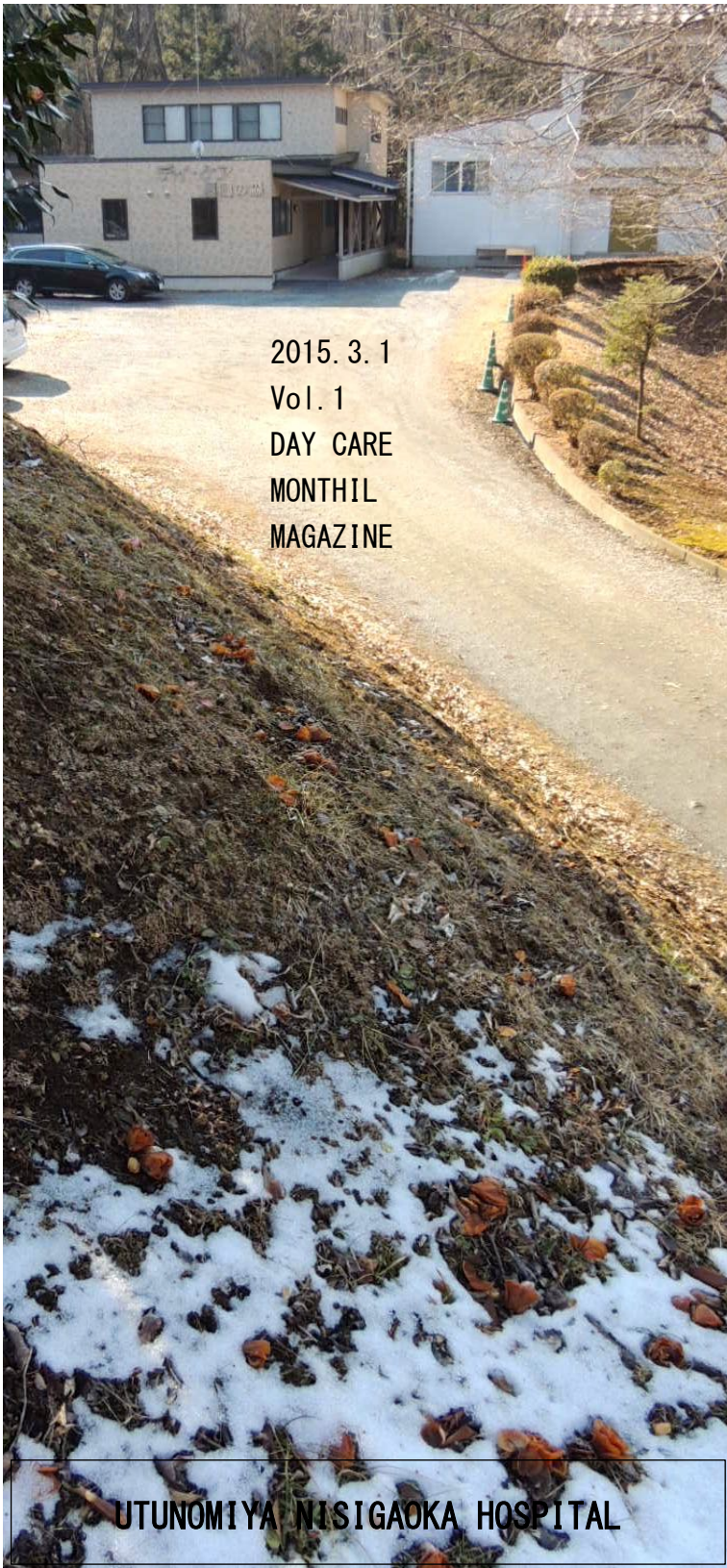




デイケア「長岡の森」利用者の手による「これからの私たち」。

■CONTENTS■

- 1、はじめに ~~~~~ 1
- 2、(挨拶) 院長・上村先生 ~~~~~ 2
- 3、編集員紹介 人面魚 ~~~~~ 3
 - しゅうご ~~~~~ 3
 - チーズカレー ~~~~ 3
 - 料理好き ~~~~~ 4
 - 進撃の小人 ~~~~~ 4
 - ドリーム ~~~~~ 4
- 4、サポートスタッフ紹介 ~~~~~ 5
- 5、「デイケア長岡の森」のご案内 ~~~ 6



2015. 3. 1
Vol. 1
DAY CARE
MONTHIL
MAGAZINE

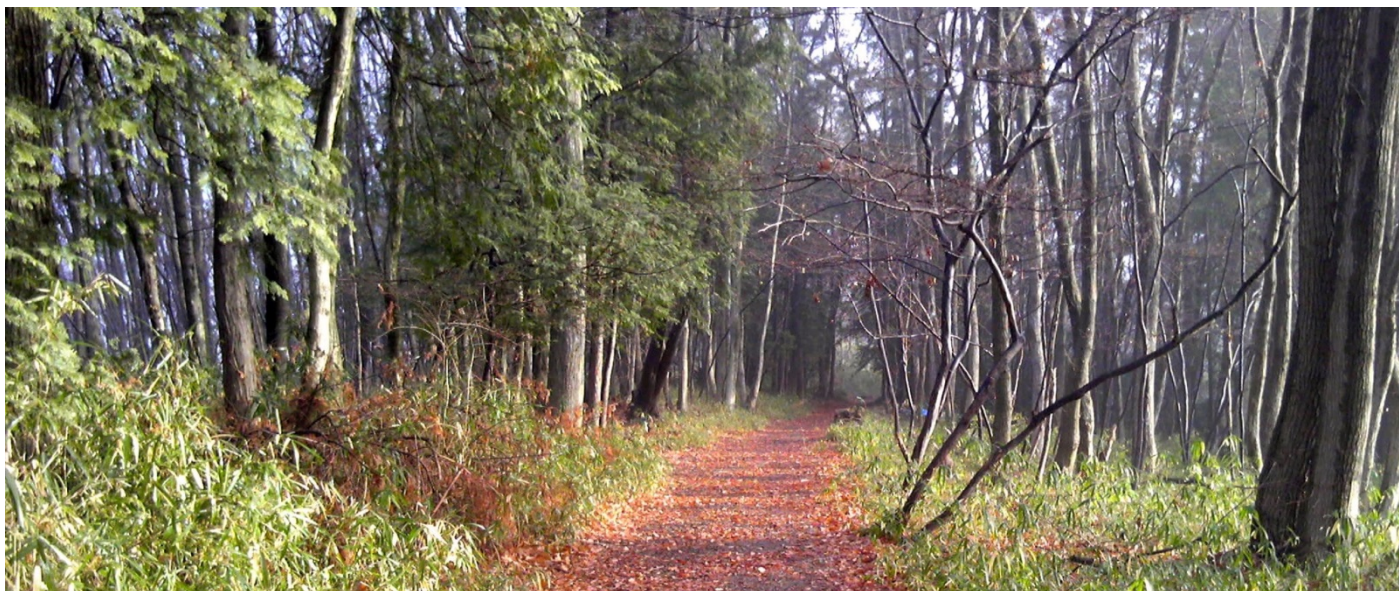
UTUNOMIYA NISIGAOKA HOSPITAL

初めに一長岡の森に集う仲間。
私たちはどこに向かって進むのか。

どうすれば「デイケア」での活動を私たちの生きる力にして行くことが出来るのだろうか。そんな問いかけに答えるのはたやすい事ではありません。これからこの紙面に埋められていく言葉や写真は私たちの戸惑いと模索と、そしていつかこの手につかみたいそれぞれの答えと希望の報告書です。

ここに集う私たちは誰でもある時は不安に駆られ、置かれた状況を否定することで自分を守ろうとしたことがあります。誰だって自分が一番大切、ですがその自分をもてあまし、自分を含むその世界の中に、どこにも居場所を見つけられなくなった時の孤独は、うまく言葉にできるものではありませんでした。どこにもわかりやすい答えなどなく、一つ一ついろいろなものに頭をぶつけながら見つけてゆくしかないのです。でもそんな時私たちの周りには、その模索をサポートしてくれる人たちがおり仲間がいて、いつも指針を示してくれています。

これからも時に応じた皆様のアドバイスを、よろしく願いいたします。



「創刊にあたって」

■宇都宮西ヶ丘病院■

院長 加藤尹之輔

私が昭和54年12月に宇都宮西ヶ丘病院を開院する前に8年半務めていた茨城県立友部病院（現いばらきこころの医療センター）では当時入院患者さんの半数の300人位が院外作業として地域の農家の手伝いや、ブロック工場、養鶏場等の作業員として労働に従事していました。

通勤の足は自転車だったので病棟間の渡り廊下は自転車置き場として使われ、その台数の多さは壮観でした。銀輪部隊と称された写真入りで新聞紙面を飾った事もあり、懐かしく思い出されます。高度経済成長期だったので批判もなかったのですが次第に使役ではとの批判も出てきて院外作業は下火になって行きました。

当院が開院した頃からデイケアと言う、患者さんの社会生活機能の回復や再発予防を目的とした、個々の患者さんに応じたプログラムに従ってグループごとに治療する活動が盛んになって来ました。当院では平成14年8月から先ず、旧院長宅を改修した小規模デイケアから始まり、平成21年3月からはデイケア棟が新築され、定員50人の大規模デイケアと発展しています。今回メンバーによる機関紙「響」発刊とのことで「デイケア長岡の森」の益々の発展を期待しています。

■宇都宮西ヶ丘病院■

Dr. 上村修一

昨年10月デイケアに通うメンバーより、パソコンを使用したデイケアプログラムを始めてほしいとの要望がありました。直接話を聞かせて頂き、パソコンが使用出来るようになる事はもちろん社会との繋がりを持つようなプログラムにしたいという希望でしたので、検討させて頂いた結果今年1月に3台のパソコンがデイケアに導入されました。

パソコンを使用したプログラムの一つとしてメンバーによる新聞製作が始まり、今回「響」の創刊となりました。今後はより社会への繋がりを持つプログラムとしてデイケアメンバーによるブログ開設も予定されているようです。今後これらのプログラム並びにデイケア長岡の森が益々発展する事を期待しております。

私たちが
担当します
編集員の
紹介

①ペンネーム ②自己紹介



① 人面魚

② デイ歴6年、居心地がよく、卒業出来ない状態です。

「創刊にあたって」

西ヶ丘病院のデイケア（以下デイとする）も十年を超え、世の中は増々デジタルの時代になりました。西ヶ丘病院もホームページ開設約一年が経ち、デイでもメンバーでパソコン（以下PC）に興味のある仲間を中心に、PCを使った新聞作りに挑戦することになりました。

微力ながら、頑張りたいと思います。乞うご期待を！



▲我が家に、時折、顔を出す名前のない猫です。

▼私が、趣味で彫っている羅漢様です。



① しゅうご

② 皆さんこんにちは。

私はこの西ヶ丘病院で4回の入退院をして、今この「デイケア長岡の森」にお世話になっている者です。病状は未だに不安定ですが、家族はもちろん、医師やスタッフなど周りの人に助けられながら、徐々に回復の方へ向かっています。

実際その効果を得るのには相当な時間が掛かりました。自分の心の不調、社会に参加する不安やモチベーション。正直、紹介してくれたデイケアは、初め興味ありませんでした。変遷を経て、ある時、自分から参加しようという気持ちになりました。セキセイインコを飼いはじめた頃です。

9月頭でしょうか。生き物を守るものが出来たという、綺麗ごとでしょうけど、これが些細なきっかけです。

他にもありますが、ここではあえて伏せておきます。そうしていつの間にかこの施設に馴染み、コミュニケーションに積極的になり、今は生活の一部となって充実しています。

今回、この「響」の執筆に取り掛かろうとした理由は、ぶっちゃけ自己満足と言いたいところですが、あえて言えば違った観点、視点からのコミュニケーションでしょうか。

日々の中で感じたことの思いを馳せ、新たな世界の開拓へと、大それた理由ですがいわゆる僕のチャレンジです。これからの将来にどう結びつくかはわかりませんが、地道に進めて行きたいものです。そんなわけで、どうぞよろしくおねがいします。

① チーズカレー

② こんにちは、初めまして。チーズカレーと申します。ここのデイケアに通い始めてかれこれ7か月になります。

まだまだ新参者ですが、日々和気あいあいと楽しく活動しておりますm(_)_m。この新聞で日々の出来事などを楽しく紹介していけたらなと思いますので、なにとぞご拝聴のほどよろしくお願ひ致します。

私たちが
担当します
編集員の
紹介

①ペンネーム ②自己紹介

① 料理好き

② 「デイケア長岡の森」に通っている高橋です。私の趣味は園芸と、切手集めと、模型作りです。始めてデイケアに通っていた頃は、人と会話ができなくてデイに通所してから8カ月目に話ができるようになり楽しいです。

プログラムも、月曜から金曜日まで色々あるので毎日が充実しています。私は現在作業所に通っていてパン作りをしています。その日によっていそがしい時と、そうでない時があります。午後は軽作業をして帰宅します。「デイケア長岡の森」は自然がいっぱいで、スタッフも親切かつ丁寧で誰でも通所できます。

① 進撃の小人

② 初めまして。デイケアに通い出して一年ちょっとがたちました。急がず、焦らず、止まらずの気持ちで毎日社会復帰に向けてがんばっています。

デイケアに通いはじめて四季をとてもよく感じるようになりました。少しずつ春の日は伸びるのを感じています。高い冬の青空も、デイケアの地面から伸びる霜柱も、やわらかく溶けはじめて僕に体調が良ければ散歩でもしようよと自然が誘ってくれます。

「友達が多い方がよい」と誰かから聞きました。よければ一緒に散歩しましょう。草や木や土や水や空気が春本番の準備をするのを見ながらお話しをしましょう。黙って並んで歩いているだけでも一人よりは楽しいでしょうか。「友達が多い方がよい」と誰かから聞きましたからね。

デイケアにいる多くの友人達と待っています。よろしくお願ひいたします



▲デイケア周辺に出没する猫

① ドリーム

② グループホームに住んで8年を超えましたが、デイケアに通ってからも8年を過ぎています。

現在の趣味は読書と編み物、また、買い物かてらにブラブラと散歩し、樹木や草花をながめることが好きです。長岡の森の四季の移ろいにも興味が魅かれます。梅が咲いて桜が咲くころから、紫陽花に移る春が一番好きな季節です。

治癒することのない病に、時には絶望的になりますが、病気に負けることなく日々を送っていこうと思っています。



Photo by SUZUKI
in NAGAOKA

祝「創刊にあたって」

伊藤和男

(デイケア 看護師)

今から 13 年前に「デイケア長岡の森」が旧院長宅を改築して産声を上げました。当時は、参加メンバーも 1～6 人と少人数でしたが、近くの池で大きな鯉が泳ぎカエルの鳴き声の聞こえる、のどかな環境で始まりました。平成 21 年には、現在の新しい建物に移り、1 日の参加者も多い時には 30 人近くにまでふくれ上がり、活気のある活動的な雰囲気になっております。

これからも益々充実した内容で効果を上げられるようになればと思い、皆様の御指導と御協力をお願いしたいと思っております。



サポートスタッフ紹介

◎柳沢 (デイケアPSW)

いよいよ創刊となりました、デイケア利用者の皆様（以下、メンバーとさせていただきます）が主体となって作る「響」。記事づくりに携わるのは、大半が初心者ばかりですが、それぞれに様々な経験を持つメンバーの声や活動の様子を、こういった形でお届けできることは大変有り難い限りです。

この場を精一杯活用し、ひとつでも皆様の心に残る記事を作っていきたいと思っています。

◎鈴木 (病棟看護師)

文章校正や写真、レイアウト、記事や紙面作りに参加しています。よろしくお願いたします。



タウン誌、求人誌、業界新聞制作などの経験もある「響」の頼れる応援スタッフです！柳沢

■「デイケア長岡の森」機関誌「響（ひびき）」 名称の由来■

創刊に当たり編集委員それぞれからアイデアを募ったのちに、賛成多数でこの名前が採択されました。

人という存在が持つ二つの側面、独立した個人でありながら社会的な役割を担っている状態。多くの人々が自立しながらも依存し、それぞれの場面で互いを思いやりながら過ごす日々、否応なくそれが私たちの人生です。人や自然が響きあう協奏曲を私たちは奏でている。常に心や体を共鳴させ共振させながら響きあっている。その場がこのデイケア「長岡の森」であり、この機関誌「響」なのです。そうありたいとの願いを込めて命名されました。

* デイケア「長岡の森」ってどんなところ…？

「生活リズムを整えたい」、「仲間作りをしたい」、「日中の居場所が欲しい」、「就労に向けて準備をしたい」こんな希望や悩みはありませんか？

デイケア「長岡の森」は、プログラム活動やメンバーとの交流を通じてステップアップしていく場です。少しでも興味・関心のある方は、ぜひ見学にいらして下さい♪

◎プログラム活動とは…プログラムとは、主に個人やグループで取り組む活動のことで、その種類は創作や料理・スポーツ・麻雀など様々です。主治医やデイケアスタッフと話し合いながら利用者の興味や目的に応じて選択できます。必ず参加しなくてもいいものではなく、その日の体調に合わせ、ゆっくりと一人で過ごすこともできます。

◎スケジュール

活動日：月曜日～金曜日（土日・祝日は休み）

活動時間：

デイ・ケア（1日）

午前 9：30～午後 3：30

ショート・ケア（半日）

午前 9：30～午後 12：30

午後 12：30～午後 3：30

デイケアメンバーの皆様へ 「原稿大募集！！！」

今後の「響」では、デイケアで行っているプログラムや季節ごとのイベント・行事の紹介、利用しているメンバーさんの活動を通しての体験談等を掲載予定です！

また、デイケアで撮影した写真やメンバーのイラスト等も載せていきたいと思っておりますのでご協力ください。次号からはそんな日々の活動のレポートをお送りします。



医療法人社団 松籟会

宇都宮西ヶ丘病院

* 原稿については、原文のまま掲載させて頂きました。誤字・脱字等がありました際には、ご容赦下さい。

——— 月刊デイケア機関誌・発行元 医療法人社団 松籟会 宇都宮西ヶ丘病院 「デイ・ケア 長岡の森」 ———

発行日 2015年（平成27年）3月1日、vol.1 創刊号