

訪問看護ステーション  
「森林」

◇お問合せ電話番号◇  
090-5515-6010 または 080-8905-1739  
訪問日 日曜 祝日 年末年始を除く毎日 8:30~16:30

心音

～訪問看護の利用者様より訪問看護を利用した感想をいただきました～

私は今、仕事をしながら単身生活を送っています。訪問看護を利用したきっかけは、精神的な落ち込みにより調子を崩してしまい、主治医の勧めもあって、生活の安定を取り戻す為に利用する事にしました。

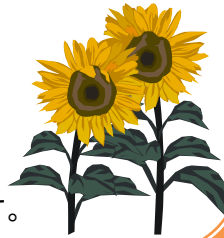
常々、単身生活を送っていく為には、身近に様々な事を相談できる所を作っておく事が良いであろうと考えていたので、訪問看護の利用を開始し、体調管理や仕事や日常のささいな事などを相談する事で気持ちにゆとりができ、安定した生活を送れるようになってきました。訪問看護のスタッフから気付かされた事は、小さな事でも根気よく続けていく事の大切さです。私達のような精神に病を持つ者にとって、それは大変な事に思いますが、細く長くでいいので安定した生活を送っていきたく日々考えております。

★ご感想いただきありがとうございます！ 私たちスタッフは、

「私たちは地域でその人らしく

生き生きと生活していくことを心をこめて支援します」

の理念に基づき皆様の心音を聴かせていただきながら、これからも訪問させていただきます。



グループホーム 森の家 現在、3部屋空室があります！

ご質問・見学などお気軽にお問合せください！！

◇お問合せ電話番号◇ 0493-56-4775(グループホーム担当)

入居者  
募集中！

クリニックアンケート

5月に、外来、デイケア、作業所ハーモニーにて利用者満足度調査を実施しました。多くの方にご協力いただき、ありがとうございました。

家族会

6月21日(土)第10回森林公園メンタルクリニック家族会を開催しました。19家族(22名)の参加をいただきました。今回は第1部を粕谷薬剤師による「抗精神病薬副作用について」の講演、第2部は3グループに分かれて座談会を行いました。副作用についての講演はご家族の皆様も非常に興味深く聞いており、質問も多数あり充実した内容となりました。座談会ではご家族の悩みとしていろいろな意見が飛び交う中、「当人はこれから自立していけるのか不安」という言葉を何度か耳にしました。

私たち医療スタッフは親なき後の生活を含め、ご家族にも安心していただける自立した生活を送れるための環境づくりを目指し、全力で取り組んで参ります。



医療法人昭友会送迎バス 月・水・土運行 祝祭日運休  
運賃:無料 定員:24名

発着所	1便	2便	3便
埼玉森林病院	9:15	13:00	15:00
いづみケアセンター	9:20	13:05	15:05
ベイシア・カインズ	9:30	-	-
森林公園メンタルクリニック	9:35	13:15	15:15
森林公園駅北口	9:40	13:30	15:30
ベイシア・カインズ	-	13:40	-
いづみケアセンター	9:55	13:50	15:45
埼玉森林病院	10:00	13:52	15:50

編集後記

ブラジルにてサッカーワールドカップが開催され、職場でも盛り上がっています。サッカーの華麗な技術もさることながら、出場国の歴史や文化を知る事も、楽しみの一つです。色々な国を知る事で、応援にも熱が入ります。しばらく、早起きの日が続きそうです。 大野

森林公園  
メンタルクリニック  
だより

発行  
医療法人 昭友会  
森林公園メンタルクリニック

〒355-0811  
埼玉県比企郡滑川町大字羽尾 495 番地  
TEL 0493-56-4775/FAX 0493-56-4817  
昭友会ホームページ

http://www.kokoro.or.jp



外 来

新院長の紹介

平成26年7月1日より、稲見浩太医師が森林公園メンタルクリニックの院長として就任いたしました。そこで新院長の紹介をさせていただきます！

皆様、初めまして。平成26年4月より月曜・火曜・木曜・金曜日に診察をさせていただいている稲見 浩太(いなみ こうた)と申します。生まれは東京の武蔵野市です。家のまわりは畑だらけの自然豊かな環境で幼少期をすごしました。そのせいか、かなりの野生児で小学校時代に近くの塾に行かされた際にも、宿題は全くやらず、遅刻の常習犯で廊下によく立たされたり、塾の壁を壊したりと、母親が呼び出されて頭を下げるがありました。そして最後には、塾の方から「頼むから塾を辞めてください」と頭を下げられ、商売であるはずの習い事でリストラをされるという貴重な体験をした人物です。こんな幼少期だったため、親は当時、「この子はもう生きてさえいればいい」と思っていたそうです。野生児だった幼少期から、シャイな青年期を迎え、高校時代は埼玉県内の高校に進学しました。そのため、マラソン大会では毎年森林公園を走らされ、走っても走ってもゴールが見えない辛い体験が森林公園の記憶として残っています。そして、部活は新聞部に入り、取材のためやむを得ず(!?)全国の女子高を訪問して記事を書いていましたが、シャイで口下手な青年に彼女ができるわけもなく、まったく収穫がなかったのは今でも泣ける思い出です。



院長 稲見 浩太

大学では文系学部に進学したものの、一時期半年ほど自宅へ引きこもり、進むべき道について思い悩んだ日々を過ごしました。その時に、精神科医の神谷美恵子氏の『生きがいについて』という書籍に出会い、「あなたを待っている人がいる」という言葉に勝手に感銘を受け、精神科医になることを決意しました。文系の自分が医学部に入るのは並大抵の苦勞ではありませんでしたが、必死で勉強し、無事医師となり大学病院、八王子、川崎、飯能の病院で精神科医として貴重な経験を積み、現在に至ります。

このように少し変わった経歴を持つ私ですが、いろいろな重荷を抱えてクリニックにいらした方々が少しでも一息つけるよう、全力でサポートさせていただきます。そして患者さんにとっても、そしてスタッフにとっても、やさしく居心地のいいクリニックをつくっていきたくと思っています。今後ともよろしく願います。

# おとなのADHD外来始めました！

## ・ADHDとは？

ADHDとは英語で(Attention-Deficit / Hyperactivity Disorder)の略で、日本語では、『注意欠如・多動症』といいます。不注意や多動性、衝動性が特徴で、生活にさまざまな困難をきたす状態を言います。

## ・どんな症状があるの？ 《大人の症状の具体例》

- 不注意…机の上を片づけられない。仕事の書類をすぐなくす。時間にルーズ。忘れ物が多い。
- 多動性…一つの作業を仕上げずに他の作業に移ろうとする。定期的に体を動かさないと落ち着かない。せっかちでイライラしやすい。
- 衝動性…思った事をすぐに口にしてしまう。まわりに相談せずに独断で重要な事を決める。考えずに行動しているように見える。

◎1つ1つの症状は誰にもある事ですが、問題の程度が非常に強い、頻度が並外れて高いなどで生活上大きな支障があると判断される場合にADHDと診断されます。

## おとなのADHD外来のご案内

対象年齢…15歳以上  
 診察日時…初診:毎週金曜日 13:00~16:00  
 再診:月・火・木・金曜日 9:00~12:00 13:00~16:00 ※診察は予約制です。  
 担当医師…稲見 浩太



お気軽に森林公園メンタルクリニック受付までお問い合わせください。TEL [0493-56-4775](tel:0493-56-4775)

## 医師外来担当表

○休診日 日曜・祝祭日 年末年始(12/29~1/3)

診療時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日		
						第1・3	第2・4	第5
(受付開始 8:30) 9:00 ~ 12:00	稲見	稲見	井上	稲見	稲見 山田 金澤	山田	田村	大内
13:00 ~ 16:00					山田 金澤			
(受付終了 15:30)	稲葉	小泉	長崎	稲葉		大内	大内	

◇活動日・活動時間◇月曜日~土曜日(祝日、年末年始を除く)  
 9:30~15:30  
 ◇お問合せ電話番号◇0493-57-2228 (デイケア直通)

## 2014年夏祭り実行委員よりお知らせ

間もなく夏も本番を迎え、暑さの続く日がやってきますが、デイケアでは夏の暑さを吹き飛ばそうと今年も利用者様が実行委員となり、企画・準備を始め、参加者全員が楽しめる模擬店や催し物を考えています。利用者様、スタッフともにどんな夏祭りになるのかとても楽しみにしています。ご期待ください！！  
 ☆開催日は8月下旬を予定しています。  
 (WEBにて8月プログラム予定表に掲載予定です。)



デイケア  
 新規利用者  
 大募集！！



## デイケアプログラム紹介

### ○モーニングサービス(月1回実施中)

デイケアでは利用者様へのサービスとして月1回モーニングサービスを実施しています。

メニューは、利用者様の意見を参考に決定しています。5月はフレンチトースト(アイスのせ)、6月はオムライスとピザトーストでした。利用者様からは、ボリュームがあって、味もおいしく大満足という声を多数いただきました。今後も毎月実施して皆様から喜ばれるプログラムにしていきたいと考えております。



オムライスとピザトーストです。とてもおいしそう！

### ○スイーツプログラムより利用者様からの声 アップルパイ作り (6月4日実施)



焼き色が食欲をそそりま 😊

#### ～出来あがりについて～

- ・おいしかった
- ・においが良かった
- ・見た目が良かった
- ・満足感があった
- ・きれいにできた
- ・100点満点

#### ～良かった所、頑張った所を聞いてみると～

- ・りんごを混ぜる所
- ・全部良かった
- ・りんごの皮むき
- ・りんごがすっぽくておいしかった
- ・協力して出来た
- ・パリパリした所
- ・分担ができていた
- ・積極性が見えた
- ・いつでも簡単に作れる

☆調理方法は思ったよりも難しくなかったという意見が多数でした。今後も利用者様からの声を参考に、調理に興味を持って自宅でも作れるような魅力あふれるメニューを提案していきたいと思っております。

#### スタッフより一言

クッキングプログラムを担当しているスタッフSは看護師でありながらプロ級の料理の腕前を持っていますよ！是非一度、ご参加いただき、ご自身で体験してみてください！皆様のご参加を心よりお待ちしております。