



発行者 小川赤十字病院
 デイケアセンターソレイユ
 埼玉県比企郡小川町大字小川 1525
 Tel.0493-72-2333

発行 令和3年7月
 印刷 小川赤十字病院

はじめに

今年度からデイケアセンターソレイユは本館 4 階に移転しました。東と南は大きなガラス窓、夏の到来を告げるまぶしい緑の山々に囲まれ最高のロケーションで活動しております。以前は遠く離れていた精神科外来も近く、各科の外来と同じ建物になり受診される方にも大変便利になりました。利用者の皆さんから「きれいになった。」「近くなって通いやすい。」「景色がいい」「デイケアを大切に残してくれてうれしい」という言葉が聞かれています。新型コロナウイルス感染防止のため以前のような楽しい行事が開催できない日が続いていますが、いろいろ工夫をしつつ運営し、今まで通り人と人をつなぐ場所でありたいと思います。



とにかく明るいデイケアルーム。
 来るだけで体内時計リセット!?

院内フロアマップ



ここです

引っ越しました。



新しい方
 WELCOME です



ロッカー室
 ちょっと休憩



仙元山が美しく見えます



勉強会

～精神科のお薬について～

精神科病棟の薬剤師さんから、精神科のお薬について説明して頂きました。病気の特徴や薬の効果、副作用などについて、皆さん真剣に聴いていました。自分の病気や治療について知っておくことは、病気と上手に付き合いながら生活を送るために大切なことです。また、皆で同じ話を聴くことで、困ったときなど相談しやすくなりますね。

Q&A 参加者からの質問に答えて頂きました

Q 薬を飲み忘れてしまったらどうしたらいいでしょうか？

A お薬の種類によって対応は異なります。薬剤師に相談してみましよう。

Q 薬が余ってしまった時はどうすればいいでしょうか？

A かかりつけの薬局で相談しましょう。



Q 二か所の病院で薬を出してもらっているが、飲み合わせが心配。誰に相談したらいいでしょうか？

A お薬手帳を必ずつけて、毎回病院や薬局で見せて確認してもらいましょう。

Q 便秘時、アローゼンかラキソベロンを飲むか悩むことが多いのですが、どうしたらよいでしょうか？

A どちらも大腸を刺激して便を出す薬ですが、ラキソベロンは習慣性がないと言われ、量も調節しやすいので良いと思います。



感想

薬を飲む必要性が学べましたね。

- ・病気のしくみや薬について詳しく説明してもらえてよかった。
- ・薬とずっとつきあっていかなければならない大切さを感じました。
- ・二か所の医者から薬をもらっているが、薬を見てもらって合わせて飲んでも大丈夫と言われて安心しました。



新しくなったデイケアについて一言

室内が前に比べて綺麗で清潔なイメージがします。出来ればインターネット利用が出来ると情報収集の面で調べごとがある時便利になりますが？ (はくたか)

※現在はインターネットできます

新しくなったデイケアは、前よりだいぶ狭くなったけど、4Fになったため、窓からの眺めが良く外を見ると気持ちが安らぎます。 (ストーリーテラー)

以前あった所は有効利用されるそうです。外来や会計等に行くにも便利になりました。眺めがいいのもいいです。 (SK)



手洗い

コロナ禍で気を付けていること



マスクの着用

私は手洗い・マスク・3密回避で出来る範囲のことをしたならば、後は天に任せるしかないと思っています。個々の人の置かれた環境で、それぞれ必要以上に過度なリスクを取ることはすべきではありません。一方過度な自重はかえって精神的なダメージ・圧迫につながり、これは避けなければなりません。

人や社会とつながることは人間には必要なことだと思います。コロナにかからない、他人にうつさないためには何をすれば良いのか、何をしてはいけないのか日常的な自問は不可欠だと思います。

要は人を思いやることが、コロナ禍での自分の「自由」を少しでも広げていく要諦だと思います。 (たき火で朝男)

コロナ禍で気を付けていることは、グループホームでの毎朝の検温です。 (ストーリーテラー)

外出中は、マスクを正しくつけて、3密を避けて行動することです。

家に帰ってきたら、手洗い、マスクの交換、服を着替えることをしています。体力も落ちないように、適度な運動もして対策しています。不安な気持ちにならないように、情報を取りすぎないことも大切です。 (HY)

つぶやき編集委員会 編集委員より一言

- ・ コロナで精神を患う人が増えています。デイケアの役割は大きいと思います。 (SK)
- ・ コロナの影響で好きなイベントもほとんど行けず。次はいつになるか？ (はくたか)
- ・ 新しくなったデイケアは、こぢんまりとしていて楽しいです (ストーリーテラー)

絵画

今年度のプログラムに新しく『絵画』を入れました。油絵や水彩画、塗り絵、ペーパーロールアート、押し花などそれぞれ自分のやりたいことを選んで取り組んでいます。4階から眺める景色が美しく、絵画作品の題材にもなりそうです。移転をきっかけに新たな挑戦が始まっています。



ペーパー ロールアート



絵を描くこと

絵を描くことは楽しい。うまい下手は関係ない。途中で悩むこともあるが結局は楽しい。人が何と言おうと自分が観たことを素直に描けばそれで良い。そうしていけば、絵の神様はきっとあなたの心に現れる。まずはやってみよう!! 【守屋】



押し花アート



コーヒースタイル

散歩中に積んだ花で押し花を作成しました。専用の器具と電子レンジで簡単にできます。しおりや壁飾りにするととても素敵です。

本年3月、東病棟は53年の歴史に幕を閉じました。それに伴ってソレイユの場所も移動となりました。坂を登らなくてもいい、景色が良いなど、以前より快適になっているかと思います。ソレイユ移転に際しては沢山の病院職員にご尽力をいただきました。看護部、企画総務課、施設課、医事課、沢山の皆さんと知恵を出し合って、今の場所を用意しました。明るく、便のいいソレイユに生まれ変わり、感謝したいと思います。メンバーの皆さん、仲良く、沢山利用してくださいね! 精神科部長 竹林正浩



編集後記

約1年ぶりのデイ通信発行となりました。当初は3月を予定しておりましたが、移転が決まったこともあり、皆様にいち早く新天地を紹介したいという思いから時期をずらしました。場所は前よりコンパクトになりましたが、それゆえに一体感も感じられメンバー間の交流も深まっているように思われます。長期戦となったコロナ禍ですが、窓からの景色はとても爽快で心を癒してくれています。“コロナ”もうちょっと我慢できそうですね!! (美)