

曙光

医療法人社団 緑誠会 光の丘病院 広報誌

季刊
冬

第478号



CONTENTS

○ 年頭のご挨拶	2
○ 精神疾患の話	3
○ 地域連携室だより	4
○ デイケアたんぽぽだより	4
○ OTだより	5
○ 栄養課だより	5
○ トピックス	6
○ 新人紹介	7
○ 訪問看護だより	7



医療法人社団 緑誠会

光の丘病院



年頭のご挨拶

理事長・院長：馬屋原 健



あけましておめでとうございます。

患者さま、ご家族の皆さま、そして日頃より当院と連携してくださっている医療・福祉関係機関の皆さまに、心より新年のご挨拶を申し上げます。

近年、医療を取り巻く環境は大きく変化しています。物価や人件費の上昇が続くなか、国においては令和7年度補正予算で医療・介護等支援パッケージが講じられ、令和8年度診療報酬改定では同様の財源が一定の改定率として組み込まれました。こうした施策は医療提供体制を支える重要なものではありませんが、現場においては引き続き、限られた資源を有効に

活用しながら、質の高い医療を維持していくことが求められています。

また、医療法の改正により、精神医療を含めた地域医療の在り方が、地域医療構想の枠組みの中でより具体的に議論される段階に入りました。精神疾患を有する方々が、住み慣れた地域で安心して生活が続いていくためには、医療だけでなく、介護・福祉・行政との緊密な連携が不可欠です。当院としても、地域の一員として果たすべき役割を改めて見つめ直し、関係機関の皆さまと協力しながら、切れ目のない支援体制の構築に取り組んでまいります。

お陰様で、昨年は多くの患者様に入院医療を中心に当院をご利用いただき、職員一同、忙しく充実した診療活動に従事することができました。患者さま一人ひとりに寄り添う医療は、医師・看護師をはじめとする多職種の専門性と、日々の地道な努力によって支えられています。当院では今後も「人は石垣、人は城」の言葉のもと、人材育成を重視し、安心して治療に専念していただける環境づくりを進めてまいります。

本年も、患者さま、ご家族の皆さま、そして地域の医療・福祉を担う皆さまと共に歩みながら、信頼される病院であり続けられるよう、職員一同努めてまいります。

皆さまにとって、この一年が穏やかで実り多き年となりますことを、心よりお祈り申し上げます。

HAPPY NEW YEAR
2026



精神疾患の話

～ パニック障害 ～

精神保健指定医：山根 美智子

パニック障害とは予期されないパニック発作が繰り返され、予期不安を伴います。有病率は2～3%であり、女性に多く見られます。

パニック発作

突然始まり数分以内にピークに達する。激しい恐怖、不快感を伴う動悸、発汗、身震い、息切れ感、窒息感、胸痛、悪心、眩暈感、寒気などの様々な自律神経症状を伴うが、器質的要因はない。

予期不安

パニック発作が起こるのではないかという不安。

注意

対人恐怖、広場恐怖などのパニック発作の起こる状況が予測される場合は、パニック障害ではありません。

治療について

◎ 疾病教育 ◎

まず、パニック発作で死ぬことはないことを患者さん自身に理解してもらうことが重要です

発作時の 対処法

- 1 発作で死ぬことはないことを患者さんが自らに言い聞かせる。
- 2 静かに腹式呼吸を行う。
- 3 主治医に処方されている頓服薬を内服して休む。

◎ 薬物療法 ◎

選択的セロトニン再取り込み阻害薬などの抗うつ薬が中心となり、ベンゾジアゼピン系の抗不安薬を発作時の屯用として用います。

屯用薬は持ち歩いているだけでも「いざという時には屯用薬がある」という安心感を与えてくれます。



地域連携室だより

～ 広島県認知症疾患医療センター(福山・府中圏域)活動報告 ～

認知症疾患医療センター 主任:足立 萌美

第24回 福山・府中地区認知症医療連携協議会

9月30日(火)、第24回福山・府中地区認知症医療連携協議会をWEBにて開催しました。この協議会は、地域の保健医療関係者、福祉関係者、地域包括支援センターなど介護関係者等で組織する会で、関係者の連携確保を図ることを目的に9月・3月に開催しています。今回は令和6年度の当センターの受診状況や、認知症初期集中支援チームの実績について報告いたしました。また、「認知症の医療・介護の連携について」をテーマに、連携がスムーズにできた例や、課題と感じられること等について出席された委員の皆様と意見交換を行ないました。

令和7年度 広島県認知症疾患医療センター合同セミナー

10月30日(木)、令和7年度広島県認知症疾患医療センター合同セミナーをWEBにて開催しました。この研修会は、広島県から委託を受けた8ヶ所の認知症疾患医療センターの共催で年に1回開催しています。

今年の幹事として当センターが任され、倉敷市にある医療法人社団里滋会 片山内科クリニック 院長 片山禎夫先生に「アルツハイマー病の早期診断の重要性と治療」をテーマにご講演いただきました。

当日は、保健医療・介護関係の方など218名の方にご参加いただきました。認知症の早期診断・早期治療を行なう重要性や、認知症治療の最前線の情報について分かりやすくご説明いただきました。

認知症疾患医療センターでは、今後もより一層、地域連携や情報発信を積極的に行なっていきたいと考えています。



デイケアたんぽぽだより

～ ボッチャ大会 ～

デイケア主任:鈴木 真一郎



令和7年10月17日(金)に第2回目の「シルバージャック杯(ボッチャ大会)」を沼隈体育館で行いまし



た。スポーツ交流イベントとして毎年、下永病院と友愛病院と合同で行われています。

ボッチャとは、白いジャックボールに、赤と青のボールをより近くに寄せたチームが勝ちというシンプルなもの。パラリンピックの正式種目になっているスポーツで、力だけでなく、

頭脳とチームワークが鍵となり、誰でも安全に楽しく行うことができます。

全体で17チームが出場し、当院からは26名の選手が5チームに分かれて出場しました。試合は白熱したものが多く「ナイス」、「がんばれ」と歓声が飛び交う中、当院はなんと！1位2位3位を独占という結果!!日ごろの練習の成果が実り、笑顔あふれる最高の1日となりました。





OTだより

～ 秋の散歩について ～

作業療法士：先納 英実

毎年恒例の秋の散歩を実施しました。寒い日が続いていましたが、この日は快晴でとても暖かかったです。色づき始めた木々と花壇を眺めながら、しゃぼん玉を飛ばしました。

「しゃぼん玉が楽しかった」「外の空気を吸って気持ち良かった」「リフレッシュできた」と皆さま笑顔。秋を感じた一日でした♪



栄養課だより

～ 口腔機能と栄養・食 ～

管理栄養士：吉岡 京子

口腔には咀嚼、嚥下、構音、唾液分泌等さまざまな機能があります。不良な口腔健康状態は、口腔機能が低下し、栄養・食に悪影響を及ぼし、全身への悪影響に繋がります。歯・口腔の状態が不良であると野菜、果物、魚介類の摂取が少ないという報告があり、穀類・菓子類などの炭水化物の摂取量が多くなることがわかっています。

口の機能の健常な状態（いわゆる健口）と『口の機能低下』との間にある状態をオーラルフレイルと言います。オーラルフレイルは、歯の喪失や食べること、話すことに代表されるさまざまな機能の『軽微な衰え』が重なり、口の機能低下の危険性が増加しているが、改善も可能な状態です。自分でも簡単にチェックできるので、チェックリストでご自身のお口の健康状態を確認してみましょう。5項目のうち、2項目以上に該当する場合は、オーラルフレイルに該当します。

いつまでも食事を美味しく楽しんで食べられるよう、お口の健康を維持しましょう。

質 問	選択肢	
	該当	非該当
自身の歯は、何本ありますか？ （さし歯や金属をかぶせた歯は、自分の歯として数えます。 インプラントは、自分の歯として数えません。）	0 ～ 19本	20本以上
半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか？	はい	いいえ
お茶や汁物等でむせることがありますか？	はい	いいえ
口の渇きが気になりますか？	はい	いいえ
普段の会話で、言葉をはっきりと発音できないことがありますか？	はい	いいえ

トピックス

～ ユニフォームが新しくなりました!! ～

看護部主任：麻生 恭裕

令和7年11月より、看護師、看護補助、作業療法士のユニフォームが5年ぶりに変わりました！看護師は4色のアースカラー（大地や自然界の色）の中から1色を選んで着用しています。落ち着いた色で統一することで、院内全体に調和と温かさをもたらし、患者様に寄り添う親しみやすさと専門性を表現しています。

新しいユニフォームとともに、職員一同、より一層の高い医療・サービスを提供できるように努めて参ります。



新人紹介

～ 4つの質問 ～



- ① 年末年始の過ごし方
- ③ タイムマシーンがあったらいつに戻りたいですか
- ② 1億当選したらしたいこと
- ④ 新年の抱負



2病棟：看護補助

田代 由記

たしろ ゆき

- ① 掃除
- ② 貯蓄
- ③ 小学1年生
- ④ 学業を頑張る



4病棟：看護補助

小川 未紗

おがわ みさ

- ① 家でゴロゴロ
- ② 海外旅行
- ③ 小学生
- ④ 健康維持



うらら：世話人

林 沙希

はやし さき

- ① 家族と団欒
- ② 貯金
- ③ 成人式
- ④ 健康維持

訪問看護だより

～ 感染症対策 ～

訪問看護一同

冬は気温と湿度が低くなるため、ウイルスが活動しやすくなり感染症が流行しやすくなります。また、寒くなり体温が下がることで、代謝機能や免疫力も低下しやすくなります。

訪問看護では利用者さんに外出後の手洗い、うがい、こまめな換気、加湿（加湿器や濡れタオルの利用）を積極的に行うよう声かけをしています。

日頃から健康状態をチェックし、異常があれば早めに病院に受診しましょう。



外来担当医表

診療時間		月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	1診	院長	徳岡 (9:15から)	院長	石岡	徳岡	石岡
	2診	藤原	藤原 (9:30から)	白川	稲田	山根	徳岡
	3診	阿辻			由田		
午後 15:00~16:30	1診	稲田		中田	石岡	徳岡	
	2診	阿辻		白川	由田	山根	
	3診						
休診日	日曜日・祝日						

管理者 馬屋原 健

※初診の方は予約制となっております。
あらかじめ、お電話でご予約をお取りください。

※外来担当医表は2026年1月現在

予約や受診に関するご相談は、地域連携室まで

TEL.084-976-1415

お問い合わせ時間：月～土 8:30～17:00(日・祝は除く)

アクセスMAP



当院の理念

『3C』

Comfortable Life

人々の生活の中に、
安心感をもたらす医療サービスを提供する。

Counseling Mind

カウンセリング・マインドに
基づいて、人々に奉仕する。

Community Network

院内により深く、
そして地域社会に
より広く、保健、医療、文化、福祉
サービスのネットワークを
広げていく。

私たち「光の丘病院」は、
開設以来、「自ら入りたい病
院」への歩みを掲げています。
それが患者様に「選ばれる病院
になる」ことであると信じています。
『3C理念』のもと、地域の総合的な精神
科治療・相談機関としての役割を担っています。

患者さまの権利

光の丘病院では患者様を一人の「ひと」として尊重し、
やさしい笑顔とやわらかく穏やかな言葉で、患者様が
安心できる医療サービスを提供します。

- 良質な医療を公平に受ける権利があります。
- ひとりの人間として、その人格・価値観を尊重されます。
- 病気、治療などについて、十分な説明と情報を受ける権利があります。
- 十分な説明と情報を受けたいうえで、治療方法などを自らの意思で決定する権利があります。
- 病気の治療等について、病院外の医師からも診察や意見を求める権利があります。(セカンドオピニオン)
- 自分の病気についての情報開示を求める権利があります。
- 治療の過程で得られた個人情報の秘密が守られる権利があります。

編集後記

今季号より紙面デザインを一新いたしました。以前のデザインは2013年冬号(No.430)より12年間
続いており、干支が1周して世情が変化していく中、新たなことに挑戦し続ける意味を込めて、
リニューアル致しました。また、皆様から引き続きご愛顧頂けるよう紙面の充実も目指していきます。

広報委員：谷川、岩本、鎗屋、麻生

