

【栗田病院 広報誌】

広報

こだま

2023

Vol.45



広報散歩 「企業メンタルヘルスサポートシステムズ (CMHS)」

フォーカス くりた人 栄養課 管理栄養士 山上裕子

ピックアップ記事 職員教育に関する当グループの取り組み
栗田病院グループイベント紹介：納涼祭、地域交流会

今号の「フォーカスくりた人」山上裕子さんの所属している栄養課スタッフ集合写真

栗田病院グループ・理念 ～私達の求める姿～

私たちの使命は、患者様、利用者様、ご家族様、地域連携機関、地域住民、有朋会職員と
いったあらゆる方々の「こころ」に、温かな（ホットな）灯りをともすこと、笑顔を増やし続ける
ことです。その使命を果たすことで、以下3つの姿を実現します。

1. 医療・介護・福祉を統合した高品質のサービスを設計・開発し提供し続けている。
2. スタッフみなが有朋会の一員であることに胸を張れており、患者様、利用者様、ご家族様に
質の高いサービスを提供している。
3. 働きたい・学びたいと希望する方が絶えることなく集まってくる。



医療法人社団 有朋会
栗田病院

〒311-0117 茨城県那珂市豊喰505
TEL: 029-298-0175 Mail: yuhokai@yuhokai-kuritah.com
<http://www.yuhokai-kuritah.com/>



こだま
バックナンバーは
こちらから

広報散歩

「企業メンタルヘルスサポートシステムズ(CMHS)」

近年、企業におけるうつ病をはじめとするメンタルヘルス不調による休職者は増加傾向にあり、その対策は急務となっています。今回は、企業のメンタルヘルス対策をサポートする企業メンタルヘルスサポートシステムズ(以下、CMHS)にお話を伺いました。

ストレスチェック制度とは？

「ストレスチェック」とは、ストレスに関する質問に労働者が自ら記入し、それを集計・分析することで、自分のストレスがどのような状態にあるのか調べる検査です。平成27年12月より改正労働安全衛生法の施行に伴い、常時雇用する従業員が50名以上の事業所は、年に1回従業員に対してストレスチェックを行うことが義務付けられました。

ストレスチェック制度は、労働者のストレス状況を把握し、労働者自身のストレスの気付きを促すことでメンタルヘルス不全に陥る前に自分自身をケア(セルフケア)できるようなることを目的としています。同時に、職場においても、職場環境の改善に努めるなど働きやすい職場づくりを進めることも重要です。

当グループでは、この改正労働安全衛生法の施行に先駆け、平成27年7月に企業メンタルヘルスサポートシステムズ(以下、CMHS)を立ち上げ、ストレスチェックでお困りの企業様、事業場のストレスチェックの実施からメンタルヘルス対策の構築・運用をサポートしております。CMHSが実施するストレスチェックは、厚生労働省の推奨するストレスチェックに完全準拠したサービスとなっています。そして、この専門医療機関のノウハウを活かし、ストレスチェック後のフォローサービスも提供できるなどトータルでサポートしています。



左はCMHS責任者の金井幸子さん、右はサポートデスクの荻沼ゆう子さん

ストレスチェックはなぜ実施するの？

ストレスチェックには、費用や手間が大きくかかります。義務だからと、ただただストレスチェックを実施するだけで終わりにしていませんか？ストレスチェックを正しく理解し有効に活用することで、従業員の皆さんはもちろん、企業においても大きなメリットがあります。

①従業員の安心感につながり、満足度が高まります
ストレスチェックの一番の目的は、従業員のセルフケアの向上です。従業員一人ひとりが自身のケアを十分にできる体制を整えるということは、仕事を行う上での安心感につながり、それはそのまま従業員満足度の向上にリンクします。従業員が健康で働き続けることで、業務へのモチベーションも上昇し、それは企業全体の生産性向上に結び付きます。

②職場環境等の改善活動の活性化につながる
ストレスチェックの結果を用いて、組織分析を行うことができます。組織分析を行うことで、今まで不透明だった現象を客観的なデータとして認識することが可能となります。データ化ができれば、企業内でもより論理的にディスカッションを行うことができ、課題の抽出やそれに対する対策の立案も可能です。組織分析は現在のストレスチェック制度では、努力義務となつていますが、せつかく費用や手間をかけたストレスチェックの結果は最大限に有効活用することをお勧めします。

CMHSが選ばれる理由

平成27年にサービスを開始し、令和5年現在で150社以上の企業様・団体様とご契約いただいています。私たちCMHSが選ばれる理由を少しだけ紹介します。

- ①オリジナルのストレスチェックシステムを提供、実施担当者を完全サポート
CMHSは、ご担当者様の悩みに徹底的に寄り添います。地域に根差した精神科医療機関専任のスタッフがご訪問対応可能です。実施の準備だけでなく、受検前のご説明や分析結果のご説明までをストレスチェックサービスに含めています。さらに、Web版ストレスチェックもご用意しておりますので、インターネットを利用した低コストのストレスチェックも実現します。
- ②お客様ニーズに合わせたメンタルヘルスサービスを提供
事業場により必要なサービスは異なります。高ストレス

者の医師面接、集団分析結果を活用した研修プログラムのご提案、カウンセリング窓口設置まで、総合的なメンタルヘルス対策のサポートが可能です。ご担当者様や職員からのご相談をお受けし、それぞれの事業場のニーズに適したサービスを提供します。



③医療機関への受診やリワーク(復職支援プログラム)との連携
企業のメンタルヘルス対策では、二次予防から三次予防まで切れ目なく行うことが望ましいとされていますが、すべてを担う機関はほとんどありません。CMHSでは、母体となる栗田病院グループと連携し、二次予防にあたるストレスチェック、二次予防にあたる早期発見・早期治療、三次予防としての再発防止のための職場復帰支援をワンストップでサポートいたします。

最後に

仕事や職業生活に関することで強い不安・悩み、ストレスを感じている労働者の割合は、令和2年は54.2%(厚生労働省推計)であり、依然として半数を超えています。ストレスチェック制度の開始から約8年経った現在でもこの状況は大きく変わっていません。ただストレスチェックを実施するだけでなく、その後に何をすべきか、を考える必要があるでしょう。

私たちCMHSでは、「メンタルヘルス対策の進め方がわからない」、「メンタルヘルスが大事なのはわかってるが、導入や運用が大変そう」とお考えの企業様の声にお応えすべく、今までの経験と知識を生かし、そのサポートを括して行います。まずはお気軽にお問い合わせ、ご相談ください。

お問い合わせ先

企業メンタルヘルスサポートシステムズ(CMHS)

〒310-0801 水戸市桜川2-15-15

(こころのクリニック水戸内)

TEL: 029-231-0153

メール: cmhs@yuhokai-kurita.com

フォーカス くりた人



栄養課

管理栄養士 山上裕子

当院で働く、現場職員の声をお伝えします。

配属部署での役割や活動、担当業務

栄養課の業務は、給食部門と臨床部門の大きく2つに分かれております。給食部門では、患者様に安全で、美味しく、健康的な食事を提供できるよう取り組んでおります。主に私が担当しているのは、糖尿病などの内科疾患の方向けの特別治療食の献立作成や、嗜好調査、消耗品の発注業務、害虫駆除管理などです。特別治療食の献立作成では、規定の栄養量を守りながらも、患者様の満足度が落ちないよう試行錯誤して作成しております。年2回の嗜好調査では患者様の意見を頂ける貴重な機会です。頂いた意見は真摯に受け止め、厨房の栄養士と連携し、給食の満足度向上に努めております。臨床部門は、患者様の栄養管理や、栄養指導などの業務が中心です。栄養指導では対象者のビッグアップから実施まで行っております。その他、月1回のデイサービスとのカンファレンスなども担当しております。患者様の健康管理にかかわる重要な業務のため、他部署と連携し、患者様に寄り添った提案が出来るよう心がけております。また、「栗meal」や「KURITA食堂新聞」などの情報誌による発信を通して、給食の価値向上や栄養課をより身近に感じていただけるよう取り組んでおります。

患者様との関わり、心がけている事など

栄養課の業務の中で患者様と最も深く関わるのは栄養指導です。栄養指導というと、厳しく食事を制限されるのではないかというマイナスな印象を持たれることもあります。そのため、初回の際には自己開示を行い、「一緒にできることを探していきたい。」などの言葉をかけて患者様に寄り添う姿勢を印象付けられるよう心がけていま

やりがいを感じる時

自分の仕事が患者様の役に立っていることや患者様との絆を実感できたときに、とてもやりがいを感じます。嗜好調査では食事に対しての感謝や、食事が毎日の楽しみになっている、などのコメントをいただくことがあります。食事が与える患者様への影響力の強さや、給食が患者様の楽しみや希望になっていることを実感できます。前述の栄養指導では結果が出るまでに長期間かかるケースが多いです。そのため患者様の体重や検査値が改善された際には「一緒に喜び合うことができます。また、患者様から「学びになった」、「こんな風になることができた」「栄養指導を受けてよかった」など前向きな言葉をいただいたときに、患者様と信頼関係や絆を深めることができましたのではないかと感じます。

他職種・関係機関との連携・繋が

精神疾患では生活習慣が不規則になりやすいことから肥満などの生活習慣病を合併する方が多いです。ストレスによる極度の暴飲暴食、強いこだわり、依存、拒食などの難しいケースや、生活環境、家庭環境などが複雑に関係しているケースも多いように思います。そのため、他部署の方や関係機関の方との連携により、患者様のキャラクターや普段の様子、生活状況を把握することが食事の改善をするうえでも重要なポイントとなっています。時には他部署や関係機関の方からアドバイスを頂いて、指導内容を考えることもあります。入院患者様の食事に限らず、合併症の有無や、血液データ、体格、喫食状況、嗜好、口腔内の状



これからの目標

近年では、栄養や食生活が精神疾患や認知症の療養や予防に効果があるというデータが集まり、「精神栄養学」という言葉も出てきています。今後さらに食生活や栄養に関して学べる場が必要となるのではないかと感じています。栄養指導を初めて受ける方からは、「これまで食生活の相談をどこにすればいいかわからなかった」などの声も多くいただいております。今年度は集団での栄養指導もスタートし、患者様と関わる機会もさらに増えました。管理栄養士という「給食を作る人」というイメージが大きいかと思いますが、食生活や健康づくりについて相談ができる人というイメージを確立し、より身近に感じていただき、患者様との絆を深めていきたいです。そのためにも、食事や栄養、精神疾患に関する知識をつけ、患者様や他部署の方から頼られる存在になれるよう自己研鑽に励んでいきたいです。

栄養士を目指したキッカケ

食べることや料理が好きで管理栄養士を目指しました。資格取得に向け勉強する中で、食を通して幸せな気持ちや体験を届けたいと思い、大学卒業後は飲食店でマネジメントやメニュー開発などの仕事をしておりました。飲食業界で働く中で健康を意識した商品が注目されるようになり、社会全体の健康志向の高まりを感じておりました。その一方で、健康や食に対しての情報過多により、間違った食生活や健康法を取り入れてしまう事も耳にしていた。美味しい食事を提供するだけではなく、栄養や健康の正しい知識と適切な食事の選択方法を伝え、食べることを楽しみながら健康になるサポートをしたいと思うようになりました。そのためには臨床栄養の知識や経験を身につけることが大切だと考え医療現場での管理栄養士の仕事を選びました。

本インタビューは
下記から動画にて閲覧可能です。



ピックアップ記事①

職員教育に関する当グループの取り組み

職員教育の目的

栗田病院グループでは、次の人材成長理念に基づいた職員教育システムを整備しています。

【人材成長理念】

○栗田病院グループスタッフは、「こころ」に関わるプロフェッショナルとして、常に自己と、を通してグループの成長を目指し、日々切磋琢磨を続けていくものである。

○栗田病院グループはその為の教育システムを整備し、機会を提供する。
○スタッフ一人ひとりが、自己と組織の成長、そしてそれらを目指す過程を通して、自身の存在意義を深く実感してほしい。その喜びと誇りを有朋会の仲間と分かち合うことで、笑顔が溢れる職場を実現するものとする。

栗田病院で行う職員教育の全体像

研修の種類	下位分類	科目名(例)
栗田病院グループの職員教育	初任者研修	新入オリエンテーション
		基礎研修I 基礎研修II
		症例検討 課題研究
	キャリアラダー研修	目標管理論 マネジメント論
	全体研修	医療安全研修 接遇研修
	部署別研修	学会参加・学会発表
		部署内勉強会
	職種別研修	学会参加・学会発表
		職種内勉強会
	その他	—
		病院視察
		研修会参加

研修の種類

○初任者研修

入職1年目と2年目は、こころの医療における基礎疾患の知識や治療方法について学びます。3年目になると、症例検討や課題研究など、より臨床的具体的な内容で技術や知識の定着を目指します。

○キャリアラダー研修

監督職および管理職に対しキャリアラダー研修を行っています。本研修を通して、方針管理、品質管理、モチベーション管理等のマネジメントスキルの習得を目指します。

○全体研修

栗田病院グループ理念・臨床スピリット・年度部署目標等の達成のために企画される全職員対象の研修です。内部講師による研修と外部講師を招聘しての研修に分けられ、必要とされる力量の獲得、あるいは力量の底上げのために行います。

○部署別研修

各部署のミッションや年度部署目標の達成のために企画される研修です。内部研修と外部研修に分けられ、前者は部署内での勉強会等が該当し、知識およびスキルの伝達、相互刺激による学習、初学者へのレクチャー等が主な目的となります。後者は学会参加や学会発表等が該当し、最新の知識の獲得、発表を通してのプレゼンテーション能力や論理的な思考力の向上が主な目的となります。

○職種別研修

各職種の力量アップのために職種単位で企画される研修です。内容や目的は、部署別研修と同様となります。

栗田病院グループでは、以上のように職員教育のための様々な研修を整備しています。

「こころ」に関わるプロフェッショナルとして、自己の成長と、成長を目指すプロセスを通して、スタッフ一人ひとりに存在意義を深く実感してほしいと考えています。

アート、サイコロ抽選会など、例年と比べたくさんの催し物が準備されました。

ピックアップ記事②

栗田病院グループイベント紹介

栗田病院グループでは、地域の方々との交流を目的に様々なイベントを開催しております。

理念にもあります通り、『あらゆる方々の「こころ」に、温かな（ホットな）灯りをともしること、笑顔を増やし続けること』が我々の使命です。

地域の皆さまと楽しいひと時を共に過ごすことで、当グループの想いや取り組みを知っていただくことができればと思っています。

今回紹介するイベントは、いずれも新型コロナウイルスの影響により、ここ数年開催を見送っておりました。

今年こそは感染症に負けていられないと、従来とは異なる形式をとり、感染予防に十分留意しながら、無事再開する運びとなりました。

【納涼祭】9/16(土)

夏の暑さも残る中、納涼祭を開催しました。納涼祭では、全員で参加できる日光和楽踊りや、カラオケ、輪投げなどのゲームコーナー、焼きそばやかき氷などの模擬店が用意されました。



今年度は、ボランティアとして地元の高校生にも参加いただき、例年にも増して活気のあるイベントとなりました。



【地域交流会】10/28(土)

毎年秋になると地域の方や患者様、スタッフみなで大きな鍋を囲み食事を楽しみながら交流を図る「芋煮会」を開催しておりますが、今年は飲食のスペースは設けず、お持ち帰りいただけるようにしました。皆さんと会話をしながら食事する事はできませんでしたが、多くの方に足を運んでいただき、たくさんあった芋煮は見事なくなりました。レクリエーションも、ポッチャ大会やTVゲーム大会、ネイル



季節を感じるこうしたイベントは、数か月前から実行委員が打ち合わせを重ね開催されています。

今後もしこうした交流の場をたくさん開き、地域の方とコミュニケーションをとりながら、地域に愛される病院を目指していきたいと思えます。

来年も開催予定なので、ぜひ遊びにきてください。

診療案内

外来担当医一覧表

	診察室	月	火	水	木	金	土
午 前	1 診	栗田	疋田	安部	栗田	鈴木	正司
	2 診	安部	高橋	堤	木滝	堀	第2週 鈴木 (変則あり) 第3・5週 吉川
	3 診	堤	早坂	木滝	増本	疋田	佐々塚
	5 診	須能		正司	黒田	翠川	月田
午 後	1 診	栗田	佐々塚	安部	栗田	鈴木	
	2 診	安部	高橋	木滝	木滝	増本	
	3 診	黒田	早坂	須能	月田	疋田	
	5 診	隔週 藤沼					

初めての外来受診・入院を希望される方へ

1. 電話で患者様の情報や現在の状況をご相談下さい。

2. 次にケースワーカー（相談員）が詳しい話を伺い、その後ご予約をお取りします。

※現在他病院を受診している、もしくは受診していた場合は紹介状が必要になります。

※当日の状況により、予約内容が変更になる場合がありますので予めご了承ください。

■ = 内科

（午前の部） 受付時間 8:30～11:30 / 診察時間 9:00～
（午後の部） 11:31～16:00 / 13:30～

*精神科外来は完全予約制になります。
*当日のご予約は行っておりません。前日までにご予約をお願い致します。
予約電話対応時間 月～土（祝日を除く）9:00～17:00 TEL.029-298-0175

関連施設

サテライトクリニック

「こころのクリニック水戸」 〒310-0801 茨城県水戸市桜川2-5-15 TEL.029-231-0150 FAX.029-231-0152

障害福祉サービス事業所 自立訓練(生活訓練) ショートステイ

「くりの実」 〒311-0117 茨城県那珂市豊喰505 TEL.029-295-1834 FAX.029-353-2223

障害福祉サービス事業所 グループホームくりの木

「第1くりの木」 「第2くりの木」 〒311-0117 茨城県那珂市豊喰1152-1 TEL.029-295-7652
「第3くりの木」 〒311-0117 茨城県那珂市豊喰1152-1 TEL.029-295-7680 FAX.029-295-7681
「くりあん」 〒310-0004 茨城県水戸市青柳町3429-2 TEL.029-231-2280 FAX.029-231-2281

就労継続支援B型事業所

KURITAワークサポートセンター
「Work-Work」 〒310-0004 茨城県水戸市青柳町3923-5 TEL.029-231-7066 FAX.029-231-7067

認知症デイサービス

「クリクリ市毛」 〒312-0033 茨城県ひたちなか市市毛上坪1186-2 TEL.029-275-0262 FAX.029-275-0263
「クリクリ金上」 〒311-0022 茨城県ひたちなか市金上1031-1 TEL.029-271-1607 FAX.029-271-1608

小規模多機能型居宅介護施設・認知症グループホーム

小規模多機能ホーム「クリクリ」・認知症グループホーム「クリクリ」
〒311-0117 茨城県那珂市豊喰140-17 TEL.029-352-0016 FAX.029-298-7750
認知症グループホーム「クリクリ田彦」
〒312-0063 茨城県ひたちなか市田彦950-48 TEL.029-275-8701 FAX.029-275-8702

アクセスマップ

