

ちやお!
Ciao!

2013,winter
虹と海のホテル 広報BOOK
ご自由にお持ち帰り下さい!

27



INDEX

コラム	3
クローズアップ検査室	4
もの忘れのご相談	7
よくある質問	8
マインドビタミン	10
NEWS	12
INFORMATION	13
旬の食材 おすすめの一冊	14
虹と海のフェスティバルご報告	15



●表紙は、唐津在住のフラワーデザイナー
梅田ゆりさんのフラワーアレンジメント。

「赤いカーネーション」香りと花姿には心を慰める働きやリラックス効果が、「バラ咲きプリムラ」あたたかな気持ちに、「千両・万両」新たな活力を呼び起こしてくれ、繁栄を象徴。「白い色の花」リフレッシュしたい時に効果的。など、草花には人を癒したり元気にしたりという効果があるそうです。皆さんも、草花に触れて元気をもらってみてはいかがでしょうか。

明けましておめでとうございます。
皆さまには、お元気で
新年を迎えられました事と
お慶び申し上げます。

医療法人 唐虹会
虹と海のホスピタル
理事長 進藤 龍一



早いもので、新病院に移転して 11 カ月が経ちました。幸いほとんどの患者さんはすぐ新しい環境に慣れ、以前よりもゆっくりと過ごされているようです。

私たちもこの間、治療の向上を目指し、様々な研修会に参加したり、学会で発表したりと努力しております。が、これで十分だとは全く思っていません。日進月歩の医療において立ち止まる事は退歩する事を意味します。これからも新しい環境を有効に活用して、よりよい医療を提供できるよう全員で挑戦し、地域の皆様の一助となるよう務めてまいります。

最後になりましたが、皆様の今年一年のご健勝をお祈りいたします。

これからも
よりよい診療を行っていくため、
さらに努力していくことを
お約束いたします。

医療法人 唐虹会
虹と海のホスピタル
院長 田島 卓爾



昨年 2 月に移転し、心機一転し「虹と海のホスピタル」として再スタートしました。その中で、訪れる方々にも緊張やとまどいの中でご迷惑をお掛けした事もあったことと思います。

外来部門では新たにストレスや児童思春期、睡眠、もの忘れの専門外来を、病棟部門もフロアごとに機能分化し、新たに急性期やストレスケア・児童思春期に対応する病棟を設けました。職員は、院内外で行われるスキルアップのための取り組みに参加しながら、要望や期待に応えられるよう励んでいます。私自身も患者さんや職員のニーズに充分に応えているだろうかと日々自問しています。これからは、社会で苦しんでいる方がもっと気軽に短期間でも休養し、より良い生活を送ることができるよう、全員でより一層努力し、素晴らしい医療を目指してまいります。

クローズアップ

検査室

虹と海のホスピタル内の

「検査室」。

何をどんなふうに検査し、

具体的に

何が発見できるのでしょうか。

そこで「検査室」をご紹介しますながら、
その謎に迫ります。



**エコー以外の検査データの
とりまとめは、すべてここで。**

2人の臨床検査技師で、患者さんの血液から画像までを検査する、虹と海のホスピタルの「検査室」。検査するものは、検体検査（生化学検査・血液一般検査・尿一般検査）や、生理検査（心電図・MRI・脳波検査・スリープテストの解析）。スリープテストでは、専用の機器を貸し出して家庭で簡単にできる簡易モニターのデータをもとに「睡眠時無呼吸症候群」の有無を発見します。

▶病院内には、看護部、医事課、栄養管理課など、さまざまな部署があり、すべての部署が連携し“チーム医療”を行うことが大切です。そのためには、日々のコミュニケーションから「他の部署がどんな仕事をしているのか、1日、1週間、1ヵ月のお互いの仕事の流れを把握すること」も大事です。そのことが、“患者さんのための医療”につながるのだと思います。（小島検査技師）

**インフルエンザなどの
感染症情報を、院内に提供。**

福岡県、佐賀県^{はあく}のインフルエンザなどの感染症情報を把握し、院内へ情報を提供するの、検査室の仕事のひとつ。院内スタッフ全員が十分に気をつけることで、院内感染を予防することが目的です。



▶精神的なものなのか、身体的なものなのか、患者さんがうまく言葉で伝えられないとき、医師が診断し適切な治療をするために、必要な検査データをできるだけ短時間で提供するのが、私たちの大事な役割です。（小島検査技師）

虹と海のホテルならではの精密検査を、ご紹介します。

「脳波」検査

※当院では、NAT*と通常脳波の2種類があります。

頭皮近くの脳細胞の電気的な変動を電極でとらえ、それが波形として記録されます。NAT*の検査時間は10分ほどで終わり、なんらかの要因で脳の機能が低下していると、その特徴がα波低下などの波形としてあらわれ、認知症の早期発見に役立ちます。通常脳波検査は「てんかん」等の有無を調べるために30分ほどかかります。

脳活動を可視化する新技術

*NAT (Neuronal Activity Topography: 脳機能活性度測定システム) は、約5～10分という手軽な時間で、初期アルツハイマー型認知症の早期発見に役立ちます。

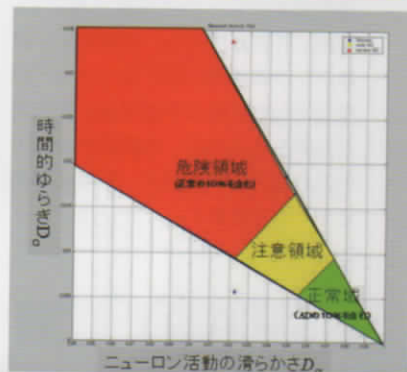


図1 脳機能活性度図

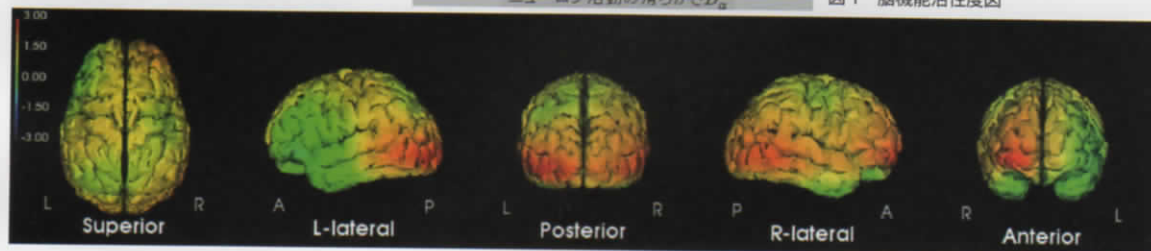


図2 NAT画像

ここまでわかる！

高精度「頭部MRI」検査

**患者さんに負担が少なく、
小さな危険因子も見逃さない！**

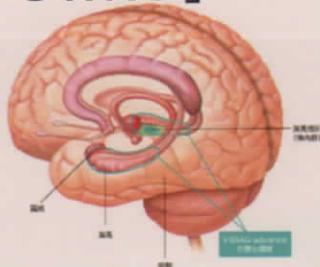
この高精度のMRIは、脳の萎縮の状態から「認知症の初期」「アルツハイマー型認知症」、脳梗塞、脳出血、脳腫瘍の有無なども検知できます。また、『CT』検査時のような造影剤注入や放射線による被爆もなく、細かい「血管のつまり」なども発見でき、患者さんに負担なく、詳しい検査が可能なのも特長です。

全身も検査できます。

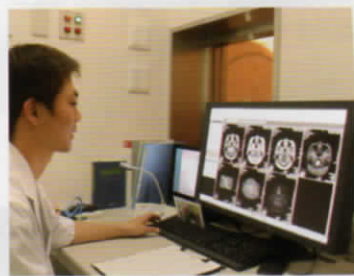
頭部だけでなく、体のいろいろな部分もこのMRIでは検査可能です。腹部（肝臓、胆のう、胆管、すい臓など）や骨盤腔（前立腺や子宮、卵巣など）の病気の早期発見、脊椎などを調べることで、椎間板ヘルニアや急性期の骨折の発見（四肢の関節まで）もできます。

早期AD診断システム「VSRAD」

早期アルツハイマー型認知症に特徴的にみられる「海馬傍回（記憶に関わる部位）」をコンピュータ解析し、目視ではわかりにくい萎縮度を調べることによって、認知症の早期発見に役立ちます。



台の上に仰向けに寝ているだけでOK。頭部にコイルを固定し15分～20分ほどMRIの中へ。検査中は特殊な音が出ます（音が苦手な方は耳栓も可能）が、慣れている方は眠ることもあるそうです。



小さな危険因子も見逃さないため
正確な画像撮影に努めます。
(力武検査技師)

一日も早い治療につなげるために。

年を重ねていけば誰しも感じるもの忘れ。

病気が原因のもの忘れもあり

早めの診断と適切な治療が肝心です。

当院では、このようなお悩みにお応えし、
認知症の早期発見・早期治療を目的とした
最新の検査機器を導入し診断いたします。

また、ご家族の気になることも
お気軽にご相談ください。

当院では、「脳ドック」もおこなっ
ております。ご希望の方、気にな
る方は、お気軽にお問い合わせ
ください。

もの忘れのご相談 外来予約

TEL 0955-77-5120

水曜日／午前（9:00～12:30）

午後（13:30～17:00）



その他の曜日（月～金）をご希望の場合は、
お問い合わせください。

よくある質問 2013

お電話やご相談時などに、患者さんやそのご家族の方から、さまざまなお問い合わせをいただきます。そこで、多くのお問い合わせがあるご質問について、その回答とともに、ここでご紹介させていただきます！

Q

**内科や歯科は、
だれでも
受診できますか？**

A

はい。どなたでも受診できます。内科だけ、歯科だけご利用の方も少なくありません。内科では、風邪や生活習慣病をはじめ、インフルエンザ予防接種や各種健康診断も行っています。また歯科は個室ユニットで落ち着いて治療を受けることができ、定期的な歯のチェックやクリーニングなども行っています。



Q

家族を受診させたいのですが、
本人が病院へ
行きたがりません。

このような時、
どんな対応をしたら
よいでしょうか？



Q

個室は
ありますか？

A

はい。日常生活の環境と変わらないように、個室をはじめアメニティーによって差額ベッドをご用意しています。ご希望の場合は、スタッフまでお申し出ください。



Q

小さな子づれで
受診
できますか？



A

ご予約の際にお知らせいただければ、診察中はスタッフが対応いたしますのでご安心ください。また、小さなお子様が遊べるスペースや授乳室、おむつ替えのできるトイレもございます。



A

ご本人が行きたくない時は無理にお連れすることは、治療上の信頼関係にもよい影響があるとは言えません。はじめての受診で不安になられている時は「あなたの事が心配で仕方がないので、私のために一度病院にいらしてほしい」「とても調子が悪そうだから、検査してもらいましょう」と伝えることも良いでしょう。ご本人が受診されなくても、ご家族のみの相談もできますし、また緊急に対応が必要と思われる場合などもありますので、ご家族だけで抱え込まずに、まずはご相談ください。



マインドビタミン



40代 女性

皆さんからお寄せいただいた
“こころの悩み”にお答えする、
マインドビタミン。
ほんの少しでも、こころの疲れ
をときほぐすお役にたてれば…
幸いです。

毎年、春や季節の変わり目は、
なんとも言えない憂うつな気持ちになります。
何か特に理由があるわけでもないのですが、
ため息をついたり、ぼーっとしてしまうことが多くなります。
こうならないように、なにか手立てはありますでしょうか？

A.

季節の変わり目に風邪を引いたり、体調を崩しやすくなることはよくあることです。何か嫌な出来事があったり気になることがあると、憂うつになることは勿論ですが、季節的に見ても、秋口になると、ふともの悲しくなったりするものです。

これには、ある季節に限り、気分の落ち込みや体のだるさといったうつ病にも似た症状が出ることもある「季節性情動障害」とも考えられます。一般的なものは、“冬季うつ病”で、寒くなり始める時期に意欲が低下したり、体のだるさが出てきたり、あるいは甘いものなどが沢山欲しくなるなどの特徴が見られたりします。

この原因の一つには、日照時間にっしょうが

大きく関係していると言われていま
す。何が関係あるのかと思われるか
もしれませんが、うつ病は、脳内の
神経伝達物質である「セロトニン」
という物質と深い関わりがあり、う
つ病はこのセロトニンが脳内で少な
くなっている状態なのです。セロト
ニンは、光を浴びると作られやす
くなるので、夏と比較しても、日照時
間が短くなる冬場は、セロトニンの
量が少なくなり、気分が落ち込みや
すくなるというわけです。

治療法としては、一つには、日光
や強い光を一定時間浴びるとい
うのが効果的と言われていま
す。暖かくなると日照時間も長くなる
ので、時期がくれば回復が期待されま

すが、予防の意味でも、規則正しい
生活リズムや食事もお心がけ、適度
に体を動かしたり、自分なりのリラ
クス方法でストレスをためないこと
も大事です。

(臨床心理士 上堀内洋允)

皆さんのご質問を
お待ちしております！
(詳細は15Pをご覧ください)

日常の中の些細なことでも
何でもけっこうです。
心理士に聞いてみたい、
あんなこと、こんなことを
お寄せください。



虹のつどい Vol.24

1 「身近にいる家族が出来ること」 ～統合失調症を抱えた人と共に歩むには～

講師：臨床心理士 中尾麻奈美

- 開催日：2月16日（土）
 - 時間：10：00～11：50
 - 場所：当院2階デイケア室
 - 対象：ご家族
- TEL.0955-77-5120（地域支援室）

無料で、どなたでも
ご参加いただけます



2 生の音楽演奏で心地よい午後のひとときを。 ロビーコンサート

開催日&演奏ゲスト（他楽器との合奏も有）

- 【1月】1/30（水）ギタリスト橋口武史
- 【2月】2/27（水）同上
- 【3月】3/27（水）同上

- 時間：13：00～13：30
- 場所：当院ロビー

無料で、どなたでも
ご参加いただけます



パーソナリティー
のサトユミさんと
上堀内心理士

3 エフエム佐賀トーク番組に上堀内心理士が出演中！ マインドビタミン

毎日の生活を、こころ健やかに楽しく暮らすための
ヒントやアドバイスについてお話する番組です。

- オンエア エフエム佐賀 ch77.9
毎週金曜日 9：05～9：10頃



4 アロマの香りとマッサージでくつろぎのひとときを。 ハンドマッサージ

【予約制】月～金曜日 13:30～15:30

- 場所：2階アロマセラピー ドルチェ
- 対象：外来通院中の方・ご家族
- MENU：ハンドマッサージ **無料**

TEL.0955-77-0711（クリニカルアロマセラピスト/梅田看護師）



12/13 特別講師 西園昌久先生 院内研究会を開催

西園先生をお迎えし、思春期の症例研究会を行いました。具体的な対応をはじめ、チームが連携すべき点など、大切なアドバイスを頂きました。改めて、精神科医療の難しさとやりがいを感じるひと時でした。

精神科単科病院における自殺
予防人材養成プログラム
～取り組みと変化～

久間一¹⁾、高橋太郎²⁾、島本一久¹⁾、吉岡智和¹⁾、中野満¹⁾、
伊藤千恵美¹⁾、神谷剛史¹⁾

1) 医療法人 唐虹会 虹と海のホスピタル 精神保健福祉部
2) 医療法人 唐虹会 虹と海のホスピタル 精神保健福祉部 臨床心理学部



9/14 全～15 土

第36回

日本自殺予防学会総会に参加

当院の医師、看護師が参加した上記学会にて、当院代表で風のフロアの久間マネージャーが「精神科単科病院における自殺予防人材養成プログラム～取り組みと変化」について発表しました。



TEAM ブレインジム活動報告

親子ブレインジムプログラム* 開始

11月より、毎月第2土曜日に開催する子ども向けプログラムがスタートしました。親子で一緒に参加してもらい、ブレインジムや遊びを通じて、緊張・不安・ストレスなどを軽減する手助けとなるようサポートします。

*ブレインジム＝簡単で楽しいエクササイズにより脳を活性化させ、本来の能力を引き出すプログラムです。

退院困難者の地域移行支援
～「虹プロジェクト」を通して～

医療法人 唐虹会 虹と海のホスピタル
精神保健福祉士 神谷 剛史



11/9 全～10 土

日本精神科病院協会 学術教育研修会

PSW* 部門で事例発表

今年は佐賀県で開催された上記研修会にて、当院の神谷 PSW が、地域に根付いた退院支援をテーマに、「退院困難者の地域移行支援～「虹プロジェクト」を通じて～」について事例発表しました。

*PSW＝精神保健福祉士

旬で、カラダにご褒美を。

春になり少し暖かくなってくると、たらの芽やふきのとう、せりなどの山の幸がたくさん顔を出しはじめ、景色を楽しみながらの山菜狩りが楽しい季節になりますね。今回は、その中でも、春の使者とも呼ばれる「ふきのとう」をご紹介します。

「ふきのとう」にある独特の苦味には、フキノール酸などのポリフェノール類が豊富に含まれ、胃や腸の



働きを整えてくれる作用があります。また、フキノール酸は、血中のヒスタミンを減らし、花粉症の予防に効果があるとされています。

ふきの苦味をやわらげるには、たつぷりの水に浸すかサッと茹でるなど“あく抜き”が必要です。また、成長しすぎたものは、苦味も強いので、

選ぶときは小ぶりで、つぼみがたたく閉じているものがおすすめです。

天ぷらや和え物などが一般的な調理方法ですが、クリームパスタやバターソーテーにしても美味しく頂けます。山菜狩りに行けない方は、お近くの道の駅などでも購入できますので、ぜひお試しください。

(管理栄養士 山口)

My Book

この冬、おすすめの一冊

たおやかな花のよう「**美しい生き方**」

(池坊専永 筆)

ふと本屋に立ち寄り、なにげなく手にした一冊ですが、華道の家元である筆者の人生を通じて、「自然(草花)との調和」「人としての在り方」「伝統文化を継承していく難しさ」が書かれた本です。

私はこの本を読むと、あらためて日本に生まれてきて良かったと感じ、前向きになれ、心も身体も“凛”とさせてくれます。男女関係なく、おすすめできる一冊です。



もう一冊!

「**看護の力**」

(川島みどり 筆)

日々の忙しい仕事の中で、忘れがちな看護の営みについて再確認でき、相手に寄り添えることの大切さに気づける本です。ぜひ看護師の皆さんに読んでいただきたいと思います。

(看護部長 浦方みかさ)



看護師の皆さん必見!

10月28日(日) 虹と海のフェスティバル無事終了!

天気にも恵まれ、作品展、ステージアトラクション、屋台コーナーなど、患者さんやご家族で賑わいました。



- 広報誌へのご意見、ご要望などございましたら、下記までお寄せ下さい。
- マインドビタミンで質問は…「ちゃお! マインドビタミン係」まで。
- ハガキの場合 / 〒847-0031 佐賀県唐津市原 842-1
- FAX の場合 / FAX 0955-77-2274
- E-mail の場合 / ciao@nijitoumi.or.jp

編集後記●毎年、新年が明けると気分も一新「今年はどうなるんだろう」とワクワクします。進藤病院から虹と海のホスピタルへと生まれ変わり、そろそろ一年が経とうとしていますが、「地域のため、患者さんのために」を常に自問自答しながら、一日いちにちを大切に過ごしてまいりたいと思っております。皆様のご2013年が、よいお年でありますように。(広報室より)

外来のご案内

 当院は、敷地内完全禁煙施設です。

2013.1

●ご相談・ご予約専用ダイヤル
(受付:月~土 9:00~17:00)

☎0955-77-5120(外来直通)

●休 診:日曜・祝日

●診療時間:9:00-12:30/13:30-17:00

*初めてのの方は、予めご予約が必要となります。

	月	火	水	木	金	土
心療内科 精神科	齊 木 田 島 岡 本	松 永 齊 木 田 島 縄 田 岡 本	田 島 進 藤 齊 木	齊 木 岡 本 松 永 進 藤 橋 本	松 永 田 島	進 藤 松 永
こどもの心			●			●
ストレス			●(～19:00)			●
すいみん			●			●
もの忘れ			●			

内 科	進 藤	渡 邊	柳 迫 林	林 柳 迫	柳 迫 林	柳 迫
-----	-----	-----	----------	----------	----------	-----

歯 科	寺 野	寺 野	寺 野	寺 野	寺 野	村田又は黒木
-----	-----	-----	-----	-----	-----	--------

*午後の診療は14:00~18:30(土曜~17:00) 歯科直通 ☎0955-77-5138

市内巡回送迎車のご案内

使用ワゴン



(月~金曜運行) 東唐津駅、大手口と病院間で送迎車を巡回しております

病 院 発	8:30	9:00	9:30	10:30	11:00	11:30	13:00	14:00	15:15※
東唐津駅南口	8:35	9:05	9:35	10:35	11:05	11:35	13:05	14:05	15:20※
大手口保利整形前	8:45	9:15	9:45	10:45	11:15	11:45	13:15	14:15	15:40※
病 院 着	9:00	9:30	10:00	11:00	11:30	12:00	13:30	14:30	16:37※

●「送迎車利用券」をご利用ください。病院送迎車に当院よりご乗車される際、「送迎車利用券」(無料/受付発行)を運転手にお渡しください。 ※バス