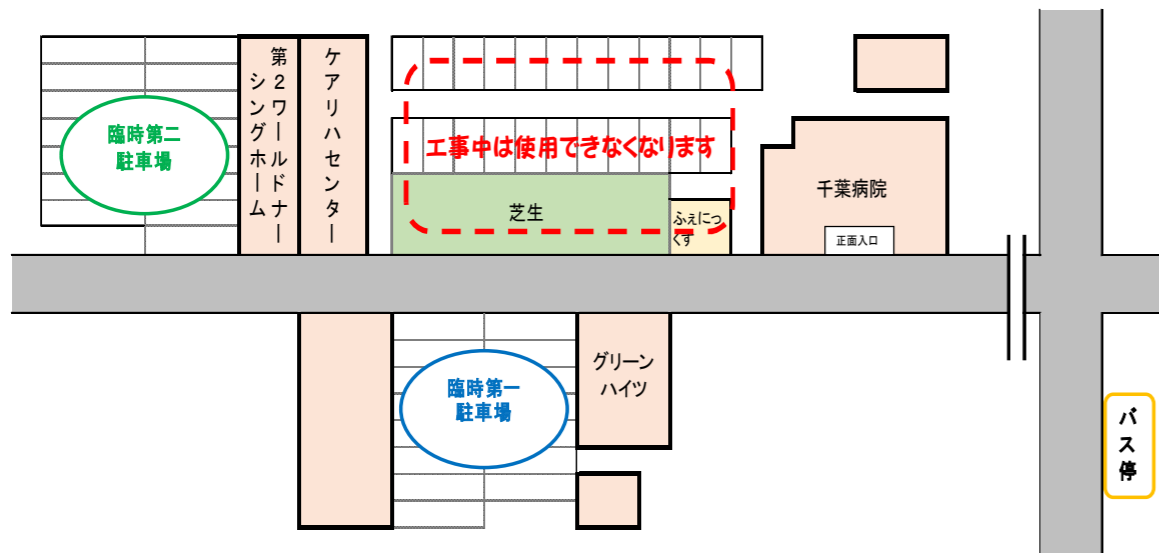


# 3月より、病院駐車場が変更になります

当院増改築工事に伴い、**2019年3月より**、現在の病院駐車場を閉鎖することになりました。工事中は、以下の臨時駐車場をご利用いただくこととなります。なお、ご不明な点は事務・外来スタッフまでお問い合わせください。



～ 最善の行動と信頼 ～

## 医療法人 同 和 会 千 葉 病 院

### 【病院概要】

- 診 療 科  
精神科・神経科・歯科（要予約）
- 院 長  
小松 尚也
- 外 来 診 療 時 間  
平 日9:00～12:30（月曜日のみ9:30～12:30）  
土曜日9:00～12:30（午後は予約制）
- 休 診 日  
木曜日・日曜日・祝祭日・6月1日（創立記念日）
- 所 在 地  
〒274-0822 千葉県船橋市飯山満町2-508  
TEL：047-466-2176 FAX：047-466-7503  
ホムネ：//www.chiba-hpon.arenane.jp
- 千葉県認知症疾患医療センター  
TEL：047-496-2255 FAX：047-496-2256



### 千葉病院 患者様の権利

- ①個人として、人格およびプライバシーが尊重されます。
- ②安全な環境で、可能な限りの良質な医療が提供されます。
- ③職員のかんがえる行為に対しても説明を求め苦情を申し立てることができます。
- ④精神保健福祉法に則った医療および処遇が保障されます。
- ⑤職員から思想・信条・宗教および個人的関係は強制されません。
- ⑥個人情報保護が確保されます。

発行：医療法人同和会 千葉病院  
発行日：平成30年12月15日  
住 所：千葉県船橋市飯山満町2-508  
Tel 047-466-2176 Fax 047-466-7503  
URL://www.chiba-hp.on.arena.ne.jp/

編集後記  
表題にもありますが、このたび、千葉病院は増改築を実施することになりました。築20年を超え、さまざまな構造上の弊害が現れ始めていることから、2年前に提起されて検討されて参りました。工事中は駐車場や騒音などでご迷惑をおかけいたしますが、ご寛恕賜らば幸甚に存じます。



千葉病院広報紙 2018. 冬号（第62号） 発行者 医療法人同和会 千葉病院

# 千葉病院増改築のご案内

千葉病院（当院）は、1996年（平成8年）に本館が落成し、今年で築22年を迎えました。その間、精神科医療や当院を取り巻く環境も大きく変化して参りました。このたび、より充実した医療を患者様にご提供すべく、本館建物を増築し、既存建物も一部改築することになりました。



### 増改築計画工程（予定）

- ★解体工事 ……2019年3月～
- ☆新病棟建築工事 ……2019年7月～
- ◎工事終了 ……2021年2月

2016年6月19日に同和会の創立60年式典が行われ、新病棟の建築の企画立案はその頃に始まりました。

千葉病院の理念は「最善の行動と信頼」であり、基本方針を要約すると、

- ①良質な医療サービスの提供、
- ②プライバシーに配慮した治療環境、
- ③社会復帰促進および地域での自立支援を通してのノーマライゼーションの実現、です。

また当院は現在、「千葉県東葛南部地区の精神科救急・急性期・慢性期及びリハビリテーション医療を担う中核病院」としての活動をしております。

その理念を達成し、活動を継続するためには、今この段階で新病棟を建築する必要があると判断いたしました。

精神科入院医療の主な対象は統合失調症でした。患者さんの長期入院は年々減少傾向にあります。しかし、病気の急性増悪に対する救急対応は常に必要です。また「重度慢性」で、長期の入院が必要な方も一定数はおります。

統合失調症の診療を続けてゆくうえでの病棟は必要ですが、そのことと同時に、近年増加傾向にある、認知症疾患に対応できる入院環境も必要となってきました。東葛南部地域における、高齢化率、それに伴う認知症の増加率を鑑みると、認知症疾患センターを拝命している当院には、認知症患者さんに対して、多様な治療手段を提供する責務があると思います。

今後の精神科医療がどのような形になるろうとも、対応できる医療構造をまず作り、その詳細に関しては引き続き議論を重ねてゆきたいと思っております。

建築中は、患者さん、ご家族、そして近隣の方々に多大なるご迷惑をおかけすると存じますが、以上の覚悟で着手する当院の決意を斟酌していただければ幸いです。

院長 小松尚也

# 家族相談室です

家族相談室 岩城・杉山



外来の手前にある小さな部屋が『家族相談室』です。現在、2名常室し、主に入院手続きや書類の受け渡しをしています。

## 【入院手続き】

入院の形態により、法律にしたがって入院手続きを行っています。具体的な入院費用のご説明と、それに伴う「限度額適用認定証」のご利用をお勧めしています。必要な場合は申請のお手伝いをさせていただきます。「負担が少なく安心して入院して頂けるよう」、なるべくわかりやすい言葉でご説明するよう心がけています。

## 【書類のお預かり ～お渡し】

「障害年金診断書」（更新時）、「傷病手当金申請書」「（生命保険会社に提出する）入院証明書」などの書類をお預かりしています。受け取り時も「家族相談室」にお越しください。

## 【面会票のお渡し】

ご入院中の方のご家族が面会される際、必ずお寄りいただき、面会票をお渡ししています。

私たちは、普段からご家族の立場に身を置き換え、お話を聞けるような雰囲気作りを心掛けています。特に、初めて精神科にご入院された方のご家族は、相談する場も不安を聞いてもらう場所もなく、自責的になられる方もいらっしゃいます。何気ない日常会話から、ご家族の不満や退院後の不安などを伺い知ることができます。お話の中で専門職の意見が必要かな…？と思われる場合は、「主治医」「ケースワーカー」「外来看護師」への橋渡しをいたします。お気軽にお声かけください。

私がこのテーマを選んだ理由は、不眠の弊害を過度に恐れている方が多いように日々感じるためです。

たしかに人は睡眠不足に陥ると、集中力は低下し、作業能率や記憶力も低下し、気分が沈みがちになります。

しかし十分な睡眠というのは“日中すっきりと起きていられて疲労が蓄積していくことなく過ごすことが出来る状態”をいうのであり、必要な睡眠時間は何時間と決まっているものではなく人それぞれで、また歳を重ねるほど必要な睡眠時間は減っていきます。何かのきっかけでたまたま眠れない日が2-3日続くと、そこから頭が離れなくなってしまう、「今日も眠れなかったらどうしよう」という不安や緊張感からさらに不眠が惹起されているケースも見受けられます。そのため不眠治療は第一に、自身の必要な睡眠時間を把握していただき、睡眠薬の服用は必須ではなくリラックスして眠気が来るのを待つ工夫をすることも大切であると知っていただく必要があります。

治療の目標は、「日中眠気を感じることなく積極的に活動出来る日が増えること」であり、毎日グッスリ眠り、毎朝スッキリ起きられるようにすることではないのです。

終夜睡眠ポリグラフ検査を用いた研究によると、高齢者では若年者と比べて、消灯してから入眠までに時間がかかり、睡眠は浅く、中断が多いことが分かりました。これは睡眠機構の加齢変化の結果と考えられています。

高齢者では基礎代謝量が低下し、組織の損傷修復の速度も低下するため、たとえスポーツジムに通うなどして若年者並みの運動をしたとしても、深い睡眠を取る必要がそれほどないのです。これは否定的に捉えられがちですが、短く浅い睡眠でも充分である、と考えることも出来ます。

夜の睡眠だけではなく、1日の生体リズム機構も変化していきます。加齢に伴い体内時計の位相が前進するため、早寝早起きとなり、睡眠している時間帯は早くなります。また昼寝が増え（社会的役割の変化も理由に挙げられますが、生体リズム機構の変化からも昼寝に入りやすくなります）、夜間睡眠だけでは足りなかった分を補うことも出来ます。

こういった生理機構の変化から、高齢者ほど不眠に恐怖を抱く必要はないと思うのですが、実際には「毎晩頻尿で困っている」「自宅近所が夜間も車の音がうるさくて困っている」などの理由から深い眠りを欲しているケースも多く、治療目標の設定には悩んでしまいます。

# 秋祭りを開催しました

8月に予定していた「盆踊り」の台風による中止に伴い、10月6日(土)に、当院では初めてとなる『秋祭り』を開催いたしました。やや汗ばむくらいの秋晴れの中、ソーラン節演舞や『ばか面踊り』(船橋の伝統芸能)などが披露され、職員、患者様、そして参加いただいた地域の方々、楽しい時間を過ごしました。



職員による華やかなソーラン節演舞



部署ごと様々な出店で賑わいました



恒例の、子供たち参加のダンスも



船橋の伝統芸能『ばか面おどり』





