委員に加わりました、医師の五十嵐と申します。一読者として楽しく読ませて頂いた立場から作る側に回り、身の引き締まる思いです。

時代の潮流に乗るかのように当院も色々と変わります。これまで培われてきた良き伝統・「変わらぬもの」も大切にしつつ、皆様によりお力になれるよう 努めて参ります。今後ともよろしくお願ひいたします。(医師 五十嵐 洋介)



発行人:平松記念病院 広報委員会
発行日:2022年8月発行

☎064-8536

札幌市中央区南22条西14丁目1番20号

ホームページ: <http://www.hiramatsu-mhp.or.jp>

お問い合わせ:

E-mail:webmaster@hiramatsu-mhp.or.jp

TEL:(011)561-0708 FAX:(011)552-5710

表紙写真提供: shouki



副院長就任のご挨拶

令和4年6月から副院長兼看護部長に就任致しました内林です。私が勤務する平松記念病院は、昭和25年からこの地で精神科医療に携わってきた長い歴史のある病院です。札幌市中央区にありながら藻岩山の四季折々の表情を臨み、路面電車が身近に走る交通の利便性と、自然とが調和した恵まれた療養環境の中にあります。

副院長・看護部長
内林 陽子

当院の歴史ほど長くはありませんが、私も長い間精神科医療に携わせて頂いています。看護職である私たちは患者さんに一番近い存在として患者さんの声に耳を傾け、常に寄り添いその人らしい生活を送ることができるよう支援する立場にいます。ここ数年は感染対策の徹底にも取り組みながら、「あたたかい心で思いやりのある看護を実践する」という看護部の理念に沿って、安心安全な医療の提供に向けてきめ細やかな配慮ができるように看護部一同が心掛けてきました。

超高齢化社会を迎えて、それに伴い医療や福祉体制の再構築が始まっています。入院医療中心から地域生活中心へという政策理念から、当院も疾患の多様性や幅広い年齢層に対応できるように、地域に求められる精神科病院としての在り方や方針を変化させていく時期となっています。今後ますます地域や他機関、他職種との連携が重要となっていきます。患者さんの身近である看護職としての視点を生かしながら、地域に根差した精神科病院として病院の目標の実現に向けて努力していきたく思います。どうぞよろしくお願い致します。

あなたの身体ほぐしてあげませんか??

新型コロナウイルス感染が徐々に減少傾向にあるものの、現在も気軽に外出できない日々が続いていますね。外出自粛等によって運動不足や生活習慣の乱れ、精神面の悪化など、年齢問わず、影響をもたらすとされています。そこで今回は「運動」に焦点をあててみたいと思います。

感染対策による活動制限・運動不足の長期化による影響

- 体力の低下
- 体重の増加
- 生活習慣病の発症・悪化
- 体調不良
- ストレスの蓄積
- 感染への不安

運動の効果

- ➔ 体力の維持・向上
- ➔ 体重コントロール
- ➔ 血流の促進
- ➔ ストレスの解消
- ➔ 免疫力の向上

運動を再開するときは、いつもより軽めの運動から始めるのがおすすめです。また、適度な休憩をとり、無理のない範囲での運動を心掛けてください。慣れてから、運動量・強度を徐々に増やすのも効果的です。体を動かし、心も体もリフレッシュすることが大切です。

三密(密閉・密集・密接)にならずに、自宅で簡単にリフレッシュ!

■丹田呼吸法:副交感神経を刺激してリラックス

1:自分の丹田の場所を確認します

椅子に腰を掛け、両手の指先をへその下の下腹部に突き立てます。背中まっすぐのまま、頭を後方に倒します。突き立てた指先に触れている下腹部の硬くなるところが丹田です。

2:呼吸をする

ゆっくりと鼻から5秒から10秒くらいかけて息を吸い込みます。自然に普段とおりに吸い込むことポイントです。



■ストレッチ:血行をよくし、疲労回復

1:筋肉を目覚めさせて、血流を良くしましょう。体が温かくなります。

2:肩、腰周りの緊張もとれてリフレッシュ!肩こり解消に効果的です。

3:わき腹~お尻の筋肉を伸ばします。骨盤の歪みの修正にも効果的。

4:二の腕の内側と体側を伸ばします。姿勢の矯正にも役立ちます。

1:



2:



3:



4:



(文責:作業療法士 齊藤 集)

作業療法 活動報告

感染対策により、イベント中止が続いてはありますが少しでも季節感を感じて頂けたらと日々模索しています。最近では作業療法の中で制作した作品を病棟の壁に飾って彩っています♪



テイクア 活動報告

アロマキャンドルを作りました☆

ドライフラワーも手作りです。

感染対策に気を配りつつ昨年はできなかったプログラムも少しずつ再開しております。

人気のあったアロマオイルを使った

スプレーづくりもまた始めました♪

