

# 下総つうしん



第68回

平成25年10月1日  
医療法人社団 踏青会 下総病院  
千葉県八千代市米本2472-2  
047-488-2135

## 水族館に行ってきました。

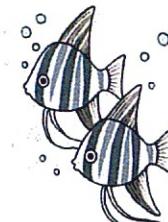
さわやかな風が心地よく抜けるような青空に、秋の到来を実感する季節となりました。みなさまはいかがお過ごでしょうか。気持ちのよい秋晴れの日にはどこかへ足を伸ばしたりしますね。

さて、当院では9月9日に3、4病棟のみなさんがバスハイクで葛西臨海水族園に行ってきました。当日は暑さが残るもの雲ひとつない青空で、まさに遠足日和な青天に恵まれました。

水族館では大きいマグロが群れで泳ぐ姿を間近で見たり、きれいな熱帯魚やかわいらしいペンギンを観察しました。特にマグロは巨大な水槽を泳ぎ回る姿がとても迫力があったそうです。

水族館散策後はみなさんお楽しみのお弁当タイム♪玉子焼きやソーセージ、からあげの入った当院の特製行楽弁当です。外で食べるお弁当はとても美味しかったそうです。水族館の帰り道には八千代の道の駅に寄り、美味しいアイスクリームを頂き、病院へ帰りました。

患者さんは「ペンギンが可愛かった!」「珍しい魚たくさん見て面白かった。」とお話ししていました。少し暑い一日でしたが、みんなの笑顔がたくさん見られ、秋の遠足を楽しむことができました。



## インフルエンザ予防接種のお知らせ

当院では今年も例年通り、インフルエンザの予防対策として患者さんに予防接種を行う予定です。まだ摂取の時期などは未定ですが、予防接種は保険の対象とならないため、各自1,050円（薬品購入費として）自己負担がかかります。なお、費用につきましてはお小遣いから引かせていただきますので改めての送金の必要はありません。

また、市区町村によっては指定を受けた医療機関で予防接種を受ける際、負担金の助成制度を利用できる場合もあります。助成制度については各市区町村へお尋ねください。

何かご不明な点がありましたら、医療相談室までご連絡ください。

医療相談室直通 TEL 047-488-2107



## 「心の健康フェア 2013 in ちば」



千葉県では精神保健福祉に関する理解の促進を目的として、今年も「心の健康フェア 2013 in ちば」を開催します。当院からはOT（作業療法室）で患者さん達が作った作品を展示する予定です。講演や心の健康相談コーナーもあります。入場無料で申込不要ですので、ご都合が良ければぞいでみてはいかがでしょうか。

日時：平成25年11月13日（水） 10時～15時

場所：青葉の森公園 芸術文化ホール

講演：『ありがトンで 人生うまくいく』

講師：うつ専門カウンセラー 澤登和夫先生

その他、「改正 精神保健福祉法」についての講演や、当事者からのメッセージ、精神保健福祉関係団体の作品展示、心の健康相談が予定されています。





# 下総秋祭り

空もすっかり高くなり、晴れた日には散歩する患者さんをよく見かけるようになりました。外で過ごすのも気持ちの良い季節です。下総病院では10月9日(水)に秋祭りを予定しています。午前・午後で病棟を分け、外でカラオケ大会を行いながら軽食を食べる予定です。

楽しみにしている患者さんも多く、カラオケ大会に出て歌う予定の患者さんは今から少し、ドキドキしている方もいるようです。また、当日は何を着ようかと、悩んでいる方もいます。病棟にはOTで患者さん達が作った秋祭りのポスターが貼られています。

雨天や強風時は、OT室で普段通りの作業療法を行う予定です。



秋祭りのポスターはOTで患者さんが作成しました。各病棟や廊下などに貼られています。

下の写真は9月にOTの料理で作ったおはぎです。皆さん、頑張って作り、その後は、うれしそうに食べていました。とても、美味しかったそうです。



## 衣替えのお願い

早いもので気がつけば今年も10月となり、涼しい秋風が吹く季節となりました。日中は陽が出ていれば暑いくらいの陽気ですが、朝晩は先月までの酷暑が嘘のように涼しくなりました。

当院では病院内の衣類など、荷物の保管場所には限りがあるため、季節によって衣類の交換をお願いしています。秋冬物の衣類がご自宅にある方は、早めに病院まで持ってきていただけるようお願いします。その際、夏物の衣類などはご自宅へ持つて帰っていただき、衣類の整理をお願いします。中には衣類が傷んできたり、体型や体調の変化などから以前着ていたものが合わなくなってきたりしている方もいらっしゃいます。病院からご家族へ衣類交換や、新しい衣類のお願いなどのご連絡をする場合もありますので、よろしくお願ひ致します。



## 編集後記

10月に入ったと言うのに、関西方面では30度の夏日とか。こちらは台風の影響で、しとしとじとじと蒸し暑い日々となりました。

病院の近くには雑木林が多いものですから様々な鳥や虫がいます。春にはうぐいす、夏にはせみ・カブトムシ・可愛い小さなトカゲ・小さなヘビ・こちらに来て初めて目にしたナナフシ・・・・・・そして今日は大きなカタツムリを発見しました。雨の道路を歩いていました。男の子なら大喜びしそうです。

また、今年は6病棟前の栗の木にはたくさんの実がついて、患者さんが拾っています。

秋なのか夏なのか、日中は暑く朝晩は冷え込む今年の10月です。皆様もお体大切に！！

