

(3ページから続く)



(3ページから続く)

季節も暑い夏から秋へと変わりつつ、特に夜風は秋の面影が出てきました。この大会を楽しみにされている患者様は多く、人気のある行事の一つです。スタッフも患者様の為に綿密な計画を立て、素晴らしい思い出を提供できるよう努力しています。この日体育館から患者様の笑い声が消えることはありませんでした。

個人情報保護について

～職員研修～

個人情報の取り扱い方について全職員対象に研修会を行っております。個人情報保護法の理解に始まり日常業務でのケース等現場での対応を研修します。

内容：個人情報保護法についての概要

個人情報保護規定について

Q & A 他

当法人では、個人情報保護法に基づき個人情報の取り扱いに十分注意をしております。個人情報に関するお問合せ・ご相談は相談窓口を設けておりますので、そちらでご相談下さい。

基本理念

『人間愛に満ちた医療と愛情こもる看護・介護』



医療法人社団正仁会

明石土山病院・介護老人保健施設希望
つちやま訪問看護ステーション・精神障害者生活訓練施設みどり寮
精神障害者福祉ホームB型マックナイトホーム



〒674-0074

兵庫県明石市魚住町清水2744-30

TEL:078-942-1021

FAX:078-941-1573

E-mail:info@athp.jp

ホームページもご覧下さい

<http://www.athp.jp/>

Midori ～みどり～

H18.1.25発行
冬号

新型インフルエンザについて

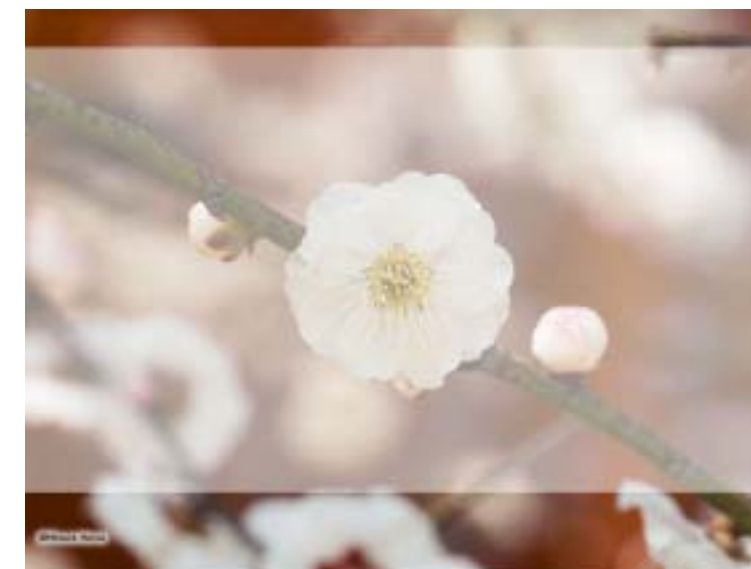
理事長・院長 太田正幸

現在、新型インフルエンザの流行について各種の報道がなされています。インフルエンザは普通、人から人にうつる病気です。これの発症はワクチンの投与である程度防げます。また、発症しても、抗インフルエンザ薬の投与で回復に向う人たちが多く、恐ろしい病気ではありません。

では、新型インフルエンザとはなんでしょう？これは今まで、人から人に感染しなかったインフルエンザ ウイルスが鳥から人にうつり、さらに人から人に感染するものを呼びます。今のところ、従来の抗インフルエンザ薬が効果があると思われています。しかし、残念ながら、世界中で努力はされているものの、ワクチンの開発にはあと6ヶ月程かかると言われています。

新型インフルエンザに効果がないからといって、インフルエンザのワクチン接種を控えようという方もいらっしゃいますが、これは誤りです。旧来のインフルエンザに罹患すると、免疫力の低下が起こります。そのときに新型インフルエンザに罹患すると病状がさらに悪化することになるからです。

予防は、手洗いとうがい
が基本となります。また、出来るだけ、流行地への渡航・人ごみを避けること。無理をせず、休養と栄養を十分にとり、自分の免疫力を高めておくことも極めて大切です。



臨床動作法

臨床心理 河合美貴

“臨床動作法”もしくは“動作療法”という言葉を知っていますか？臨床動作法とは成瀬悟策によって考案された“動作”に焦点をあてた心理療法です。広辞苑には“動作”を『事を行おうとして身体を動かすこと。また、その動き。立ち居振る舞い。拳動』とありますが、臨床動作法における“動作”はもう少し意味が広く、目に見えるからだの動きだけではなく、体を動かそうとする努力も含まれます。例えば手を動かす時、意識はしていなくても手を動かそうと『考え』、からだに力を入れようと『努力』をし、実際に手が『動く』のです。すなわち意図 努力 身体動作で表される一連のことが“動作”なのです。そして、その“動作”によって“こころの働き”を改善しようとするのが臨床動作法なのです。

臨床動作法が誕生する契機になったのはある催眠での現象です。手の動かない脳性マヒ児に催眠下で暗示をかけるとそれまで動かなかった手が動いたという報告がありました。「からだ動かかないのは、動かし方が悪い、動かし方がわからないため」と考えられ、動作訓練が試みられました。ところが実際に訓練をしてみると、“動作”の改善だけでなく“こころの働き”も改善することがわかり、“臨床動作法”という考え方が生まれました。



こころとからだは密接な関係があり、その時々気持ちが動作にも表れます。「さあ、仕事をするぞ！」という時は自然とからだに力が入り「落ち込んでいる」時は力が入らないといったように、私達は意識をしていなくても状況に応じて力の入れ方が変わっています。適度に力を入れたり抜いたりできればよいのですが、時には不必要な力を入れてしまうこともあります。この状態が続くと緊張が蓄積され、四十肩のような慢性的な疲労が生じてしまいます。臨床動作法では、セラピストが緊張を弛め、痛みをとるため肩の上げ降ろしなどの課題を設定し、クライアントはその課題に向けて努力します。クライアントはセラピストとの関係の中で、自分がどのように緊張しているのかに気付いていきます。そしてそれに伴い、さらにリラクゼーションが進行していきます。マッサージ・鍼など

(3 ページに続く)

(2 ページから続く)

受動的に緊張を弛める方法も効果はありますが、その場限りのもので時間が経てば緊張状態が戻ってきます。臨床動作法を通して自分自身で“緊張を弛める努力”が身に付いてくると、それ以前に過度な緊張状態を作りにくくなり、緊張しすぎても自分で対処ができるようになります。これまで悩まされていた肩凝りから解放され気持ちが楽になるだけでなく、他者の援助を活用し他者の援助で楽になるといった体験を通して、他者との関わり方が変わっていく、肩の凝らない関わり方ができるようになっていくといった心理的な変化が生まれてきます。

現在、臨床動作法は大人から子どもまで幅広く適用されており、肩凝りや腰痛などの改善、姿勢の矯正、高齢者の健康維持増進をはかる健康法として用いられています。

<参考文献・参考URL>

成瀬悟策 (1998) 姿勢の不思議 しなやかな体と心が健康をつくる 講談社

成瀬悟策 (2000) 動作療法 誠信書房

成瀬悟策 (2001) リラクゼーション 緊張を自分で弛める法 講談社

日本臨床動作学会 (2000) 臨床動作の基礎と展開 コレール社

鶴 光代 (2002) 連続講座 臨床動作法への招待 臨床心理学 金剛出版

臨床動作法 心理リハビリテーションホームページ

<http://www.edu.kyushu-u.ac.jp/html/KANREN/dohsahou/>

のど自慢盆踊り大会



平成17年9月1日太田正氣記念館(体育館)で盆踊り大会が開催されました。

(4 ページに続く)