

# あいざとだより



デイ・ケア藍果のメンバーの作品です

Vol.54 2024.10

- P1、2 うちの子が一番可愛い♪猫自慢
- P3 医局より
- P4 徳島・ギャンブル問題を考える第9回市民公開講座  
日精看学術集会 2024in 熊本  
ネット・ゲーム依存講演会のお知らせ
- P5 生活介護での口腔ケア  
ドイツ・ニーダーザクセン州への看護訪問団に参加して
- P6 藍涼祭／第11回ボッチャ徳島大会



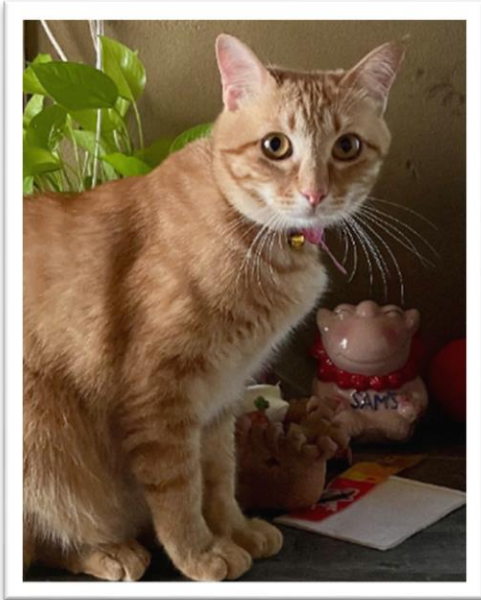


うちの子が一番可愛い♪

# 猫自慢



全員保護猫ちゃんたちです。疲れていてもこの子たちを見ていると癒やされ疲れも忘れます、私にとっては大切な家族です。B1 病棟 小松



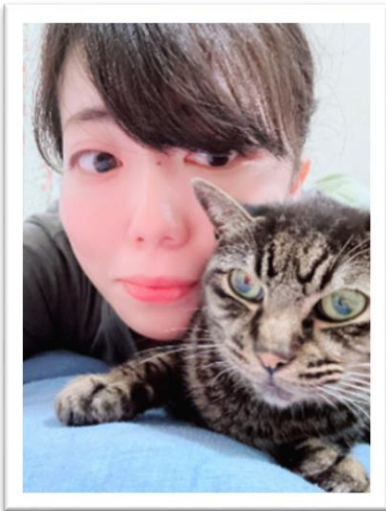
名前はマロ♡下顎が噛み砕かれ、血だらけで倒れていた子ですが、こんなに逞しく元気に育ってくれました。

山川訪問看護ステーション 北池



在宅 11 匹中の 3 匹でございます。【しま】は私が子猫の時に保護して育てた子です。だ・か・ら、1 番かわいいです。育ちが悪く母猫(ノラ)がうちに連れてきたのがきっかけでした。どの子もかわいく、毎日笑ったり怒ったりしながら癒やされております。

他にも【とら】【きいちゃん】【なな】【うみ(海)】【そら(宙)】【はな】【クロクロ】【つき(月)】の 8 匹が居ます。A2 病棟 川人

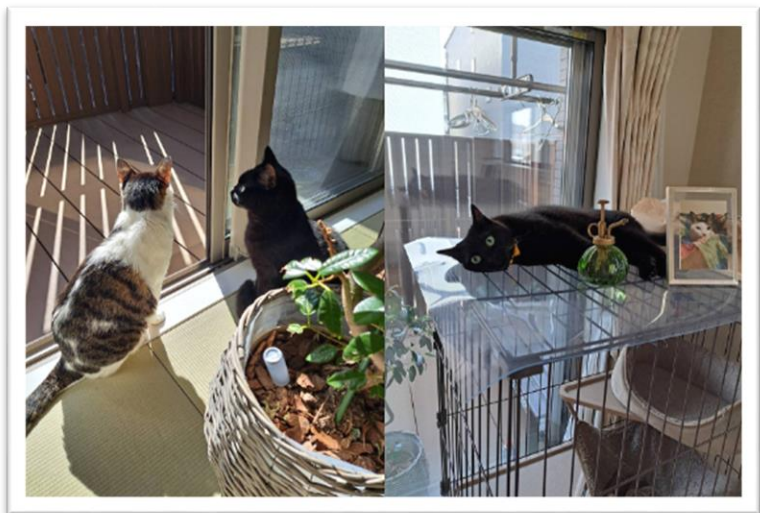


我が家の末っ子、福丸(ふくまる)です。まんまるお目でシュッとしたイケメンにやんごですが、中は甘えん坊ちゃんです。

医療福祉サポートセンター 宇野



(左)なる (右)かい 男の子です🐾 GHさんが 乃一



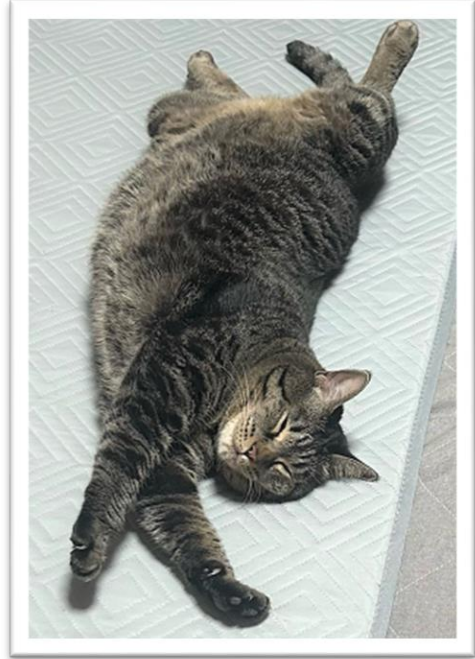
長男みい(14)食いしん坊で甘えん坊。次男くろ(2)ドジないたずらっ子。二人とも可愛くて優しくてイイコです😊 医事 加納





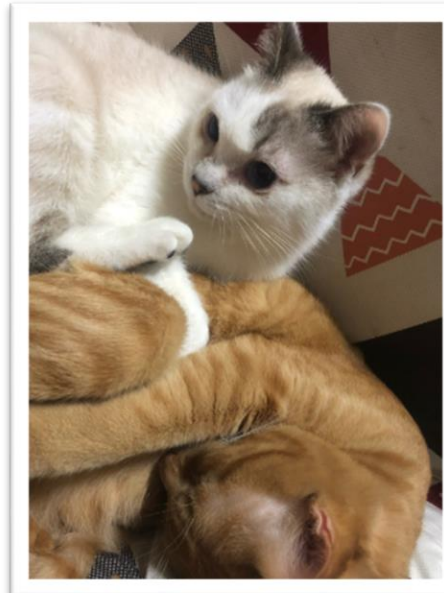
メイ 1歳の女の子です。推しポイントは「低い鳴き声」です♪  
医療福祉サポートセンター 大賀

「チャームポイントはおデブ」な小銭です。  
小銭への愛は無限大。 B3病棟 上村



ロイちゃんは奥さん、うずらちゃんは僕に懐いています。二匹ともいらんことばかりしていますが、本当に可愛くていつも癒されています。

訪問看護ステーション 藤岡



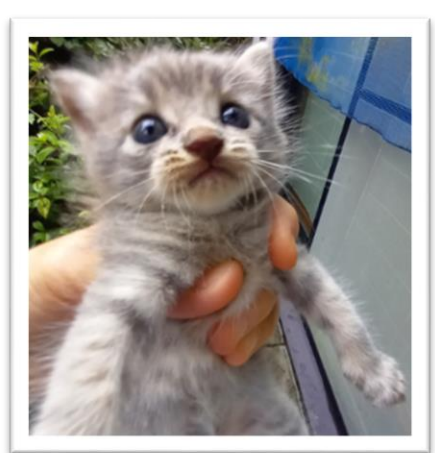
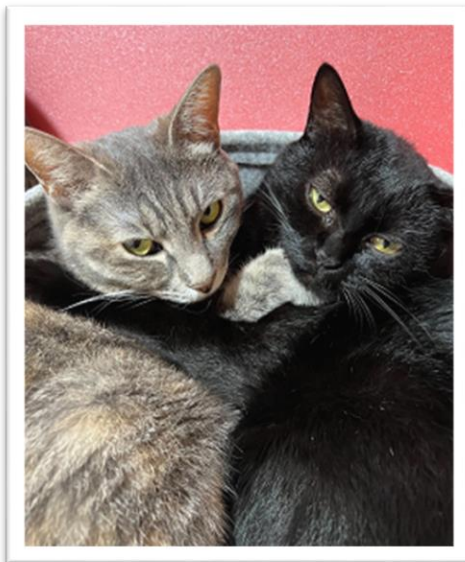
(白)ビー玉みたいに青く透き通った目の「ゆき」、(茶ト)ラ甘えん坊で知らない人にもグルグル、すりすりな「くう」です。うちの子達が一番可愛い♡ B3病棟 中村

(右)黒猫の「じじ」、  
(左)ことじで拾った「こと」  
です。可愛いんですよ♡  
GH 伊月



「うな」です。交通事故にあい、頭だけ動いているのを発見。鼻から出血し助からないと思ながらも一命をとりとめました。犬、猫初対面でも臆せず仲良くなれます。

B3病棟 三原



丸い青い眼がチャームポイントのメープル。眼に入れても痛くないです。

B3病棟 岡本

## 医局より～

### 秋の味覚 太刀魚について

生越 剛司

暑さも少しだけ和らぎ、食欲の秋になりました。皆さんは秋の味覚といえば何を思い出しますか?今回は太刀魚について紹介します。

太刀魚の名前の由来は、魚体が銀色で刀に似ているからとか、立って泳ぐ魚だからなど幾つかあります。泳ぐ水深や居場所がコロコロ変わることから、幽霊魚という異名も持ちます。魚の大きさを表現する際には、魚体の幅を指の幅で測って「指何本の太刀魚」と言います。一般的には指2本から3本のものが多いですが、中には7本あるいは8本という大型のものもいて、長さは1.5メートルを超えます。



秋になると岸に寄って来るため、漁港などで手軽に釣ることが出来ます。近年では釣りの人気のターゲットとなっており、女性の釣り師も目立つようになっています。徳島県では例年7月下旬頃から阿南市で釣れ始め、徐々に北上して9月下旬には鳴門市でも釣れるようになります。漁港では11月下旬頃まで釣れ続き、船に乗ると1月中旬頃まで釣ることが出来ます。釣り方は多彩で、餌を使用したウキ釣りやテンヤ釣り、ソフトワームなどを使用したルアー釣りがあります。朝夕の薄暗い時間帯に最も良く釣れますが、夜の間は釣果が望めます。場所によっては日中でも釣ることが出来ます。

食べて美味しいことも人気の理由で、うろこが無い魚ですのでハサミだけでも調理が可能です。塩焼き



や唐揚げ、煮付けが有名ですが、お勧めなのは刺身や炙り、押し寿司です。釣ったばかりの新鮮な刺身は絶品です。また、調理の後で残った骨を骨煎餅にして食べることが出来て、これも非常に美味しいです。作り方は簡単で、まずキッチンペーパーで水分を拭き取り、クッキングシートに載せて電子レンジで600ワット、4分間加熱します。蒸気を飛ばしてから裏返し、更に3分間加熱すれば出来上がりです。機会があれば是非試してみてください。

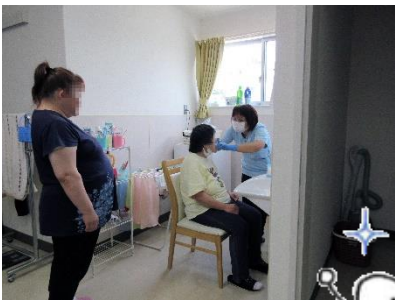






歯科診療室以外でのお仕事を少しご紹介します♪

## 生活介護での口腔ケア



生活介護では、月 1 回口腔ケアを実施しています。歯科の専門職がケアを行うことで、利用者のみなさんのお口への意識も高まり口腔内も清潔に保たれている方が多いです♪  
またここでの口腔ケアをきっかけに歯科治療へ繋がるケースも増えてきました！



自分の歯ブラシも置いてあり、  
歯みがきの習慣がついています！

## ドイツ・ニーダーザクセン州への看護訪問団に参加して

看護部長 佐藤 晴久



2024年8月18日から1週間、徳島県看護訪問団の一員としてドイツ・ニーダーザクセン州を訪問しました。ニーダーザクセン州はドイツ北西部に位置し、徳島県とは2007年から幅広い分野で交流を続けています。

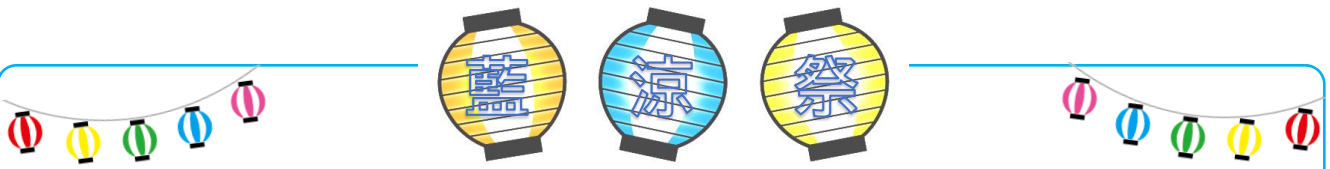
ドイツ北西看護専門職協会では、ドイツの看護師の皆さんと互いの国の印象・看護師を志した理由・看護師として大切にしていることなどをテーマにワークショップを行い、多くの共通点があることが分かりました。ゲッティンゲン大学医療センターの精神科病棟では、精神科の看護師さんと話す機会があり入院など日本との考え方の違いを感じました。次回は、ぜひ藍里病院に来て日本の精神科看護を見てくださーいとお願ひしています。



今回の訪問では、多様な文化や考え方に触れることができ国際的な視野を持ち新たな価値観が得られる機会となりました。また、ニーダーザクセン州の皆さんの医療への情熱と温かな人柄がとても印象に残り大変貴重な経験となりました。絵本のような街並みや美味しい料理など、今度はプライベートでドイツを訪れたいと思っています。貴重な機会をいただいた皆様に深く感謝いたします。

Danke schön !





藍涼祭を10月17日に開催しました。今年はゲストに「井ノ上陽水(いのうえあきみ)」さんをお招きしました。徳島にゆかりのあるオリジナル曲や皆知っているようなカバー曲を披露して頂き、会場からは歓声や応援のうちわを振る場面が見られました。

今年の藍涼祭の目玉でもある模擬店では射的やくじびきの他にジュースやアイスなどの販売も行い、残暑を元気に乗り切って楽しんでくださいました。最後は病院全体でのカラオケ大会を実施し美声で広場内を盛り上げました。特に最後の歌手のバラードでは皆がうちわを横に振り、場の一体感を作り上げた素晴らしい時間となりました。



デイ・ケア藍果より

## 第11回ポッチャ徳島大会

結果報告

令和6年6月9日(日)、障がい者交流プラザにて行われたポッチャ徳島大会は今回で3回目の出場となりました。今回は過去最多の13チームが出場し、藍果からは3チームがエントリーしました。



- 藍果A ウルトラマンチーム  
予選で引き分け、くじ引きで勝利し決勝進出を果たし、見事3位入賞
- 藍果B アンドロメダチーム  
予選全勝で文句なく決勝進出を果たし大健闘の結果、準優勝
- 藍果C マリオチーム  
惜しくも予選敗退となりました



本番に強い藍果チーム、緊張していても試合が始まると日々の練習の成果を発揮し、チームメンバーと戦略を練って戦闘スイッチON、全集中です。正々堂々とプレーして見事な試合ぶりでした。試合後には対戦相手と握手して健闘を称え合い、また次回の対戦を約束し合っているかのようでした。ポッチャ大会を通じて交流を深める事もできました。選手からは「次の大会日程はいつなのか?」といった意気込みさえ聞かれるほどになっています。



# 藍里病院

日本医療機能評価機構認定病院  
精神科救急医療施設常時対応型病院

〒771-1342

徳島県板野郡上板町佐藤塚字東 288-3

TEL088-694-5151 FAX088-694-5321

徳島県依存症専門医療機関・徳島県依存症治療拠点機関



## 精神科・心療内科・内科・歯科

精神科デイ・ケア 精神保健相談  
禁煙外来

### 受付

(午前) 月～金曜日 午前 9:00～11:30  
(午後) 月～水・金 午後 13:00～16:00

### 診療

(午前) 月～金曜日 午前 9:30～12:30  
(午後) 月～水・金 午後 13:30～16:30

### 休診日

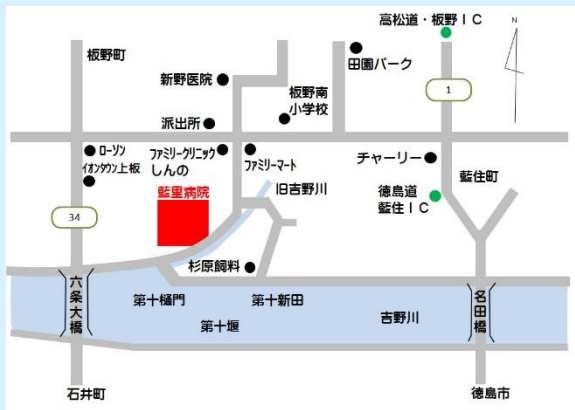
木曜日午後・土曜日・日曜日・祝日  
年末年始

### 歯科診療

(午前) 月・水・木・金 午前 9:00～12:00  
(午後) 月・水・金 午後 13:00～16:00

外来	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土・日	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
新患	新患の場合は、担当医が順次診察を行います。											休診日
再来	久保一	久保一	元木洋	江西	大森	大森	吉田精		吉田精	森垣		
	吉田精		宇山		吉田精	吉田精	多田量		宇山			
	宇山		吉田成		井上	井上	久保弘		生越			
専門外来	4城福 :児童思春期	久保一 :禁煙外来					大森 :うつ病	吉田精 :依存症		吉田精 :依存症		
セカンド オピニオン 外来		森垣 4城福 :児童思春期								大森 セカンド オピニオン 外来		
内科	多田友		多田友									
歯科	金谷	金谷			金谷	金谷	金谷		金谷	金谷		

休日・時間外の救急  
診療を受付けます



### 交通案内

#### ●JR・タクシー

蔵本駅より車で約 15 分  
板野駅より車で約 10 分  
石井駅より車で約 12 分

#### ●自動車道

高松道板野 IC より約 10 分  
徳島道藍住 IC より約 7 分



## あいざと訪問看護ステーション

TEL 088-694-5163

## あいざと・こころの医療福祉相談センター

TEL 088-694-5151

24 時間 365 日受付 「精神科救急・一般的精神医療相談・生活相談」

## あいざと蔵本クリニック

〒770-0041 徳島県徳島市蔵本元町二丁目 40-1

TEL 088-634-1881 FAX 088-634-1880

### 心療内科・精神科

(地域連携、精神保健相談実施)



受付 (午前) 月～水・金・土曜日 午前 9:15～12:00  
(午後) 月～水・金 午後 14:00～17:00

診療 (午前) 月～水・金・土曜日 午前 9:30～13:00  
(午後) 月～水・金 午後 14:00～17:30

休診日 木曜日・土曜日午後・日曜日・祝日・年末年始

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
岡部 大森	岡部	吉田成	休診日	岡部 藤本	135岡部 24吉田成 藤本
岡部 山下	岡部	吉田成 山下		岡部 大森	休診



### 交通案内

- バス 医学部前下車
- JR 蔵本駅より…徒歩で約 3 分
- 自動車 駐車場 13 台

## あいざと山川クリニック

〒779-3403 徳島県吉野川市山川町前川 200 番地 2

TEL 0883-42-8811 FAX 0883-42-8812

### 心療内科・精神科

(デイ・ケア、地域連携、精神保健相談実施)

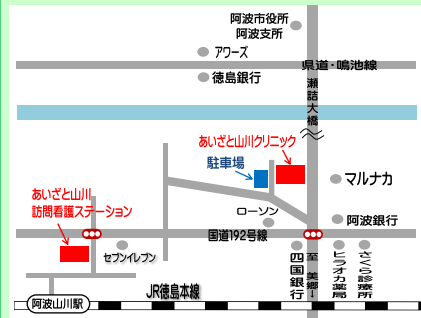


受付 (午前) 月～水・金・土曜日 午前 9:15～12:00  
(午後) 月～水・金 午後 14:00～17:00

診療 (午前) 月～水・金・土曜日 午前 9:30～13:00  
(午後) 月～水・金 午後 14:00～17:30

休診日 木曜日・土曜日午後・日曜日・祝日・年末年始

外来	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		13久保弘 24井上	多田量	休診日	多田量	135多田量 2江西 4元木洋
午後	多田量					



### 交通案内

- JR 阿波山川駅より 徒歩 8 分
- 駐車場 = クリニック内及び 表示場所

あいざと蔵本訪問看護ステーション TEL 088-678-2185

あいざと山川訪問看護ステーション TEL 0883-25-9080