



青和病院 理念

私たちは信頼され、選ばれる病院を目指して、3つの【和】を大切にしています。

- 地域社会との和
- 患者様、ご家族様との和
- 職員同士の和

～行動指針～

- 私たちは地域の方々が安心して利用でき、誠実で思いやりあふれる病院を作ります。
- 私たちは命の尊厳と人間愛をもち、絶えず医療の質の向上に努め、信頼される病院を作ります。
- 私たちは医療人としての誇りと自覚をもち、互いに協働し、働きやすい職場を作ります。



～夏を彩る花～



暑さが続く中、朝顔が涼やかに咲いています♪
(精神科デイケア アムール)

今月のご挨拶

いよいよリオデジャネイロオリンピック・パラリンピックが始まります。日本の選手の活躍が楽しみです。最近、スポーツ選手が登場するコマーシャルが増えていますが、私が今注目しているのは、某自動車メーカーのCMです。片腕の女性が、プールに飛び込み泳ぐ。プールサイドに上がって振り返り、ピースサインをして笑う。その時「何故、不屈の心を持つ人は、美しいのだろうか？」というナレーションが流れます。この女性が、この言葉通り本当に美しく、いや、神々しくさえ感じられるのです。

彼女は、一ノ瀬メイさん（19歳）という方で、生まれた時から右腕がない障害を持っています。パラリンピックは、人間の無限の可能性を私達に示してくれます。患者様がご自身の可能性を信じ、不屈の心を持ち続けられるよう、私達も精一杯サポートしていきたいと思えます。



医長
もちやま てる
餅山 央

連日の暑さにご用心！



暑くなると、「体がだるい」「疲れやすい」などと、感じることはありませんか？心当たりのある方は、知らず知らずのうちに、「夏バテ」になっているかもしれません。その原因として、室内外の温度差による自律神経の乱れや、体温調節機能への負担が考えられています。熱帯夜による睡眠不足も一因です。そこで今回は、夏バテの対処方法について、当院の職員に聞いてみました！

- 体の芯まで温まる「半身浴」で体も心もリフレッシュ
- エアコンのドライ機能を使って除湿に心がける
- 養命酒、漢方薬などで疲労回復 …など

また、食欲不振も代表的な症状の一つです。そこで、栄養価が高く、胃腸への負担が少ない食材を、取り入れてはいかがでしょうか。

<ビタミンB1・B2>

疲れの元となる乳酸を消費し、エネルギーにかえる。
豚肉（特にモモ肉・ヒレ肉）、枝豆、納豆、うなぎ など

<ビタミンC>

夏の疲れで弱まった、胃腸の働きを回復してくれる。
トマト、かぼちゃ、ピーマン、グリーンアスパラ など

青和病院が大切にしている3つの【和】にちなんだ出来事をお知らせします！

地域社会との和♪

7月1日は「こころの日」



毎年7月1日は「こころの日」と称し、全国各地でこころの健康にちなんだイベントが開催されます。金沢市内のショッピングセンターでは、ストレスや認知症のチェック、アルコールパッチテスト、血圧や体脂肪測定、相談コーナー等が行われました。当院からの参加スタッフは看護師4名。訪れた方々からは、心身の健康への思いが伝わる相談もあり、病院の外へ出向くことで、聞こえてくることも多いと実感しました。



これからも、日々の業務を地域社会で活かすことができる機会を、大切にしたいと思います。

患者様・ご家族様との和♪

七夕に幼き頃を懐かしむ

～3階 老年期病棟より～



7月の病棟レクリエーションは「七夕の会」。笹に、網飾りや吹き流し、患者様1人ひとりの願い事が書かれた短冊を吊るします。患者様の中には、短冊に「おかしが食べたい」と書きながら、少し照れくさそうに笑う姿も見られ、微笑ましい和が広がりました。子どもの頃から親しんできた行事には、患者様に共通する思い出話も数多く、共に昔を懐かしむひと時となりました。

伝統行事を通じて思い出を振り返り、語り合い、互いに耳を傾け、コミュニケーションを深めていくことで、入院生活の中でも張り合いを感じて頂けたらと思います。



職員同士の和♪

総勢 64 名で踊り流し



8年連続9回目の参加となった、百万石踊り流し。今年はこれまでの最多となる、64名で臨みました。残念ながら入賞には一歩(?)届きませんでしたが、参加者同士が笑顔で労い合うことで、思い出深い一日となりました。

他部署の職員さんとも交流できました。イベント参加を通して、職員同士の和を広げれば、働きやすい職場づくりにつながります♪
(A)



娘と一緒に参加しました。振りつけを覚えられず心配だったけど、踊り出すと、とても楽しく、気持ちよかったです☆
(Y)

スタッフひとことコーナー

青和病院で働く職員がつぶやくひとことコーナーです。今回はみらい・いこいから♪

～初めまして！～

6月より、社会復帰施設みらいで勤務している松本です。趣味はドライブで、休みの日には、信号の少ない山や海沿いの道を、のんびりと走っています。自然を感じながらのドライブは、なんとも言えない、贅沢な気持ちになります。また、カラオケも好きなので、時に車内はカラオケルームに早変わり(笑)。まだまだ慣れないことばかりですが、一日でも早く皆さんのお役に立てるよう、頑張っていきます！



精神科・神経科・心療内科

医療法人社団 青樹会 青和病院

〒920-0205

石川県金沢市大浦町ホ 22-1

TEL : 076-238-3636

FAX : 076-238-9562

Email : info@seiwahp.or.jp

URL : http://www.seiwahp.or.jp



～和便り編集・発行～

青樹会広報委員



* 編集後記 *

久しぶりに、空に虹が架かっていました。心がウキウキとしてきて、自然と周囲に咲く花にも目にとまります。日常生活は、何気ない景色で溢れています。それらを素直に喜べる心を、これからも大事にしていきたいです。(C)