



医療法人 起愛会 宇佐病院広報誌

# ひだまり

2022.4.28 vol. **57**

TAKE FREE

春



## 病院理念

宇佐病院は自然を愛し、人を愛し、地域に根ざし、  
精神保健・医療・福祉に貢献します。

## 基本方針

- ・緑と大気に包まれた心にゆとりのある精神科病院。
- ・明るく、温かい、愛の心を持つ医療の提供に努めます。
- ・全人的医療、包括医療、地域医療を目指します。
- ・患者様の権利擁護に努め、社会復帰への継続的な支援の提供を目指します。



# 院内TOPIX

## お花見

お花見は奈良時代が起源と言われており、もとは中国から伝来した梅の花を觀賞するものだったと言われています。平安時代に入り、お花見の花が梅から桜へ移り変わっていき、嵯峨天皇が催した「花宴の節」という宴が最初の「桜の花見」であると言われています。

コロナ禍で飲食を伴う花見をすることは叶いませんが、桜は例年通り、きれいに咲き誇っているの、ゆっくり眺めるだけでも春の訪れを感じることができました。



## ペーパーアート

今回は病棟内での自主活動で、患者様が作った作品が素敵に仕上がりました。スタッフからも是非広報誌に掲載して欲しいとの声があり、ペーパーアートを掲載させていただきます。

コロナ禍で病棟でのイベントも縮小している中、気分転換に作られた作品を通して、お一人お一人の得意なことを知ることができたのはささやかな喜びとなりました。



## 最近の年金制度の変更についてお知らせ

- **老齢年金の支給繰り下げの上限年齢が70歳から75歳へ引き上げ**  
※65歳以後に受給権を得た方はその時から10年、繰り下げ可能  
※令和4年3月31日時点で70歳に達していない方が対象
- **増額率は1カ月あたり0.7%と変更なし**  
→ 例：10年間繰り下げ  $0.7\% \times 12\text{カ月} \times 10\text{年} = 84\%$  増額
- **繰り上げ受給（60歳以降、65歳未満の方が65歳前に受給を希望）における減額率が0.5%から0.4%に引き下げ**  
→ 例：60歳で5年繰り上げて受給開始  $0.4\% \times 12\text{カ月} \times 5\text{年} = 24\%$  減額  
※令和4年3月31日時点で60歳に達していない方が対象
- **在職老齢年金の基準額が統一されました**  
**総報酬月額相当額 + 基本月額（年金） - 47万円  $\times$  1/2  $\times$  12カ月 = 支給停止額**  
ざっくりした説明になおすと月給とボーナスともらっている年金の月額から47万円を除いた（マイナス）額の半分の12カ月分が1年分の年金の中の停止額となります。  
※月給 + ボーナス / 12 + 月額の年金が47万円を超えなければ、年金はまったく停止されません。



## 院内研修報告



新型コロナウイルス感染の収束の目途が立たず、院内研修でも一定の人数制限をして密を避け、リモートや動画を工夫して行う状況が続いております。

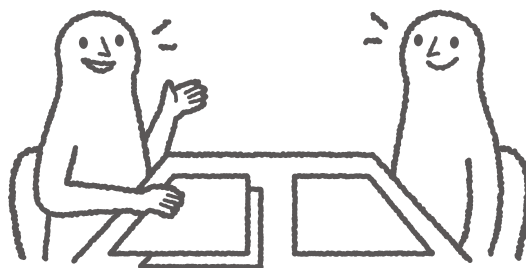
今回はコミュニケーションに焦点を当てた研修で、自己表現のタイプをアグレッシブタイプ、ノンアサーティブタイプ、アサーティブタイプの3つに分け、それぞれのタイプの良い面、悪い面を理解し、タイプ毎の適切な関わり方が示され、自己分析と対応する意識づけの両方に役に立つものとなりました。

アグレッシブタイプは攻撃的な自己表現をするタイプとして、シンプルでストレートな反面、他者への配慮に欠ける場合が見られます。ノンアサーティブタイプは逆に相手を優先し、受け入れようとする反面、自分の意見が言えなかったり間違いを指摘できなかったりする場合があります。アサーティブタイプはバランスを取り、相手を尊重しつつ、自分の意見を言うといった最も望ましいタイプです。

今回の動画では、単純にアサーティブタイプを目指しましょうというものではなく、このタイプの人はこのタイプの人にどうアプローチするとうまくいくかをわかりやすく説明してくれていました。

そして「空振りOK」（ミスを責めない、責任を押し付けない）というフレーズがタイプに関係なく大事という説明が印象的で、まずはその意識で職場のコミュニケーションを円滑にして、より良いサービスの提供につながるようにしたいと思いました。

内容は多少異なりますが、様々な業種で取り入れられており、インターネットの様々なサイトに掲載されています。この機会に流し読みするだけでもコミュニケーションを円滑に進める一助となるかもしれません。





県北探訪だより

# 昭和の町 ひな祭り

今回は、豊後高田市の観光地「昭和の町」でのひな祭りに行ってきました。  
古くから大切に飾られているものから変わり種のお雛様までたくさん観ることができました。  
その他、町の建物に無造作に描かれたトリックアートにも目を奪われました。  
当日は人ごみとまではいきませんが、色々なお店も通常営業しており賑わいがあって楽しく過ごすことができました。



## 外来診療のご案内

2022年4月1日現在

診療科	時間帯		月	火	水	木	金	土
精神科	午前	初診	西森 □内	西筑平 □波川	西森 □内	西 □	西筑波森(第1金以外)	—— (一部再診のみ)
		再診	西森 □内	西筑平 □波川	西森 □内	西 □	西筑波森(第1金以外)	
	午後	再診	西筑波 □	西筑平 □波川	西森 □内	——	西筑波森(第1金以外)	
心療内科	午前	初診・再診	小 関	——	小 関	——	小 関	——
	午後	再診		——		——		——

### 受付・診療時間

午前／受付 8:30～11:00 診療 9:00～12:00  
午後／受付13:00～16:00 診療13:30～17:00

### 休診日

木曜日午後・土曜日・日曜日・祝祭日  
※心療内科の休診日は別

毎月2回、大分大学医学部の寺尾教授による診察があります(週末定)。詳細につきましては、受付窓口または外来担当者・相談員にお尋ねください。

### 編集後記

今年は天候に恵まれ、満開の桜を長く観ることができました。

残念ながら飲食を伴う花見や新入職者の歓迎会を催すことができませんが、新たな年度の始まりとして気持ちを切り替えて頑張りたいと思います。

患者様、一人ひとりに最適な医療・ケアを目指します。

## 医療法人 起愛会 宇佐病院

診療科目／精神科・心療内科・内科

〒872-0102 大分県宇佐市大字南宇佐1655  
TEL 0978-37-0485(代) FAX 0978-37-0256  
<http://www.usa-psy.com/>  
E-mail:info@usa-psy.com

### 宇佐病院へのアクセス

- バスをご利用の方は「神宮前バス停」下車が便利です。
- 宇佐駅より神宮前バス停まで約10分、神宮前バス停より徒歩約5分

