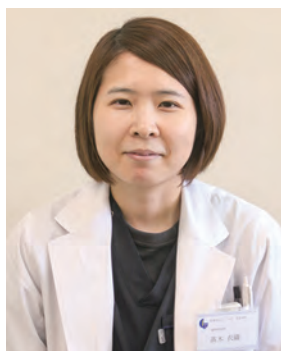


はじめまして、高木衣織と申します。高知大学医学部附属病院精神科からの派遣にて、令和8年4月1日より芸西病院で勤務させていただきます。何卒よろしくお願ひ申し上げます。

簡単ではございますが自己紹介をさせていただきます。私は生まれも育ちも高知で、小中高大も高知の学校に通いました。大学卒業後は国立高知病院で研修医として2年間勤務し、高知大学精神科に入局しました。入局後は、高知大学医学部附属病院、高知医療センター、渡川病院といっ



新任の挨拶

精神科医師 高木衣織



た高知県内の病院を転々とし、現在に至ります。こちらでの勤務が始まって1カ月ほど(執筆時5月)ですが、生まれてこのかたずっと高知で過ごしてきたこともあり、私にとっては馴染みややすく働きやすい環境だなあと感じています。私の医局での席は窓側で、顔を右に向ければすぐに山と海が見えて、風の通りも良くて心地よいので、いつも爽やかな気持ちになれます。

突然ですが個人的なニユーアとして、今年の正月に初めて観葉植物を購入しました。小さい頃から植物が好きで、小学生のころには図鑑を手に

近所の堤防を歩いたこともありましたが、いつかはと考えてきました。30代になり20代のころと比べると仕事や普段の生活にも慣れてきたため、やっと購入することに決めました。フィカス・ジンという種類で、調べたところによるとゴムの木の一種だそうです。まだ小ぶりですが、葉が大きく、その葉の色が緑や黄色一色ではなく、斑になっていることが一番の特徴です。そろそろ気温が上がってきたので、鉢の植え替えをしようと考えています。観葉植物を枯らさず、今年1年を無事に乗り切ることが個人的な目標です。

仕事に関する目標としては、地域の医療に少しでも貢献できるように日々勉強に取り組むことです。以前までは、精神科指定医、精神科専門医

の資格を取得するという明確な目標があったのですが、去年度は無事どちらも達成できました。喜ばしいことではあるのですが、分かりやすい目標がなくなった分気が抜けず、ぎないよう、勉強をおろそかにしないように頑張りたいと思います。

これからご迷惑をおかけすることが多々あるかと思いますが、何卒よろしくお願ひ致します。

春から夏へ ～芸西病院歳時記～



外来診察担当医

令和8年4月1日～

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	山崎 (第1)	岩崎 (第3)	山崎	清藤 (第1・3)	山崎	八木	八木	山崎	山崎		麻生	休診
	八木 (第2・4・5)		八木	八木 (第2・4・5)								
精神科	大崎	赤川	大畑		藤戸良輔	大崎	高木		正木	交代制	休診	

芸西病院



発行所
安芸郡芸西村
芸西病院
TEL 0887(33)3833

発行責任者
山崎一明
<http://okura-kai.com/geisei/>



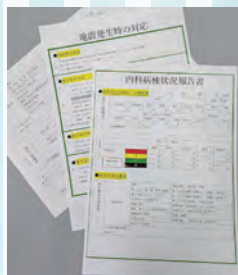
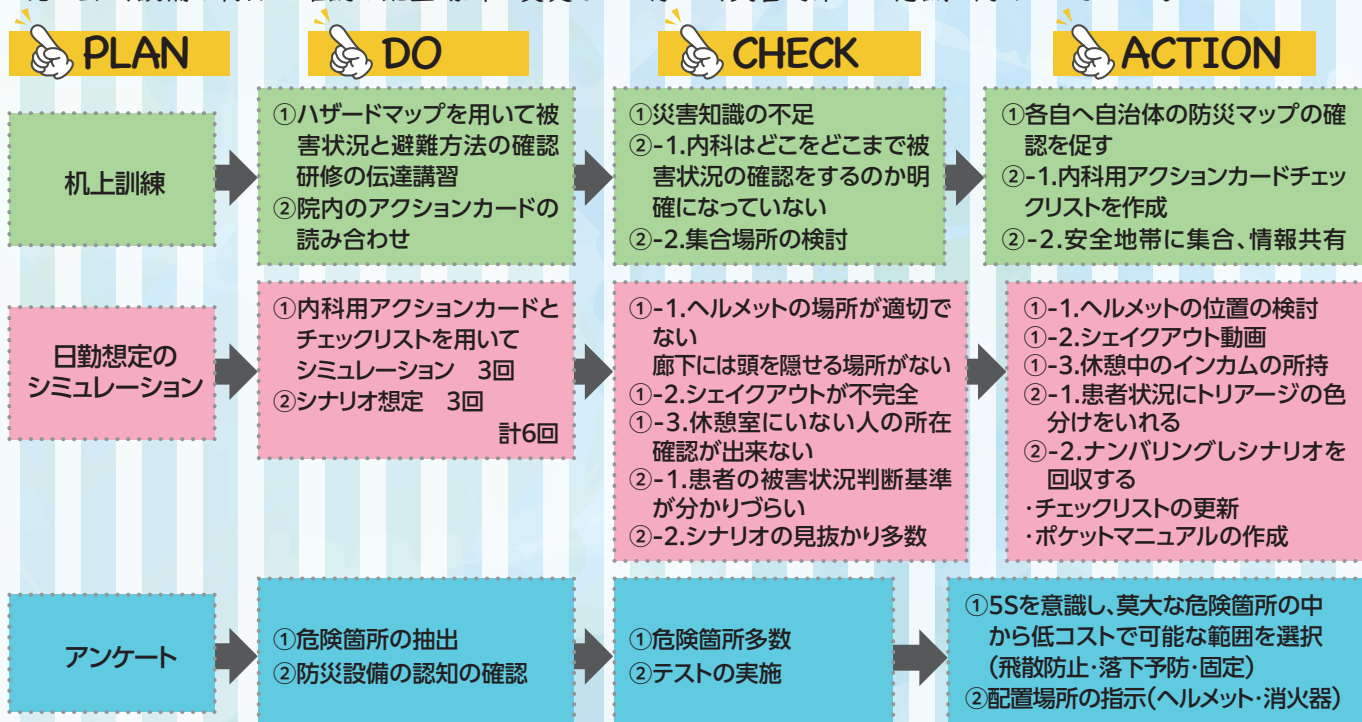
組んだ1年!! 私達のできる防災メソッド～

関田純子 福本小百合 村岡涼子 安岡杏奈

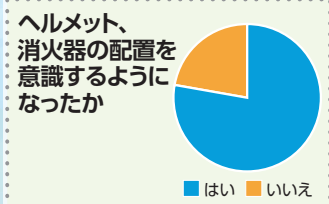


対策の実施

内科病棟用のアクションカードやチェックリストを作成し、それをもとに日勤を想定した災害シミュレーションを病棟スタッフ全員参加で6回実施しました。実施ごとに出てきた疑問点や改善点をもとに、アクションカードやリストの見直しを行い、危険個所の洗い出し、設備や物品の確認や配置場所の変更などを行って、災害対策への意識を高めていきました。



検討を重ねたチェックリスト



考察

チェックリスト作成により、確認箇所が明確になり見落としを防ぐことが出来ました。訓練に消極的だった職員も、参加することで災害を身近に感じ発言が活発になるなど「問題→対策→検証→改善」を繰り返すことによって状況の可視化が図られ、現実に応じた訓練となっていました。しかしながら、これらの知識や自信は6～12か月で低下するとされています。

今後は防災訓練の定例化や夜間想定訓練などの活動を続け、あらゆる場面での応用力を身につける必要があります。



院内QC活動発表会
金賞受賞!!

1階内科病棟「地震対策」に取り 来たる南海トラフ地震に備え ～

1階内科 QC活動係：大西大作 押谷美玖 小松知世

もし地震が起こったら・・・病院全体の「災害時アクションカード」はありますが、それを意識してスタッフは具体的にどう動けばいいでしょうか。深く理解ができていると言えない現状を打破し、南海トラフ地震をはじめとした来たる災害に備え一致団結して準備や検討に取り組み、災害対策の具体的なイメージを持ちたい！ 1階内科では、QC活動係の発案で、病棟スタッフ全員で1年かけて「防災対策」に取り組み、3月に開催した院内QC活動発表会で金賞を受賞しました。

現状把握

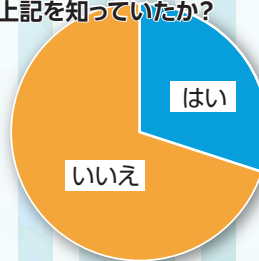


Q. 院内シェイクアウト訓練に参加したことがあるか
(日勤者)



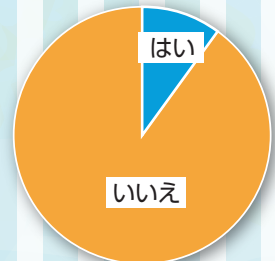
シェイクアウト参加率は100%だが…
防災に対する意識が低い

Q. 震度5以上の地震が発生した場合、自発的に病院へ参集する
(院内アクションカードNo.7に記載)
上記を知っていたか?



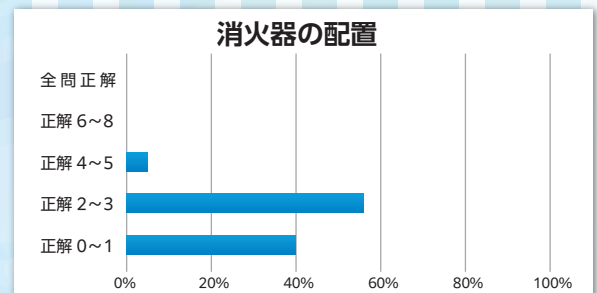
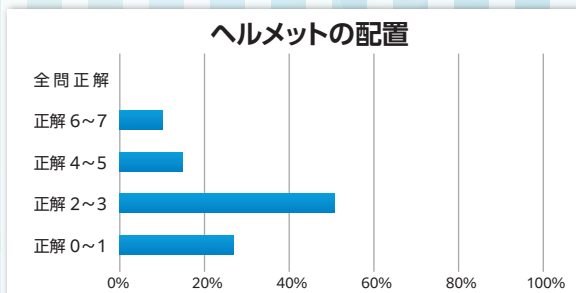
はい いいえ

Q. アクションカードに目を通したことがあるか



はい いいえ

詰所内を見回してみると、地震発生時にはガラスの破片が飛び頭上から重たいものが落ちてくる箇所がいくつもあることに気づきました。病棟内にはヘルメット7か所、消火器が8か所設置されていますが、抜き打ちテストを行ったところ、



ヘルメットや消火器の所在場所を2~3か所しか認識できていないスタッフがほとんどで、日常の「景色」となって通り過ぎていたことがわかりました

目標設定



資料でいっぱいの師長室

- ①内科病棟用アクションカードを作成し、地震発生直後からどう動いていいかが分かる。
- ②詰所内の整理をし、人的な被災を減らすことが出来る。
- ③スタッフの防災への意識改革につなげる。



患者さんの安全確認の方法は?



自分の身の守り方って?



新人研修を行いました

職種も年齢も、これまでの経験も様々な新しい仲間を迎え、5月13日(水)に新人研修を行いました。午前中に施設内を回り各部署で説明を受けたあと、午後は当法人の歴史や経営方針、精神科医療の歴史や法律、職業倫理の研修を行いました。「同期の仲間」として、最後はグループワークで意見交換し、1日じつくりと学びを深めた時間となりました。少し感想を紹介いたします。

▶初めての場所で緊張しているのは自分だけじゃないと感じ安心しました。
芸西病院の立地には意味があったことを知り、精神科の患者さんにとっての環境を第一に考えられていた藤戸せつ前理事長の思いを理解しました。

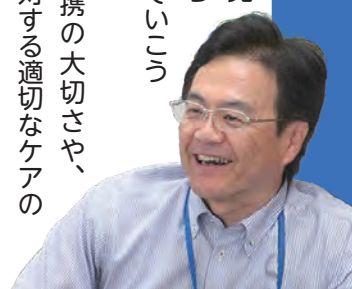


ることを自覚し、これから長く頑張っていこうと思います。

▶多職種連携の大切さや、患者さんに対する適切なケアの必要性を感じました。

▶病院や施設の在り方をきちんと勉強し、入院患者・利用者の皆様が生活しやすい環境を作っていけるようにしていきたいと思います。

▶所属部署以外を見学することで、似た大変さや違う大変さを知ることが出来ました。法律や倫理を意識して自分自身の心身のセルフケアもしっかりと行い、よりよいケアを行っています。



「病棟に、もっと季節感を」

1階内科病棟 准看護師 小松 知世

皆さんは、内科病棟デイルーム近くの壁の一部が、私に占拠されているのをご存じですか？実は、



ないのは・・・エッフェル塔と段ボールって色が何となく似てませんか？いつもフリーハンドで思いのまま切り出しているのですが、今回はさすがにエッフェル塔の画像を見ながら作成しました。そのためいつもより時間がかかり、沢山の方々に見られながらの制作となったのですが「いつも楽しみにしてるよ。また後で見に来るね」などと声をかけていただきました。完成後も「ステキ♡」と言っていただけだと、嬉しい反面、こんなに見てくれている人がいたんだと震えております。お褒めいただき、ありがとうございます！

飾を変えています。きっかけはレク係と言えど年に2回ほど音楽療法士さんの力を借りて歌の会を開くくらいでした。内科病棟では寝たきりの患者さんが多いのですが、食事の際はデイルームへ来られる患者さんもいます。ここにもっと季節感があつたらいいなと思い、壁や窓に花や紅葉の飾りつけを行うことになり、今に至ります。

作品についてですが、最初は、「木」で季節を表現しようと思い、秋に始めた紅葉から春の桜までは、季節に応じて順調に木に色々と咲かせていたのですが、五月頃に咲く花と言えは薔薇です。でも薔薇って木からは生えないんですよ。蔓薔薇として木に巻きつけるというのもありだとも思いましたが、木ではなく、タワーにすれば薔薇は映えるのではと閃きました。日本なのに東京タワーじゃ

6月は虹と紫陽花です



壁の装飾が季節に応じて変わっていくことで、病院の中ではありませんが患者さんに少しでも「季節」を感じ、味わってもらえたらいいなと思います。



ほっぷ STEP 精神デイ!

～フリーマーケットに参加して～

精神デイケア 作業療法士 田野岡 宏樹



精神科デイケアでは、藤戸病院で開催されているフリーマーケットに参加しています。昨年、初めて参加した時は、藤戸病院の皆さんの完成度が高い商品を見たことや、実際に自分達が作った物が売れることの嬉しさ・楽しさを感じたことで、次回に向けて「次はこうしたらいいね」「あれ作りたいね」と利用者さんの意欲が湧いていました。そんなある日、利用者

さんから「家で作ってきました」と樹脂粘土で作った作品を見せてもらったのです。

「これは・・・売れる!」と田野岡は確信。利用者さんから作り方をみんなで学び、フリーマーケットに向けて準備をしていきました。

4月28日にフリーマーケットが開催され当院デイケアも参加。天気にも恵まれ屋外で販売する事ができ、多くのお客さんが足を運んでくれました。初めは緊張していた事もあり利用者さんの表情は硬く、余裕がありませんでした。しかし、自分達が時間をかけて作った商品を「かわいい!」「本物そっくりで美味しそう」「もっと高くても売れるで」などお褒めの言葉を頂いた事で自然と緊張が和らぎ、商品の説明や対応など余裕を持って行えていました。

今後もフリーマーケットなどの就労体験を重ねていくことで働くイメージを持ち、それを就労意欲へと繋げていけたらと考えています。参加の調整をして下さった藤戸病院デイケアの皆様、本当にありがとうございました。



田野岡が作った納豆(笑)



この機に調べてみたところ、芸西病院にやってきたこのツバメは「コ



リ。芸西病院に長く勤める先輩職員からも、こんな鳥の巣は初めて見たとのコメントが。

10月頃までコシアカツバメが見られるそうなので、皆さんもツバメを見かけたらぜひ種類の違いを観察してみてください。

ゴールデンウィーク明け、数日ぶりに見たツバメの巣は、入口が細長く中が見えないトックリのような形に仕上がっていました。私はお椀型の巣ができると思っていたので変わった形の巣にビックリ。

ツバメといえど背中が黒、顔が赤、お腹は白のイメージですが、このツバメは顔ではなく腰が赤く、顎からお腹には細かく縦縞模様があり、よく見るツバメとはちよつと違う風貌をしています。

4月最終週、相談室前の軒下に建設中の鳥の巣を発見しました。家主は番のツバメで、泥団子を運んできて塗り重ねるという、巣作り作業に励む姿が見られました。



ツバメの観察は体が大きくなつて飛行訓練をしている姿からとなりました。コシアカツバメは一部地域で絶滅危惧種に指定されていて、見つけたらラッキー!な鳥だから。4月中旬～下旬に日本に飛来し、5～10月に巣作りと子育てをして、冬になる前に日本を離れて東南アジアで冬を越すそうです。

「珍しいツバメ」



医療相談室
川竹 亜弥

やわらぎ通信

リゾートビルやわらぎ
運営理念

その人らしさを尊重し
人々とのつながりを大切に
明日につなげるケアをめざす

第1回総合防災訓練を実施して

やわらぎ事務 田中 紗矢佳



令和8年5月27日午後、豪雨の中、震度7クラス
の地震と漏電火災発生を想定した避難訓練を行
いました。年3回開催している避難訓練ですが、
新たに就職した職員を加えやわらぎ全体での避難
誘導の流れを確認しました。今回の漏電火災は、
やわらぎ正面玄関の近くにある通所リハビリの浴
室でした。外は豪雨で逃げるわけにはいかず、1
階フロア奥にご利用者と一緒に避難しました。1
階フロアには天窓があり、地震後で割れて落ちて
きている、もしくは落ちてくることを意識し、避難誘導に気をつけている職
員が多くいました。火災の初期消火失敗からの誘導・伝達・避難経路・被災
状況の確認、それぞれ1人1人意識しながら訓練に参加していました。訓練
後のミーティングでは、「建物崩壊状況など意識できていなかった」という
気づきもあり、次の訓練や実際の災害時に活かせるようにと思いました。や
わらぎでの防災訓練が初めてになる新入職員と一緒に、福祉避難所用の段
ボールベッド・室内テントなどの置き場所の確認から組み立て、どこに設置
するかなど1つずつ確認していきました。大地震での被害状況は自分たちが
想定している以上のものになると思いますが、基本的な避難時の行動に加え
臨機応変に対応できるよう、これからも真剣に訓練に参加していきたいです。



コーラスコンサート開催されました♪

令和8年4月12日コーラスグループ Coroutteeの皆様が歌を
披露しに来てくださいました。

高知県内を主にボランティアにてコーラスのコンサートを展開している
Corouttee (コロ・トゥッティ) の皆様、ソプラノ歌手の森下
亜理さんが指揮者にて代表を務めておられます。

いつもの日曜日とは違う、午後のひととき、素晴らしい歌声がやわらぎに
ひびきました。ご利用者からは若いころに流れていた歌を口ずさんだり、「感
動した」とコーラスの心に染みるハーモニーに涙ぐまれる方もいらっしゃい
ました。

とても良い時間を過ごすことができました。次回のご来訪をお待ちして
おります。



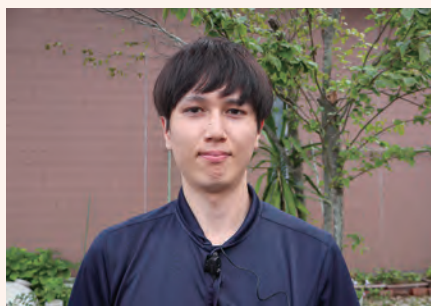
新 紹 介

これからよろしく
お願いします🙏



2階療養部

介護福祉士 高野 清臣



機能訓練室

理学療法士 森崎 亘平



通所リハビリ

介護助手 谷田 来美



相談室

支援相談員 池添 菜菜美



栄養課

管理栄養士 楠 茉也

2026年5月15日〜16日にかけて名古屋で開催された研究大会に参加、またポスター発表を行って参りました。様々な講演の他、一般演題は118題、参加者は740名以上と、大きな大会でした。今大会のテーマは「Let's Create——リエゾンで紡ぐ明日のデイ・ケア——です。リエゾンとはフランス語で「連携」「橋渡し」「つなぎ」を意味する言葉だそうです。これにちなんで、演題や各発表は、地域との繋がり、医療と介護の繋がり、また多職種連携に関するテーマが多かったように感じます。

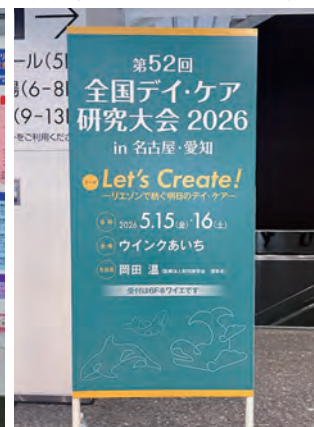
そして今回私たちは、「地域通いの場におけるフレイル予防活動の成果と参加促進への課題」について発表させて頂きました。

フレイルは、加齢に伴う身体的、精神的、社会的な虚弱状態を指し、要介護リスクを高める要因となります。

定期的な運動は、筋肉や骨の減少を防ぎ、身体的フレイルを予防します。特に、筋力トレーニングや有酸素運動が推奨されます。運動は、心身の健康を保つためにも不可欠で、日常生活に運動を取り入れることが重要です。

また社会的な繋がりを持つことは、精神的な健康を保つために重要です。友人や家族との交流、地域活動への参加などが推奨されます。社会参加は、孤立感を減少させ、心の健康を促進します。

私たちは近年、芸西村で開催している介護予防事業に参加させて頂いています。このような地域の通いの場に参加する事も、外出の機会、他者との交流の機会、運動の機会となり、フレイル予防に効果的かと思われます。しかし、こういった事業がある事を知らない方、またお一人での参加は不安で参加に至らない方もいるかもしれません。ぜひ地域の方々と、横の繋がりを強め、みんなで健康寿命をのばしていきたいでしょう！



全国デイ・ケア研究大会 in 名古屋・愛知に参加して
機能訓練室 橋本玉姫 近藤宏哉

お花見





行事

季節の
楽しみおやつ
パーティー

願いが叶いますように…

鯉のぼりの下で
まったりしましょう



小運動会



クラブ活動



園芸クラブ



硬筆クラブ



学習クラブ



将棋クラブ



生花クラブ



釣りクラブ



ドリームツアーに参加して♡

おくら会四弦楽団 大北 ひろみ

5月26日念願の「おくら会四弦楽団ドリームツアー2026」開幕しました。



記念すべき初公演は香南市の「小規模多機能ホームいろは」さんです。おくら会とは大変親しき仲であり知っている職員さんもおられたので皆でウキウキでした。私達は、昨年度から音楽好きが集まって楽しくウクレレ練習（通称…ウクレ練）をしていました。コンサートは初めてなもので、皆でどう



すればウクレレの音色が心地よく響くのか試行錯誤し、老若男女に喜んでもらえる曲を選定して一生懸命ウクレ練に励み、司会は私と通所リハビリ小松が扮するサザエさんと波平さんで決定しました。演奏は9名参加となりました。

コンサート当日、サザエさんと波平さんの掛け合いにご利用者もスタッフも大笑いでスタート。全10曲の1時間ほどのコンサートでしたがあつという間に時間が過ぎていきました。瀬戸の花嫁、ふるさとなど馴染みの曲が始まると、手拍子や歌詞を口ずさみ、涙を流されるご利用者もおられ、こちらも胸が熱くなりました。初恋の彼のことを幸せそうに語ってくれたお話もとても印象深いです。アンコールの声援の中「いい湯だな」が始まると、カトチャンの登場に一同笑いの渦に巻き込まれました。終了後「とても楽しかった、またきてよ」などのお言葉もいただき、私達ももともと喜んでもらえる曲を練習したいと思いました。いろはのご利用者の笑顔や元気な声が聞けて本当に良かったです。これからも沢山の方々に笑顔を出来るように皆でウクレ練していきます。ありがとうございました。



毎週金曜日17:00頃から練習しています。
興味のある方は気軽にお声がけください！

無我夢中 ⑤3

「吾輩の日常」小谷 チロ
(訳…事務長 小谷 潤)

吾輩はチロである。シロと呼ばれることもあった。芸西村のとある場所でのんびり暮らしていた。吾輩の領地は広く、食事にありつく為にたくさんの場所を移動した。

ある時「やわらぎ」という場所で食事ができるようなった。親切な人間が食事の準備をしてくれるようになった。親切な人間がチロと呼んでくれた。チロと呼ばれて人間に近づくことができた。吾輩はその親切な人間を「おっちゃん」と呼ぶようにした。おっちゃんが「チロー チロやーい」と呼ぶと「にゃあー」と返事することにした。雨の日や暑い日、寒い日などは吾輩をおっちゃんの小屋に入れてくれた。そんなおっちゃんとの日々を過ごしていると新しい人間がやってきた。新しい人間は「カリカリ」と呼ぶおいしい食べ物準備してくれた。吾輩はその新しい人間を「カリカリのおっさん」と呼ぶことにした。吾輩は「やわらぎ」で暮らしていたが、敵が多くカラスやタヌキ、時には他のネコと戦い傷を負うこともあったが自由気ままな暮らしであった。



2025年10月、なんと吾輩はカリカリのおっさんと新しい場所で暮らすこととなった。「家」というところだった。家には色々な「猫グッズ」が用意されていた。カリカリのおっさんの気持ちも分からなくてもいいが、野良の吾輩には用の無い物ばかりであった。しかし、今まで食事にありつく為には大変だったが、家では毎日食事にありつけるようになった。家は暖かく、雨に打たれることもなく、敵もいない居心地のいい場所である。これからもこの快適な場所であつたりと過ごしたいと思う今日この頃である。

リゾートヒルやわらぎ
インスタグラムやっていきます！

