



vol.70
2024.10

外来受付時間

担当医師予定 10/1～

【佐藤病院】

	月	火	水	木	金	土	日
午前8:30～11:30	佐藤忠宏 沼田由紀夫 直長康子	澤村一司 小野口亮	直長康子	沼田由紀夫 文 鍾玉	澤村一司 玉垣千春		
午後1:30～4:30	澤村一司	岩本康夫	小野口亮	岩本康夫	小野口亮		
専門外 来制	午前 8:30～11:30	沼田由紀夫(アルコール)			澤村一司(ストレス)		
	午後 2:00～4:00		玉垣千春(もの忘れ)	岩本康夫(依存症)	齋藤卓弥(隔週)(児童思春期) 須山 聡(隔週)(児童思春期)		

【若宮病院】

	月	火	水	木	金	土	日
午前8:30～11:30	阿部詔子 長澤浩樹 佐々木菜葉子	阿部 淳	日向正光 渡部 亮 國井寿樹	田中 武 石井玄樹 岡村未央	日向正光 奥山有里子 阿部詔子	田中 武 渡部 亮(第1・3週) 國井寿樹(第2・4・5週)	
午後1:30～4:30	石井玄樹 渡部 亮	阿部 淳(第1・3・5週) 長澤浩樹 國井寿樹	阿部詔子 長澤浩樹		奥山有里子 山大医師		
専門外 来制	午前 8:30～11:30	岡村未央 (児童思春期)	田中 武(依存症) 岡村未央(児童思春期)		成重竜一郎 (児童思春期)		
	午後 1:30～4:30	日向正光(うつ)		石井玄樹(児童思春期) 成重竜一郎(児童思春期)		阿部詔子(もの忘れ) 簡野宗明(児童思春期) (第1・3週)	

【米沢こころの病院】

	月	火	水	木	金	土	日
午前8:30～11:30	竹内幸宏 遠藤雅俊 佐山英美(第3週)	長谷川朝穂 遠藤雅俊	長谷川朝穂 中尾友宣	富田 裕 遠藤雅俊	竹内幸宏 薛 陸景		
午後1:30～4:30	富田 裕 薛 陸景 佐山英美(第3週)	富田 裕	薛 陸景	竹内幸宏 中尾友宣	長谷川朝穂 相良雄一郎(第2週)		
専門外 来制	午前 8:30～11:30	遠藤雅俊(不安症・パニック障害) 竹内幸宏(ストレス) 佐山英美(児童思春期)月1回		長谷川朝穂(依存症) 中尾友宣(もの忘れ)			
	午後 1:30～4:30	富田 裕(うつ) 薛 陸景(不安・恐怖症) 佐山英美(児童思春期)月1回		成重竜一郎 (児童思春期) 隔週	長谷川朝穂(思春眠) 相良雄一郎(睡眠)月1回		

【米沢駅前クリニック】

	月	火	水	木	金	土	日
午前8:30～11:30	薛 陸景	中尾友宣 直長康子	小野口亮	直長康子	沼田由紀夫	長谷川朝穂 当番医(毎週)	
午後1:30～4:30	岩本康夫	澤村一司	岩本康夫		富田 裕		
専門外 来制	午前 8:30～11:30					須山 聡(隔週) (児童思春期)	

【トータルヘルスクリニック】

	月	火	水	木	金	土	日
午前8:30～11:30	川合厚子(内科)	川合厚子(専門外来)	川合厚子(内科)		川合厚子(内科)		
内科 予約制	午後 2:00～4:00	川合厚子(専門外来)					

※各施設担当医師については変更になる場合もありますのでご確認ください。
※診療及び、各種お手続き等に関するご相談・お問い合わせは以下の各病院、医療福祉相談室で受け付けいたします。

佐藤病院 ☎0238-40-3170(代)	若宮病院 ☎023-643-8222(代)	米沢こころの病院 ☎0238-27-0506(代)
--------------------------	--------------------------	------------------------------

理 <ul style="list-style-type: none"> ● 愛のある医療 ● 良識に基づいた医療 ● 公正、公平な医療 	基本方針 <ul style="list-style-type: none"> ● 良質な医療の提供につとめます ● 患者さま、利用者さま中心の医療を行います ● 地域に立脚した医療を行います ● 安全で安心と満足の得られる医療を提供します ● 保健、医療、福祉の幅広い視点に立って健康を考えます
--	--

contents

- 02 公徳会夏祭り2024
- 04 認知症疾患医療センター
- 05 シリーズ健康 - コグニサイズ
- 06 トピックス
精神障がい者施設・米沢整備計画(米沢くぬぎ荘開設計画)について、
くぬぎ荘地域連携推進会議とグループホーム見学会、若宮病院広報メディア委員会、
野球部活動報告、診療情報
- 08 外来受付予定表

社会医療法人公徳会 広報誌 **こうとく** vol.70 | 記載内容につきまして、ご意見・ご質問・ご感想等ございましたら、
こちらまでご連絡ください。

令和6年10月16日発行 第70号 発行/社会医療法人 公徳会 編集/公徳会広報委員会 ☎http://www.koutoku.or.jp
社会医療法人 公徳会/〒999-2221山形県南陽市柗塚948-1 TEL.0238-40-3170 FAX.0238-43-2076 ✉sato-hp@koutoku.or.jp



夏の思い出と感謝



今年も地域貢献の一環として「公徳会夏祭り」を開催いたしました。2024年8月3日(土)に行われた第39回公徳会夏祭りには、今年の夏を象徴するような暑さの中、多くの皆さまにご来場いただき、感謝の気持ちでいっぱいです。

昨年から再開された夏祭りは、今年も盛大に開催されました。昨年度は新型コロナウイルスの5類移行に伴い、感染対策を徹底しながらの開催でしたが、今年は昨年度の経験を踏まえ、感染対策を徹底したうえで準備をし、昨年以上の賑わいを見せました。

地域の皆さまへの恩返しの意味も込めて準備を進め、会場では職員による屋台・模擬店が立ち並びました。今年度は法人の特色を活かし、「医療・介護・福祉の相談ブース」や体育館での佐藤病院野球部指導のもとバドミントンセンター、若宮病院公式YouTubeチャンネルの「若宮ハッピーチャンネル」での花火ライブ配信など、新たな取り組みも実施いたしました。

ステージでは、和太鼓グループ「風さらり」の迫力ある演奏、「やしろ小唄の会」の美しい演舞の披露、「Nami Mamo O Kulia I Ka Uii」の華麗なるフラダンスショーが披露され、来場者を大いに楽しませました。



ファイナレを飾ったのは、昨年に引き続き3000発の花火大会でした。南陽市の夜空に咲いた華やかな花火は、再開後の2回目の夏祭りに込めた思いを象徴し、皆さまの心に深く刻まれたことと思います。

感染対策はもろんのこと、暑さ対策にも注意して開催いたしました。連日の猛暑で体調を崩される方も数名あり、来年に向けてさらに改善を図り、より多くの皆さまに楽しんでいただけるよう努めてまいります。

再開以来、皆さまからいただいた「素晴らしいかった」「ありがとう」という温かい言葉を励みに、職員一同、努力が報われたと思います。地域の皆さまに支えられていることに感謝し、今後も皆さまの期待に応えられるよう努力してまいります。

夏祭り開催にあたり、ご協力いただきました地域の皆さま、関係者の皆さまに改めて感謝申し上げます。公徳会はこのからも地域に根差した法人を目指し、地域活動に積極的に取り組んでまいります。来年も、多くの皆さまのご来場を心よりお待ちしております。



コグニサイズ指導者による認知症予防運動

公徳会では南陽市、高島町の一般介護予防事業として「認知症予防教室」事業を「コグニサイズ」で受託しております。今回は「コグニサイズ」要素を含んだ運動をご紹介します。

1 椅子に座って行うコグニサイズ（基本動作★～☆☆）

1、2...5...7...10...



基本姿勢
肩の力を抜き、背もたれに寄り掛からないように椅子に腰掛けましょう。

歩行★
①座ったままで、無理のない範囲で腕を振り、膝を上げて10歩まで声を出して数えながら歩行しましょう。
②「3の倍数」の数字は声に出さずに頭の中でカウントし、それ以外の数字はしっかりと声に出して数えながら15歩まで歩行しましょう。
③さらに「4の倍数」の数字も同様に声に出さずに頭の中でカウントし、それ以外の数字はしっかりと声に出して20歩まで歩行しましょう。

CHALLENGE課題
カウント方法を「30からスタートし、1ずつ減算する」に変えて行ってみましょう。
※「3と4の倍数」は同様に頭の中でのカウントです。
※足踏みが止まらないように注意しましょう！！



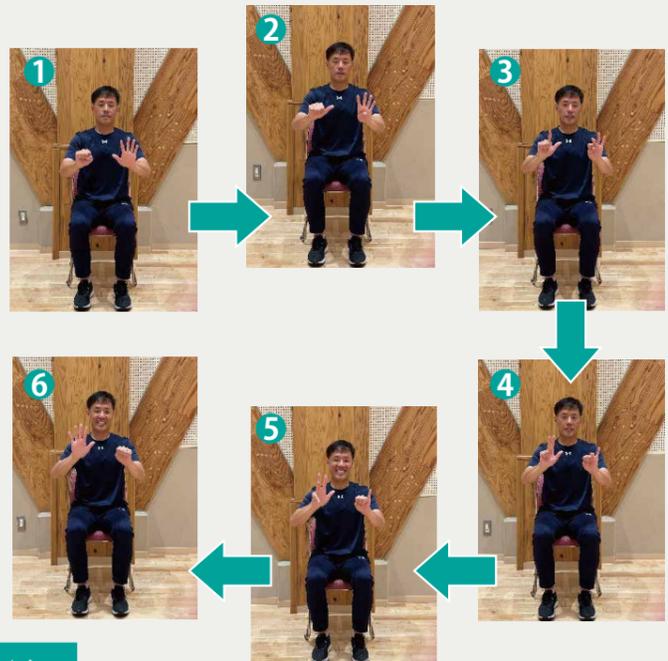
2 椅子に座って行うコグニサイズ～応用編～（★～★★★★）

次の上半身動作を行ってみましょう。

動作説明★

- ①身体の前で右手「👉」、左手「👈」にします。以後、左右の手の指を以下のように同時に動かします。
- ②右手親指を曲げ、左手親指を伸ばします。
- ③右手人差し指を曲げ、左手人差し指を伸ばします。
- ④右手中指を曲げ、左手中指を伸ばします。
- ⑤右手薬指を曲げ、左手薬指を伸ばします。
- ⑥右手小指を曲げ、左手小指を伸ばします。
- ⑦⑥まで進んだら①に戻り2～3セット行いましょう。

※動かしづらい指もありますので、無理に伸曲せず、出来る範囲で行いましょう。
※動作を覚えたら、指を同時に動かすことを意識して行いましょう。



CHALLENGE!! (★★★★☆)

指の動作に慣れてきた方は、歩行をしながら行ってみましょう！この時、歩数をカウントしながら行くとさらに難易度が上がりますので、チャレンジしてみましょう。

認知症予防運動（コグニサイズ）は考えながら運動を行うことで、脳とからだの機能を効果的に維持・向上させることを目的としております。今回の内容では、足踏みが止まらないように注意しながら、両手の指を同時に動かせるようにチャレンジしてみましょう。

もの忘れ	認知症
■体験の一部を忘れる 「昨日の晩ごはんは、刺身だったかな～？」	■体験全体を忘れる 「昨日、晩御飯食べたっけ」
■ヒントを与えられると思わせる 「誰だったかな～？」『昔近所に住んでいた人だよ』『あ、思い出した！〇〇さんだ！』	■ヒントを与えられても思い出せない 「誰だったかな』『昔近所に住んでいた人よ』『う～ん…わからないなあ』
■時間や場所などの見当がつく 午後5時頃に「自宅」で「そろそろ晩ごはんの支度をしよう」	■時間や場所などの見当がつきにくい 午後5時頃に「自宅」で「そろそろ家に帰らせてください」
■日常生活に支障はない 生活を送るのに、見守り・介護は不要	■日常生活に支障がある 日常生活に支障がある生活を送るのに、見守り・介護が必要

「老化によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」にはちがいがありません。ご本人やご家族が「年のせいでしょう」と思うような日常の些細な変化が、認知症のサインかもしれない。しかし、認知症の初期は「老化による物忘れ」との区別がつきにくい。そのため、「あれ、おかしいな」「昨日とはちがうな」と思ったら、早めの受診がおすすめです。

認知症ってなに？

認知症は誰にでも起こる可能性のある病気です。認知症はいろいろな原因で脳の細胞が減ってしまったり、働きが悪くなったりするためにさまざまな障害が起これ、生活に支障をきたす状態です。



もの忘れ、認知症のことで困ったら、悩まず気軽にご相談ください。

〈担当〉鈴木・佐藤
☎0238-43-6040
〈受付時間〉平日9:00～17:00

精神科や心療内科でなくても、近所のかかりつけのお医者さんにも相談できます。認知症は、約2年で軽度から中度へ進行するという報告もあります。「認知症かもしれない、でもまさか…」というくらいにうちに、一度、身近な相談窓口、かかりつけ医または認知症疾患医療センターに相談することをおすすめします。

認知症は治療できるの？

検査してみたら認知症ではなかったということもあります。まずは相談・検査をしてみることが大切です。早期に治療やケアをすれば、症状を和らげたり、薬により進行を遅らせたりすることもできます。

診断後等の認知症の方や家族に対する相談支援

／ぜひお越しください／

佐藤病院認知症疾患医療センターと南陽市共催で講演会を開催します。

- 日時 10月17日(木)13時30分～15時30分
- 場所 南陽市役所4階 大会議室
- 内容
 - ▷第1部 コグニサイズ～みて・きいての体操～(佐藤病院コグニサイズ指導者)
 - ▷第2部 「難聴と認知症の関係とヒアリング予防」(聴脳科学総合研究所 所長 中石 真一路氏)
- 料金 無料
- 対象 認知症に興味のある方どなたでも

問い合わせ・申し込み 》》 南陽市福祉課介護業務係 (☎40-0610)



もの忘れと認知症の違いについて

佐藤病院 認知症疾患医療センター



野球部活動報告 KOUTOKUKAI BASEBALL NEWS

日頃より佐藤病院野球部の活動にご理解・ご指導をいただきまして心より感謝申し上げます。
 令和6年度は、山形県社会人軟式野球大会にて大会12連覇を達成し、12年連続14回目の天皇賜杯全日本軟式野球大会の出場権を獲得しました。また、今年より国民体育大会から国民スポーツ大会と名称が変わった東北ブロック予選で第2位となり、佐賀県で開催される第78回国民スポーツ大会の出場権も獲得し、2つの全国大会へ出場致します。

9月13日(金)～9月18日(水)に静岡県にて開催されました天皇賜杯の結果を以下にご報告いたします。 天皇賜杯第79回全日本軟式野球大会ENEOSトーナメント 静岡県

1回戦 | 令和6年9月14日(土)

チーム名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	計
宮崎サニクリーン	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
公徳会佐藤病院	0	0	0	0	1	0	0	0	×	1

2回戦 | 令和6年9月15日(日)

チーム名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	計
大阪シティ信用金庫	0	1	0	1	2	0	0	0	0	4
公徳会佐藤病院	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0



令和6年度大会日程

- 国民スポーツ大会 (佐賀県) 10月11日～14日
- ジャパンメディカルリーグ(長野県) 11月23日～25日

お知らせ

公徳会佐藤病院野球部の公式Instagramです。大会情報や日々の練習、活動を投稿して参りますのでぜひご覧ください。

Follow Us!



「精神障がい者施設・米沢整備計画(米沢くぬぎ荘開設計画)」について

この度、米沢市に精神障がい者を対象としたグループホーム「米沢くぬぎ荘」の開設を予定しております。長期入院者の社会復帰や高齢化による介護が必要な精神障がい者にも対応できる24時間365日支援が行えるグループホームを予定しております。当法人では南陽市において同様のグループホームを運営しており、そのノウハウを生かし、米沢地区の精神障がい者の社会復帰・地域生活の一助として整備し、さらなる地域生活支援の充実を目指します。



開設予定日 令和7年4月1日
 所在地 山形県米沢市下花沢二丁目2082番2
 建物 木造平屋建て(延床面積:約150坪)
 定員 20名(併設:短期入所1名)

くぬぎ荘地域連携推進会議とグループホーム見学会の開催

くぬぎ荘では地域の理解と連携を高め、入居者が自分らしく安心して暮らすことができる体制の構築を目的に、9月27日(金)に地域連携推進会議を開催しました。

外部出席者の皆様(南陽市福祉課様、地区役員様、地区民生委員様、市内福祉事業者代表様、ご家族様代表)と入居者様代表をお招きして、施設概要の説明と運営報告を行い、見学会も行いました。会議では客観的かつ多角的な視点でのご意見を多分にいただき、有益な場となり、透明性の確保に繋がったと感じております。また入居者様の声を直接反映できる場となり、入居者様と地域の皆様の距離を縮め、顔の見える関係性作りに向けた貴重な機会となりました。

見学会でも出席者の皆様からは「グループホームそれぞれの特性や違いが訪問してわかった。」「身近に感じられるようになった。」「この声もいただき、地域の員としてのご理解を得られる機会となりました。今後ともくぬぎ荘では、この機会をうまく活用しながら、地域の中で顔の見える関係性を構築する機会を積極的に作り、グループホームと地域との連携を推進し、地域で自分らしく暮らすための事業運営に活かしていきたいと考えております。」



診療情報 令和6年度

【佐藤病院】

	7月	8月	9月	平均
外来件数(一般外来)	1日平均 70.5	82.4	76.7	76.5
(うち、時間外外来受診件数)	月件数 8	6	8	7.3
入院者数【総ベッド数114床】	1日平均 111.9	110.1	110.2	110.7
入院件数	月件数 24	22	28	24.7
(うち、措置・応急入院件数)	月件数 1	1	1	1
退院件数	月件数 25	22	30	25.7
平均在院日数	109.2	117.4	115.8	114.1
(うち、救急病棟平均在院日数)	65.0	70.2	72.4	69.2

【若宮病院】

	7月	8月	9月	平均
外来件数(一般外来)	1日平均 101.8	102.1	102.3	101.6
(うち、時間外外来受診件数)	月件数 14	19	10	14.3
入院者数【総ベッド数113床】	1日平均 111.1	109.3	107.5	109.0
入院件数	月件数 28	28	16	24.0
(うち、措置・応急入院件数)	月件数 2	4	0	2.0
退院件数	月件数 32	27	26	28.3
平均在院日数	112.5	111.7	125.7	116.0
(うち、救急病棟平均在院日数)	67.7	67.2	79.8	71.5

【米沢こころの病院】

	7月	8月	9月	平均
外来件数(一般外来)	1日平均 79.3	89.5	83.3	84.0
(うち、時間外外来受診件数)	月件数 7	17	9	11
入院者数【総ベッド数114床】	1日平均 105.6	101.7	102.4	103.2
入院件数	月件数 22	31	30	27.6
(うち、措置・応急入院件数)	月件数 0	3	0	1
退院件数	月件数 29	33	28	30.0
平均在院日数	92.3	89.6	84.4	88.7
(うち、救急病棟平均在院日数)	62.7	61.6	58.3	60.9

表紙写真

ダリヤ

撮影/渡部俊一氏



<https://wakamelab2020.wixsite.com/wakamiyahospital>

若宮病院の広報メディア委員会でSNS情報発信のホームページを開設しました。

ホームページでは若宮病院で運営しているYouTube、Instagram、ブログを見ることが出来ます。内容を一部ご紹介いたします。

- ▶ 若宮病院ハッピーチャンネル (YouTube)
- ▶ wakamiya_hospital (Instagram)
- ▶ 若宮病院～ゆるーく優しくポジティブに～ (livedoor Blog)

公徳会夏まつり～3000発の大花火中継～ (ライブ動画)

今回、初めて花火大会の映像をライブ中継でお届けしました。花火の臨場感が少しでも伝わればと思います♪

精神科デイケア 10月オススメプログラム

愉快的なスタッフと共に、プログラムの紹介をしてみました。ショート動画で視聴することが出来ます♪

病棟 腰痛体操

利用者のケアの資本はスタッフの体!ということでスタッフ向けの腰痛体操を動画にしてみました♪

山形市役所障がい者アート出展 (7月29日)

山形市役所で開催された障がい者アートに当院の作業療法活動で制作したロールモザイクを展示しました。多くの方にご覧いただきました♪

精神科デイケア 薬剤師による服薬指導 (8月6日)

当院の薬剤師が精神科デイケアの利用者に服薬の説明を行いました。参加者からの質問に対して丁寧に回答させていただきました。少しでも疑問が解消され、理解が深まれば良いと思います♪

アルコールグループ夏野菜カレー (8月19日)

アルコールグループの利用者、スタッフと夏野菜カレーを作りました。みんなで一緒に作ったこの味、みんなで過ごしたこの時間を忘れない♪

おらが部署自慢シリーズ始めました

当院にはどんな部署があるのか、どんな役割や職種が働いているのか部署ごとにブログで説明しています。現在も更新中ですのでぜひチェックしてみてくださいね♪

これからも当院では精神科への偏見・差別解消、正しい情報を拡散するためにSNSでの情報発信にも力を入れていきます。

