

nijiiro

にじいろ

2015 SUMMER

2015 年 6 月 1 日発行（年4回発行）
第 21 号

河野病院グループ
春のイベント

ご存じですか？
精神障害者保健福祉手帳

リレーマラソン
走ってきました！

映画を通して
心の病に触れてみる 2

職員旅行 in 山口

歴史を訪ねて～いつの時代も腹八分～

職員さんちのペット紹介コーナー
うちの子！

にじいろベーカリー
夏のパン便り

クロスワードパズルで頭の体操！



河野病院

平成27年4月2日河野病院グ
ラウンドにて、満開の桜の下恒
例のお花見・会食が行われまし
た。

前日まで、雨が降ったり曇った
りと不安定なお天気でしたが、
当日は暑いぐらいの日差しの中、
見事に桜も満開になりました。
残念ながら、時折強風が吹きま
しましたが、その風に煽られて桜
吹雪もひらひらと舞っていました。

事務長の開会の挨拶に始まり、
全員参加の勝ち抜けジャン
ケンゲームの後、グラウンドに用
意された会場でお花見弁当と甘
酒を頂きました。食後に、自分で
作った紙飛行機の飛距離を競い
合い、上位6名に賞品が渡され
ました。

最後に、副看護部長からの挨拶
のあと、スタッフも含め全員で
満開の桜を背景に記念写真を
撮り、解散しました。今年は、最
高のお花見日和で、皆さんの笑
顔も輝いて見えました。

河野名島病院

平成27年3月25日(水)に東平
尾公園、4月8日(水)には宗像
大社と、2班に分かれてバスハ
イクが行われました。

東平尾公園では、満開の桜を
眺めたり、滑り台などの遊具で
遊んだり、童心にかえって公園
を満喫されました。

宗像大社ではほとんどの桜が
散ってしまっていましたでしたが、
残った八重桜がかわいらしい花
をつけて迎えてくれました。
清々しい青空の下で、御参りや
春先の景色を見てにぎわい、お
昼はバスハイクならではの栄養
課手作りお弁当が大好評でした。
バスハイクに参加した患者様
や職員も美味しく頂き、楽し
く素敵な思い出になりました。

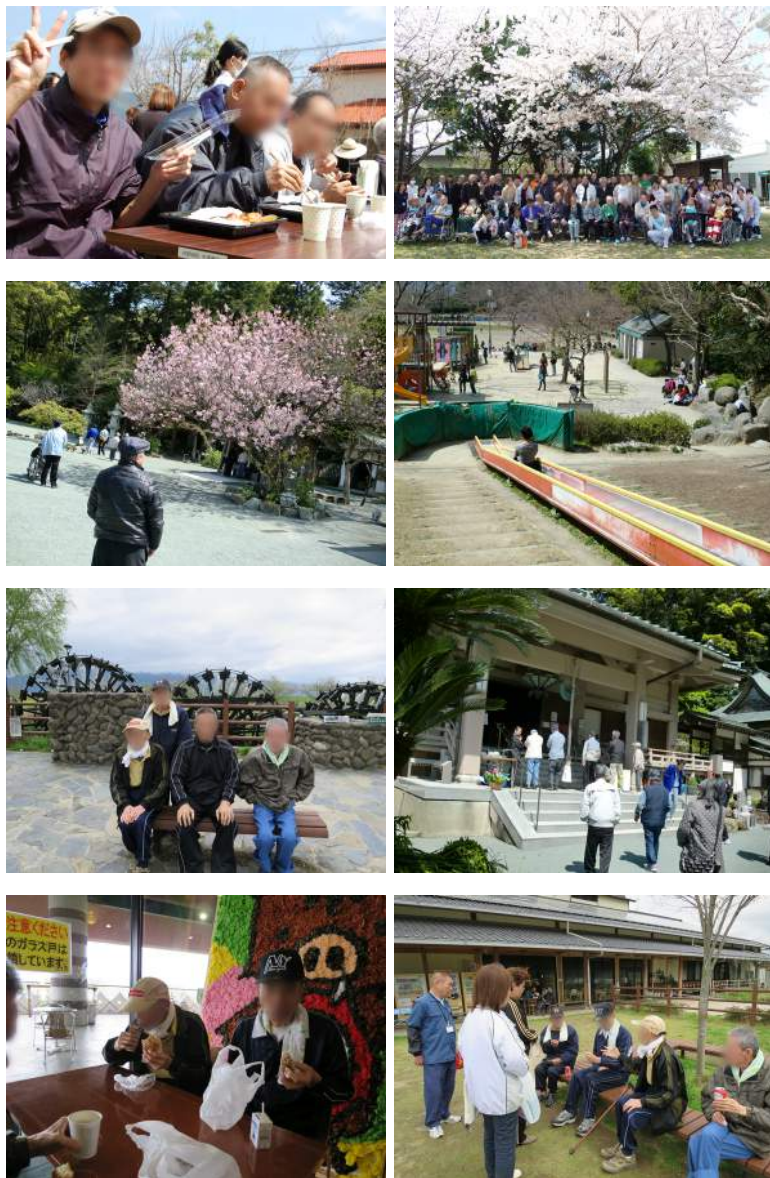
河野粕屋病院

平成27年4月7日(火)にバス
ハイクが行われました。今回は
各病棟ごとに4月に4回に分
けて行いました。

病院を出発し、最初は三連水
車の里あさくらに行ってきました。
た。昼食の後、水車公園で散歩
し、三連水車の前で写真撮影を
行いました。この三連水車はこ
この観光名所となっているそう
です。その後レクリエーション
としてくじ引きを行い、欲し
かった商品が当たった患者さん
もいらつしました。

あさくらを後にして暫くドラ
イブをし、道の駅うすいでおよ
つタイムを取りました。患者さ
んはそれぞれにパンや飲み物を
買っていました。中にはお
寿司を買った患者さんもありま
した。召し上がった患者さんは大
変嬉しそうでした。

今回も楽しいバスハイクとな
りました。



ご存じですか？ 精神障害者 保健福祉手帳

精神障害者保健福祉手帳とは、
精神障がいのため日常生活や
社会生活にハンディキャップ
を持つ方が、一定の障がいにあ
ることを証明するものです。こ
の手帳を持っていくことに
よって、自立と社会参加の促進
を図るための様々な支援が受
けられます。

その様々な支援とは・・・

- ①市営地下鉄が無料もしくは半額で乗車できます
- ②後期高齢者医療制度への加入申請ができます
- ③税制上の優遇措置が受けられます

- ④市営住宅入居にあたって公募抽選で優遇制度や家賃の減免が受けられます
- ⑤生活保護を受給している方は障害者加算を認定することができます

- ⑥市立施設等が減額または無料利用できます

- ⑦福岡市重度障がい者医療費助成を受けられます
- ⑧NTT番号案内(05)が無料で利用できます
- ⑨NHKの受信料が割引になります

自治体によって様々なサービスが利用できますので、詳しく知りたい方は各市区町村窓口までお問い合わせください。



リレーマラソン 走ってきました！

今年もこの時期がやってきました！そう、6月のじめじめした：ではなく、宗像で行われるグローバルアリーナリレーマラソンの時期です。今年は5月17日(日)に開催されました。河野病院グループで参加するものも44回目になります。今年も各病院の職員からメンバーを募り、計8名でチームを結成しました。僕は昨年、予定が合わず残念ながら出場を断念したので、今年は2年分案しようと思ひ参加しました。

「リレーマラソン」という競技名をあまり聞いたことがない方もいるかと思いますが簡単に説明しますと、字のとおり、チームでタスキをつなぎ、5kmを完走する競技です。グローバルアリーナ以外でもヤフオクドームや大濠公園等でも大会が開催されている為、もしかしたら参加したことがある方もいらつしやるかもしれませんね。



河野病院 薬局 鶴田

『じゃあ私もちよつと運動してみようか』と思ったあなた！これからの時期は暑くなり脱水を起こしやすいので、運動する際は水分補給をしっかり心がけましょうね。

最後に、この記事を読んで

映画を通して 心の病に触れてみる

精神疾患について知りたいけれど、本やネットの情報だけじゃ今ひとつ想像がつかない、難しい...という方もいらつしやるのではないかと思います。そこで、映画という柔らかな媒体で理解を深めて頂こうと思ひ、精神疾患にまつわるテーマを取り扱った映画や、映画の中で見られる心の病などをご紹介します。

新コーナーの第2回目は、映画「世界にひとつだけのプレイブック」の紹介です。



「それぞれに愛する人を失い心に傷を負った男女が再生していく姿を、涙と笑いにつづるヒューマン・コメディ。」

あらずじー妻が浮気したこと
で心のバランスを保てなくなり、仕事も家庭も全て失ってしまったパット(ブラッドリー・クーパー)は、近くに住んでいるティファニー(ジェニファー・ローレンス)と出会う。その型破りな行動と発言に戸惑うパットだったが、彼女も事故によって夫を亡くしており、その傷を癒やせないでいた。人生の希望を取り戻すためダンスコンテストに出ることを決めたティファニーは、半ば強制的にパットをパートナーに指名する。”

〈引用：シネマトウエイ〉
この映画は第85回アカデミー賞で8部門にノミネート、ジェニファー・ローレンスが主演女優賞を受賞しました。妻の浮気により、感情がうまく

保てなくなり、双極性障害になつてしまった主人公、夫を亡くして自暴自棄になつたヒロイン...一見関係無さそうな話に見えるかもしれませんが、病気となつてしまった原因は誰にでも起こりえる可能性があり、案外身近に潜んでいるのではないでしようか。しかし、そんな心に傷を負った者同士だからこそ、分かり合えること、そこから見える心への希望もあつていく姿には見ていてホロツとすることもあつてしよう。

人によって傷つけられ、でもそれで止まっているわけにもいかず、いつかは立ち上がらないといけない。その立ち上がるきっかけをくれたのはある人との出会いだった。精神疾患は人間関係によって発症してしまうこともあるかもしれません。しかし、それを癒す力もまた、人間関係にはあると思います。この映画を見ていると、最終的には『誰かとの出会いを大切にしたい』と思つのではないでしようか。
基本的には病気どうこうというのではなく、アメリカ的なヒューマン・コメディとなつているので、肩に力を入れずに気楽に見られる映画となつています。



平成27年2月に医療法人済社会の職員旅行が行われました。目的地は、今年の大河ドラマ「花燃ゆ」の舞台の山口と萩です。

東部トラベルのバスガイドさ

歴史を訪ねて いつの時代も腹八分

もう初夏になり、この季節は木々の若葉の勢いがあり見ていると清々しくて元気をもらえます。植物といえばその昔、福岡（当時の黒田藩）の地に、ものすごく植物が好きで植物に詳しい人がいたそうです。

江戸時代（1700年頃）の当時の筑前の国福岡藩出身の貝原益軒（かいばらえきけん 1630～1714）がその人です。武士の家に5男として生まれ、藩のお屋敷で働くようになってから、京都で勉強してくるよう命じられ

んの軽妙な話を聞きながら、バス旅行が始まりました。まず、釘を一本も使っていないという瑠璃光寺五重塔を拝んでから、錦帯橋へ行きました。大変いいお天気だったので、錦帯橋から川底の様子がしっかりと見ることが出来ました。咲きだした梅の花を眺めながら散策し、奥にいる白蛇をのぞいてから宿泊地の湯田温泉に向かいました。

ホテルに到着し、ゆつくり温泉に浸かった後、ふぐ刺しなど御当地の豪華な食事を頂きながら、カラオケ大会が行われました。歌い足りない人たちの為にホテルのカラオケルームを借り切った二次会もあり、しっかりと楽しむことが出来ました。

翌日は、吉田松陰の実家や松下村塾を見て、当時の家の小ささに驚きながら旧萩藩校明倫館へ行きました。その隣の旧明倫小学校体育館に、花燃ゆ大河ドラマ館が開催されていて、ドラマを撮影しているスタジオと同じセットが作られており、吉田松陰やその愛弟子たちが生きた明治維新の頃の様子を解り易く説明してありました。

最後に下関の唐戸市場に立ち寄り、思い思いのお土産を増やしながら楽しく旅を終えました。

今回の職員旅行は、職員同士の絆と各自の仕事への意欲を高める為に、大変良かったと思います。

河野病院 検査室

本草学（植物を中心とする薬物学）や儒学を学び、70歳を過ぎてから藩の仕事を離れ、江戸時代を代表する本草書である「大和本草（1706）」や健康面、精神面の健康（養生）についての指南書「養生訓（1712）」などの代表作を書き上げました。

「養生訓」には、現在も言われているような「腹八分」、「長生きのコツはなるべく毎日こまめに体を動かすこと」など、健康に生きるコツが書かれています。「大和本草」は、8代將軍徳川吉宗も普段から手元に置く本のリストに名前を載せていたそうです。

西洋医学が発達した現在でも、「腹八分」など江戸時代から言われている言葉が心に響きます。

参考：「江戸時代の科学者4 九州・貝原益軒ほか」 西田知己（著） 汐文社



貝原益軒翁の像（福岡市中央区金龍寺）

職員さん達のペット紹介コーナー うちの子！

第十八弾

職員自慢のペット紹介コーナー第十八弾！
今回は河野名島病院 看護部の藤さんのおうちからお届け！

河野名島病院
看護部
藤さんのおうちの



ももかちゃん

ゴールデンレトリバー

名前はももいろローバーのグリーンのお果ちゃんよりつけました。
特技はアジリティーとフリスビー
ショー上手です！

健くん

チワワ（こげ茶）

もちろん佐藤健くんより
名前を頂戴した
しっかりと見たらイケメン犬です



ひーちゃん

チワワ（クリーム）

食い意地が張りすぎて、
2～3ヶ月前にマカダミアナッツを
食べて死に掛かりました



命ちゃん

明るいところで見たら目の色が
チョコオレンジ色!!なんです



にじいろベーカリー 夏のパン便り

夏の新品



夏のドライフルーツシフォン ¥130
マンゴーとキウイとパイナップルの入った
夏らしいシフォンケーキです。



塩パン ¥100
フランスパンの生地に
バターを折り込んで
ドイツの岩塩をかけて
焼き上げました。



パンブキン・オレンジソース ¥140
デニッシュにかぼちゃをのせて
オレンジソースとチーズをかけて
焼き上げました。



ポテトドック ¥150
フランスパンにポテトサラダをはさみ
ベーコンとコーンをのせた
定番なハードなパンです。



チキンのオレンジソース ¥150
フランスパンにオニオンとチキンを
はさんでオレンジソースをかけて
焼き上げました。



抹茶フラワー ¥130
菓子パンの生地に
抹茶クリームを折り込んで
クッキーそぼろをかけて
焼き上げました。

掲載の商品の他にも人気の定番商品はもちろんデザートもご用意しております。(日によってはご希望の商品がないこともございます)
なお、ご予約も承っております。ご予約の際は、店頭あるいはTELでお問い合わせ下さい。

ご案内

* twitter & BLOG *
毎日 twitter でパン
やケーキ、お菓子の
販売情報をつぶやい
ています。
また、BLOG では新
商品、イベント出店
などあらゆる情報を
UP しております。
ぜひ、ご覧ください。



ベーカリーブログ

にじいろベーカリー

営業時間: 10:00 ~ 18:00

定休日: 土・日・祝日

TEL・FAX: (092) 672-2416

twitter: 2416_bakery

ブログ: <http://blog.2416bakery.com/>

詳しい情報は裏表紙に記載

クロスワードパズルで頭の体操!

最近、「ほら、あの人・・・名前が思い出せない」「あれよ、あれを買って来て」など、人
や物の名前が思い出せない事が多くなって来たと感じる事、ありませんか? 身体機能低下
の防止のために適度な運動を行うように、脳も使う事で機能の低下を防ぐ事が出来ます。

横のカギ

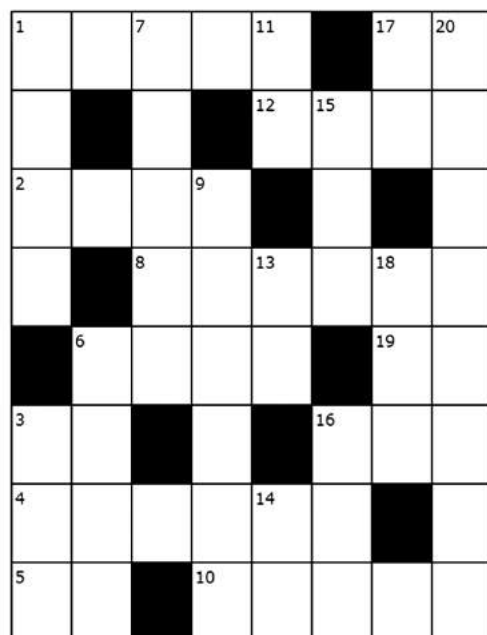
- 1 雨が降る
- 2 粒が細かい
- 3 仇で返されると悲しい
- 4 良く晴れた日に逆光で撮影すると発生する
- 5 雨の日の相合い傘は若き日の〇〇の思い出です
- 6 季節の変わり目は〇〇〇〇の差が激しい
- 8 外れることもあります
- 10 夏は〇〇〇〇〇〇の高い服を着ます
- 12 一瞬で熱い水が出てくるものがあるって便利
- 16 きつい視線は〇〇〇〇を感じます
- 17 東京で降ると交通機関が麻痺します
- 19 晴れた夜は〇〇を向けば星空

縦のカギ

- 1 →8 のためにはこれを読むことが必要
- 3 得意の芸
- 6 〇〇〇〇前線は冷たい空気の前頭です
- 7 にわか雨が降ってきたので〇〇〇〇〇で雨宿り
- 9 話はここでして下さい
- 11 じめじめ
- 13 24 が最も純粋な鉱物
- 14 春らしい〇〇気
- 15 日本の本
- 16 てるてる坊主をお願い
- 17 〇〇暖房で足下ぽかぽか
- 18 中国のてるてる坊主はこれで雲をどこかにやっ
ちやいます
- 20 宇宙から雲の様子をチェック

※小さな文字(ツヤなど)は、大きい文字(ツヤなど)と
それぞれ同じ数字になります。

テーマ: 気象



* 解答は最終頁にあります

医療法人済世会 グループ施設案内

河野病院

〒811-2413

福岡県糟屋郡篠栗町尾仲 139

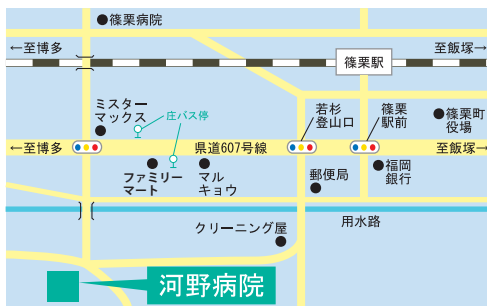
TEL (092) 947-0611 (代)

FAX (092) 947-8598

<http://www.kawano-hp.com>

e-mail: info@kawano-hp.com

デイケア「にじいろ」併設



河野名島病院

〒813-0043

福岡市東区名島 4 丁目 28-53

TEL (092) 681-5231 (代)

FAX (092) 672-1525

<http://www.kawano-hp.com/najima/>

e-mail: kawanonajima@kawano-hp.com

デイケア「どリーむ」併設



河野粕屋病院

〒811-2101

福岡県糟屋郡宇美町宇美 10-2

TEL (092) 932-7300 (代)

FAX (092) 933-3138

<http://www.kawano-hp.com/kasuya/>

e-mail: kawanokasuya@kawano-hp.com



特定非営利活動法人にじいろ福祉会 小規模作業所 にじいろベーカリー

営業時間: 10:00~18:00 定休日: 土・日・祝日

〒813-0043

福岡市東区名島 4 丁目 28-53

河野名島病院敷地内

TEL・FAX (092) 672-2416

<http://blog.2416bakery.com/>

e-mail: nijiiro-bakery@kawano-hp.com

訪問看護ステーションパラソル

〒813-0043

福岡市東区名島 4 丁目 28-53

TEL (092) 661-7444

精神障害者グループホーム

白百合荘 (男性) 福岡市東区

河桜荘 (男性) 糟屋郡篠栗町

クロスワードパズルの答え

横1 ティキアツ、2 キリサメ、3 オン、4 ハレーション、5 コイ、6 カندان、8 テンキヨホウ、10 ツウキセイ、12 コワカシ、16 テキイ、17 コキ、19 ウエ
縦1 テンキズ、3 オハコ、6 カンレイ、7 キツサテン、9 メンダシツ、11 ツコ、13 キン、14 ヨウ、15 ワシヨ、16 テンキ、17 ユカ、18 ホウキ、20 キシヨウエイセイ

(※2015年春号の「高額医療制度の一部が変わりました」の記事にて、表内の平成26年12月診療分までの上位所得者の自己負担額に誤表記がありました。誤: 15,000円 → 正: 1580,000円 申し訳ございませんでした。)