nijiiro

にじいろ

2015 SPRING

2015 年 3 月 1 日発行（年4回発行）
第 20 号

理事長挨拶 - 平成 27 年度に向けて -

河野病院グループ
年忘れ演芸会＆新年会

高額療養費制度の
一部が変わりました

映画を通して
心の病に触れてみる

○○ってどんな意味？ - 精神科用語集 -

歴史を訪ねて ～一二〇〇年続くもの～

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
春のパン便り

クロスワードパズルで頭の体操！

医療法人済世会 河野病院グループ

理事長挨拶

平成27年度に向けて

「にじいろ」平成27年第一号発行にあたり、一言ご挨拶申し上げます。

発行される頃には、既に春の足音も聞こえているかと思いますが、医療を取り巻く環境は、相変わらず長い冬が続いています。

景気低迷の中で、消費増税は先送りされました。「医療・介護を守る」ための増税であれば、我々、医療従事者としても賛成しなければなりません。しかしながら、消費税制には多くの課題が積み残されています。「医療は非課税」であるために生じる「控除対象外消費税」によって、地域医療・介護が崩壊する懸念があります。また、本当に社会保障を守るために充当されて行くのかという疑念もあります。

昨年、一昨年と二年続けて、デンマークを訪問する機会に恵まれました。デンマークは消費税25％のほか、所得税も50％を超えています。また、ペットボトルの水が約400円と極めて物価高でもあります。一方で、医療や教育は無償で提供され、失業やリタイア後の保障も充実しています。このため、貯蓄して備えるという概念は薄く、国民の納税意識も高いようです。「なるべく、病院に行かずに治そう」という、医療費抑制意識も高いように思います。もちろん、この考えには危険な面も包含されますが、患者さんは過剰な医療を求めず、一方の医師は費用を気にせず、自由に治療を行う、ある意味で理想的な姿にも思えました。

さて、我が国では、2025年問題と言われるように、所謂「団塊の世代」が高齢者になります。少子化という問題も考えれば、消費税制とともに、医療制度は抜本的に考えて行かなければなりません。精神科医療の現場では「入院医療から地域へ」と言われて、随分と経ちました。しかし、まだまだ社会復帰のための整備は進んでいません。伸び行く医療費の中で、予防医学の概念は、今後、さらに大きいものとなるでしょう。

雑駁に課題を述べましたが、医療従事者としての責務は「病める人に何ができるか」が基本であり、どれだけ安全に、健やかな社会生活のお手伝いができるかであると考えます。長い冬を乗り越えるには、基本に忠実に、粛々と自らの責任を果たして行くしかないでしょう。

本誌をご覧の皆さまにとって、平成27年が素晴らしい一年となるよう祈念申し上げて、巻頭のご挨拶と致します。

医療法人済世会　理事長 河野正美

高額療養費制度の一部が変わりました

高額療養費制度とは、1ヶ月（1日から月末まで）にかかった医療費の自己負担額が高額になった場合、一定の金額（自己負担限度額）を超えた分が、あとで払い戻される医療保険の制度です。70歳未満の方で、医療費が高額になることが事前にわかっている場合には、「限度額適用認定証」を提示する方法が便利です。

この**高額療養費**の自己負担限度額について、負担能力に応じた負担を求める観点から平成27年1月診療分より、70才未満の所得区分が3区分から5区分に細分化されています。保険種別や年齢などによって条件が複雑なので、初めてのことだと分りにくいかもしれません。ご不明な点があれば、まず病院の医事課、地域医療連携室に相談してみてはいかがでしょうか。

平成26年12月診療分まで

所得区分		旧ただし書き所得※1	自己負担限度額
A	上位所得者	600万超	15，000円 ＋（総医療費－500，000円）×1% 〈多数回該当：83，400円〉 ※2
B	一般所得者	600万以下	80，100円 ＋（総医療費－267，000円）×1% 〈多数回該当：44，400円〉
C	低所得者 （住民税非課税世帯）		35，400円 〈多数回該当：24，600円〉

平成27年1月診療分から

所得区分		旧ただし書き所得	自己負担限度額
ア	上位所得者	901万超	252，600円 ＋（総医療費－842，000円）×1% 〈多数回該当：140，100円〉
イ		600万円超～ 901万円以下	167，400円 ＋（総医療費－558，000円）×1% 〈多数回該当：93，000円〉
ウ	一般所得者	210万円超～ 600万円以下	80，100円 ＋（総医療費－267，000円）×1% 〈多数回該当：44，400円〉
エ		210万円以下	57，600円 〈多数回該当：44，400円〉
オ	低所得者 （住民税非課税世帯）		35，400円 〈多数回該当：24，600円〉

（※1）旧ただし書き所得…総所得金額－基礎控除額（33万）（※2）多数回該当…過去12ヶ月の間に、同じ世帯高額療養費の支給が4回以上ある（4回目以降の限度額が下がる）

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

河野病院グループ 年忘れ演芸会 & 新年会

河野病院

平成27年1月8日（木）に、5階の講堂で河野病院新年会が開催されました。

第5回のど自慢！と、各病棟スタッフによる出し物です。

のど自慢では、カラオケの機械による厳しい採点と、10名の審査員が審査基準（感動点・衣装点・発声・声量・音程・リズム）を基に各自が10点満点で評価した100点満点との合計で優勝者を決めました。

病棟のスタッフによる出し物で大正琴の演奏や合唱、ヒゲダンス等が披露され、のど自慢の優勝者は会場の盛大な拍手をもらい楽しい雰囲気の内に新年会を終えることが出来ました。

河野名島病院

平成25年12月10日（水）に年忘れ演芸会が行われました。今年はドジョウすくいや80年代メドレー踊りなど、各病棟より楽しい出し物があり患者さんも職員も大盛り上がりでした。また、外部からボランティアで民謡歌謡を披露していただき、素敵な年忘れ演芸会になりました。

河野粕屋病院

平成26年12月24日、河野粕屋病院5F体育館で年忘れ演芸会が行われました。司会は職員と患者さんの2人で務め、出演者は病棟の患者さんと職員で、この日の為に時間を工夫して練習に励み、思い思いの衣装を着てキャッツアイや踊るポンポコリン等を歌ったり踊ったりしました。出演した人、観覧した人、それぞれにいい思い出ができたと思います。

じゃ今ひとつ想像がつかない、難しい…という方もいらっしゃるのではないかと思います。そこで、映画という柔らかい媒体で理解を深めて頂こうと思い、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ていこうと思います。

新コーナーの第1回目は、映画「ツレがうつになりまして。」の紹介です。

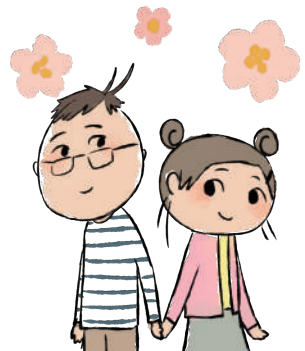
原作は、2006年に漫画家・細川貂々さんが描かれたコミックエッセー。それが2009年にテレビドラマ化され、2011年に映画化されました。「倍返しだ!!」で有名なテレビドラマ「半沢直樹」や、「リーガルハイ」に出演した堺雅人さんが、仕事をバリバリこなすサラリーマン夫（通称 ツレ）を演じ、大河ドラマ「篤姫」で篤姫を演じた宮崎あおいさんが妻・晴子を演じています。医療監修には精神科医院長の五十嵐良雄氏が務めていらっしゃいます。

あらすじ―「〝ツレ〟がうつ病になったことをきっかけに、これまでの自分たちの姿を見つめ直し、共に成長していく夫婦のきずなを描いた感動のラブストーリー。シリアスな題材でありながら、ハートウオーミングな感動を与えてくれる一作。

ツレの変化にまったく気付かなかった妻・晴子（宮崎あおい）は、妻としての自分を反省する一方、うつ病の原因が会社にあったことからツレに退職を迫る。会社を辞めたツレは徐々に体調を回復させていくが……。」引用：シネマトゥデイ

日頃生活の中で〝心の病〟って話では聞くけどあまり現実感がない、という方も多いかもしれません。しかし、〝うつ〟は心の風邪とも呼ばれ、自分を含めいつ誰がなってもおかしくない疾患です。

心の病になった本人の行動や感じ方、それを取り巻く環境、見守る家族はどのような心境で、どうあったら良いのかなど、ストーリを通して垣間見ることが出来ます。この映画は、〝うつ〟という病をテーマにしながらも、随所随所にクスリと笑えるシーンが散りばめられており、重苦しい空気は感じさせません。お勉強のように肩肘を張らずに、暖かい気持ちで観ることが出来る、素敵な一本です。宜しければ、一度ご視聴されてはいかがでしょうか。



○○ってどんな意味？
―精神科用語集―

メディア等でよく耳にするけれど、知っているようで知らなかったりする、精神科の用語について掲載！今回は病名編Ⅱです。

■発達障害

発達障害とは、自閉症、アスペルガー症候群、注意欠如・多動性障害（ADHD）、学習障害、チック障害などを含む、生まれつきの脳機能の障害です。同じ人に複数のタイプの発達障害があることも珍しくなく、そのため、同じ障害がある人同士でも似ていないように見えることがあります。個人差がとても大きいのも発達障害の特徴として上げられます。

・ADHD（注意欠如・多動性障害）

ADHDは発達障害に分類される障害の一つで、発達年齢に見合わない多動・衝動性、不注意またはその両方の症状が、じっとしている等の社会的ルールが増加する7歳頃までに現れます。学童期の子供には約40人に1人存在し、男性は女性より数倍多いと報告されています。しかし、女性の場合は多動が目立たないことが多く、発見が遅れがちである為、認知される人数が少ないことが推測され、実際の発症率の男女差はもっと小さいとする説もあります。

治療については、幼児期や児童期に診断された場合には薬物療法と行動変容、そして生活環境の調整が行われることが多いです。薬物療法としては、脳内の神経伝達物質であるノルアドレナリンやドーパミンの不足を改善する働きがある治療薬が主に用いられます。生活環境の調整としては、勉強等に集中するべき時には本人の好きな遊び道具を片づけテレビを消すなど、集中を妨げる刺激をできるだけ周囲からなくすことが重要です。また、集中しないといけない時間は短めに、一度にする量は少なめに設定し、休憩をとるタイミングをあらかじめ決めておくことも効果的です。

親をはじめとする家族がADHDに対する知識や理解を深め、本人の特性を理解することが、本人の自尊心を低下させることを防ぎ、自分を信じ、勉強や作業、社会生活への意欲を高めることにつながります。

参考・引用元：厚生労働省サイト
http://www.mhlw.go.jp/kokoro/index.html 等

歴史を訪ねて
～一二〇〇年続くもの～

平成27年は、仏教の真言宗をおこした空海が高野山（和歌山県）に密教の道場を開いてから1200年目の節目の年になるそうです。学生時代に歴史の授業で「鳴くよ（794）うぐいす平安京」の時代から受け継がれているのはすごいですね。途方も無い歴史を感じます。

空海上人といえば、弘法大師、お大師さんとも呼ばれ、四国のお遍路が有名です。

河野病院が立地する福岡県糟屋郡篠栗町にも篠栗四国八十八カ所霊場があり、小豆島四国（香川県）、知多四国（愛知県）とならんで日本三大四国として有名な霊場です。

篠栗四国八十八カ所霊場は、全国から年間百万人が訪れると言われています。福岡都心の博多駅から快速電車に乗って14分で訪れることができるほどアクセスが良いことはあまり知られておりません。八十八カ所すべて回ると全長約44キロで、徒歩なら3日かかるそうで、3回に分けて巡ることもできるそうです。

福岡都心から近いわりに、自然が多く残っており、若杉山の大杉などもあり森林浴もできるパワースポットとしても知られています。季節も暖かくなってきたので、たまには都会の喧騒を離れてスニーカーをはいて、古の人々に思いを馳せながら森林浴をしてみるのもいいかもしれません。

参考：篠栗町観光協会サイト
http://www.sasaguri-kanko.com/
高野山金剛峯寺サイト
http://www.koyasan.or.jp/1200/

第四十五番札所

お遍路道

ご神木の雷神様

職員さんちのペット紹介コーナー うちの子！ 第十七弾

職員自慢のペット紹介コーナー第十七弾！
今回は河野病院 施設管理の久恒さんのおうちのわんちゃんです！

河野病院
施設管理
久恒さんのおうちの
ぐーくん
チワワ（4才）
名前は子供が付けました！

ちょっぴり臆病でおとなしい性格です

子供と遊んだり
お散歩するのが大好き！

にじいろベーカリー
春のパン便り

春の新商品

いちごフラワー￥130
いちごジャムを折り込んだ生地を花の形に成形し、ピス生地をのせて焼きました。

チョコチョコサンド￥150
チョコチップ入りのデニッシュにチョコクリームとホイップクリームをはさみ、チョココーティングしました。

チョコスネイル￥60
チョコチップ入りデニッシュをさくさくに焼き上げ、チョココーティングしました。

ウインナーフランス￥170
フランスパンにウインナーソーセージをはさみ、ブラックペッパーをアクセントにきかせパン表面にはチーズをのせて仕上げました。

ストロベリー＆ホイップ￥150
いちごジャムを折り込んだ生地を焼き上げ、ホイップクリームといちごジャムを絞りました。

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。

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

【イベント出店のお知らせ】

にじいろベーカリーではイベント出店を行っております。いずれも美味しいパン＆お菓子を 100 円均一で販売します。イベント出店の情報はブログで随時ご案内いたします。

【次回出店】

『ふきのとうまつり』
日時：3 月 1 日(日)
場所：東区名島 4-2-26（ふきのとう）

『リサイクルフェスタ』
日時：3 月 22 日(日)
場所：リサイクルプラザ

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

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。

テーマ：試験

横のカギ

1 不正行為
2 ちゃんと受けていれば試験の直前で焦ることもありません
3 スイカの香りがする魚
4 食べると頭が良くなるとも言われています
5 情報化が進んでますます○○○○リテラシーが重要になってきました
7 なかなか貫徹できません
11 ヨーロッパ連合の通貨
13 2 年も留年したら自分が一番○○○○になってしまった
14 試験範囲を勘違いしてせっかくの努力が水の○○
15 ちゃんと書いたつもりだったのに
16 試験の前は○○○がきて学校が休みになればよいのにと思ったこともあります
17 試験を受ける側
18 受験と両立は無理？
19 試験官の○○に従わないとその場で失格になる場合もありますよ

縦のカギ

1 国語の試験ではこれの書き取りは定番
3 自由記述よりは答えやすいです
6 資源の少ない日本は加工品が多いです
8 ジュゴンの見間違えらしいですよ
9 試験の時の必需品
これを見ながら問題を解くペースを計ります
10 これをやってから→2 を受けると内容が良く理解できます
12 質問が悪かったときに返ってきます
15 歴史の年号はこれで覚えました
18 数学の試験はこれを暗記して何とか乗り切りました
20 試験の結果が悪いと○○○をたどる足取りが重くなります
21 買い物をするともらえます

※小さな文字(ッやャなど)は、大きい文字(ツやヤなど)とそれぞれ同じ数字になります。

1		8		12	■	18	20
	■		■	13			
2	6		10		■	19	
■	7			■	15		■
3		■	11			■	21
4		9		■	16		
	■		■	14		■	
5				■	17		

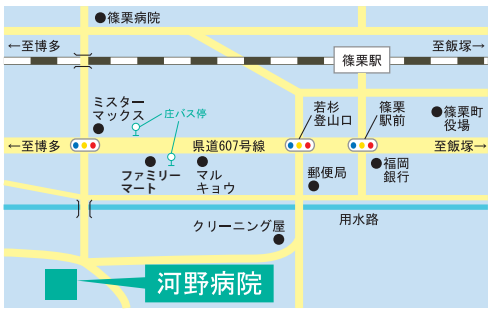
＊解答は最終頁にあります

nijiiro 2015 SPRING
2015年3月1日発行（年4回発行）第20号 発行／にじいろ広報委員会
〒811-2413 福岡県糟屋郡篠栗町大字尾仲139 TEL：092-947-0611（代） FAX：092-947-8598
http://www.kawano-hp.com

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大字尾仲 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「どりーむ」併設

河野粕屋病院

〒811-2101
福岡県糟屋郡宇美町大字宇美 10-2
TEL（092）932-7300（代）
FAX（092）933-3138
http://www.kawano-hp.com/kasuya/
e-mail:kawanokasuya@kawano-hp.com

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

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

クロスワードパズルの答え
横1カンニング、2ジュギョウ、3アユ、4ナツトウ、5メディア、7ショシ、11ユーロ、13トシウエ、14アワ、15ゴキ、16アラシ、17セイト、18コイ、19シジ
縦1カンジ、3アナウメ、6ユシュツ、8ニンギョ、9トケイ、10ヨシュウ、12グトウ、15ゴロアワセ、18コウシキ、20イエジ、21レシート