



第8回オンラインセミナー

「おとなも子どももココロとカラダにいい睡眠」

開催決定!

講義内容

- 1 おとなの睡眠と子どもの睡眠は違う?
- 2 “いい睡眠”をとるためのヒント!
- 3 質疑応答

2026年
5月16日(土)
10:00~11:30

参加費無料

- ・申し込みフォームかお電話で申し込みください。
- ・オンライン参加が難しい方は、お申込みの上ご来院下さい。

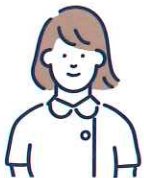


高瀬 玲 看護師(教育担当師長)

兵庫県立看護大学卒業後、入職。急性期病棟と慢性期病棟を経験し、精神疾患と睡眠の関連に興味を持つ。睡眠の看護研究をするため京都大学大学院医学研究科人間健康科学系専攻看護科学コース修士課程に進学。修了後、大学教員を経て現職。



寝つきが悪い、夜中に何度も目が覚めてしまう、朝起きた時に疲れがとれていない、お薬を使わずにいい睡眠がとれるようになりたい、こんなお悩みはありませんか。私は、高校1年生の時に「自分の人生で一番大事なのは睡眠」と気づいてから、良い睡眠をとるための工夫を実践してきました。人生の3分の1は睡眠と言われるくらい、生活の中で多くの時間を費やすものだからこそ、良質な睡眠をとっていただきたいと考えています。良質な睡眠は、心身の健康にも繋がります。一緒に人生を豊かにしてみませんか。



当院では現在、看護師による睡眠外来を準備中です。睡眠外来の詳細はまた広報誌ひろばにてお知らせいたします。

受診のご相談は、地域連携室までお気軽にお問い合わせください。
(地域連携室 受診相談ダイヤル:078-969-1625)

「協働でつなぐ支援」

プログラム

演 題

- 『精神科における有効なクライシス・プランの作成と活用についての研究～地域を目指して』
西2病棟 重本朱里・渋谷志保・矢壁美空 (作業療法室)
- 『くらしの勉強会による患者の意識の変化について』
北3病棟 嶋津葵・松本真弥・北池初菜子 (作業療法室)
- 『思春期外来 OT を開設して～現状と今後の課題』
作業療法室 矢壁美空・西田彩花
- 『今後の支援について』
就労継続支援B型事業所 Amu 横田敦史
- 『オンラインセミナー実践報告』
地域連携室 北代彩・宮城恵理子・澄川あかり
- 『疑義照会・処方監査の内容とその集計』
薬局 大串朋加
- 『操作行動のある双極性障害の患者からの学び』
北1病棟 田中愛実・久野真吾・向井潤 (医局)
- 『援助要請行動生起のプロセスからみる利用者の変化』
クローバー明石 山田夢雅・李相順・植田裕美
- 『衝動性のコントロールが難しい患者のリハビリ』
看護部 高瀬玲



東峰学会を振り返って

第15回東峰学会「協働でつなぐ支援」では、入院医療から地域生活まで、当院が日頃取り組んでいる多様な実践が共有されました。クライシス・プランを使った再発予防の工夫や、患者さんの気持ちや行動の変化に寄り添う日々の関わり、対人関係や行動面での困りごとを支える取り組みなど、現場で続けられている実践が具体的に語られました。思春期外来OTの発表では、若い世代が抱える悩みに向き合いながら、より良い関わり方を探していく姿が伝えられ、継続した支援の大切さを改めて感じました。

地域での支援に関する発表では、就労継続支援B型事業所Amuが利用者さんの声を反映させた環境づくりに取り組んでいること、オンラインを活用した家族支援、薬局での処方確認を通じた安全への工夫など、医療と生活をつなぐ多職種の取り組みが紹介されました。関わる場面はさまざまでも、「その人が安心して生活を続けられるように支える」という思いが全体を通して共有されていたと感じました。

今回の学びを今後の実践に活かし、必要な方に必要な支援が届くよう、これからも学会テーマにもある“協働”を大切にしながら取り組んでいきたいと思ひます。

心理検査・カウンセリング室をリニューアルしました! ◇◇

心理士の人数が増えたことで支援体制が整い、心理カウンセリングルームをリニューアルしました。

患者さんが心地よく心理検査やカウンセリングを受けられるよう話し合いや工夫を重ね、今のお部屋ができあがりました。これまでは、1日1名の心理士が交代で業務を行ってききましたが、現在は、1日に複数の心理士が配置されています。お困りごとや悩みを抱えておられる患者さんの気持ちが少しでも楽になり、充実した生活が送れるように、一緒に考えていけたらと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

※心理検査・カウンセリングは、当院での診察が必要です。(完全予約制。)

※お問い合わせは地域連携室 受診相談ダイヤル(078-969-1625)までお願いいたします。



何かあればお気軽にご相談ください。
お待ちしております。

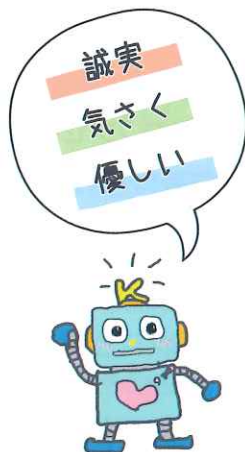


関サナスタッフを紹介します



かわち なおき
河内 直揮 医師

出身：和歌山
趣味：最近釣りを始めてみました。



仕事をしていてどんなところに
やりがいを感じますか？

ほんの少しでも困っている方々の助けになることが出来たかなと思えた時です。

今後していきたいことは？

仕事はもちろんですが、一日一善を積み重ねていきたいです。日常生活では苦手な料理が少しでもできるようになりたいと思っています。

みなさんに一言どうぞ

気軽にお声かけ下さい。よろしくお願いします。

外来担当医のご案内

専門外来担当医のご案内

- ☆＜児童思春期外来＞ 毎週月曜午後 **完全予約制** (担当：内藤医師)
- ☆＜高齢者外来＞ 毎週火曜午後 **完全予約制** (担当：阪井医師)
- ☆＜発達障害専門外来＞ 第1土曜午後 (月1回) **完全予約制** (担当：磯部医師)
- ☆＜ギャンブル依存症外来＞ 第1月曜午後 (月1回) **完全予約制** (担当：鶴身医師)

外来再診担当医 受付時間 **午前 8:50 ~ 12:00 午後 13:00 ~ 16:30**

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:15~12:00	狩場 9:40~	鬼頭	内藤	瀬川	向井	当番医
	塚本		佐伯			
午後診 13:00~16:50	石橋	西村	岡本	浅井	頼	当番医
	鶴身 (ギャンブル依存症外来)				堀本	
	内藤 (思春期外来)	阪井 (高齢者外来)				

初診外来・入院 担当医

曜日別に下記の常勤医師を中心に、上記の外来再診担当医以外の医師が診察します (順不同)

※随時変更あり

月	火	水	木	金	土
向井	堀本	河村	石橋	清水	当番医①
岡本	河内	清水	向井	河内	当番医②
堀本	石橋	瀬川	河村	岡本	当番医③
鬼頭	内藤	河内	清水	鬼頭	
—	岡本	鬼頭	堀本	石橋	

編集後記

道端に咲く色鮮やかな花々を見つけ、なんだか嬉しくなる季節になりました。暖かな日差しを感じながらのピクニックが好きで、気候のよいうちに何度行けるかなとわくわくしています。私はこの度、広報誌「ひろば」の編集メンバーとして加わりました。東峰会の温かい雰囲気をご提供できるよう頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

(作業療法室：北池初菜子)



かわち なおき
河内 直揮 医師

出身：和歌山
趣味：最近釣りを始めてみました。

関サナスタッフを紹介します



誠実
気さく
優しい

仕事をしていてどんなところにやりがいを感じますか？

ほんの少しでも困っている方々の助けになることが出来たかなと思えた時です。

今後していきたいことは？

仕事はもちろんですが、一日一善を積み重ねていきたいです。日常生活では苦手な料理が少しでもできるようになりたいと思っています。

みなさんに一言どうぞ

気軽にお声かけ下さい。よろしくお願いします。

外来担当医のご案内

専門外来担当医のご案内

- ☆＜児童思春期外来＞ 毎週月曜午後 完全予約制 (担当：内藤医師)
- ☆＜高齢者外来＞ 毎週火曜午後 完全予約制 (担当：阪井医師)
- ☆＜発達障害専門外来＞ 第1土曜午後 (月1回) 完全予約制 (担当：磯部医師)
- ☆＜ギャンブル依存症外来＞ 第1月曜午後 (月1回) 完全予約制 (担当：鶴身医師)

外来再診担当医 受付時間 午前 8:50～12:00 午後 13:00～16:30

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:15～12:00	狩場 9:40～ 塚本	鬼頭	内藤 佐伯	瀬川	向井	当番医
午後診 13:00～16:50	石橋 鶴身 (ギャンブル 依存症外来)	西村	岡本	浅井	頼 堀本	当番医
	内藤 (思春期 外来)	阪井 (高齢者 外来)				

初診外来・入院 担当医

曜日別に下記の常勤医師を中心に、上記の外来再診担当医以外の医師が診察します (順不同) ※随時変更あり

月	火	水	木	金	土
向井	堀本	河村	石橋	清水	当番医①
岡本	河内	清水	向井	河内	当番医②
堀本	石橋	瀬川	河村	岡本	当番医③
鬼頭	内藤	河内	清水	鬼頭	
—	岡本	鬼頭	堀本	石橋	

編集後記

道端に咲く色鮮やかな花々を見つけ、なんだか嬉しくなる季節になりました。暖かな日差しを感じながらのピクニックが好きで、気候のようちに何度行けるかなとワクワクしています。私はこの度、広報誌「ひろば」の編集メンバーとして加わりました。東峰会の温かい雰囲気を皆様にお届けできるよう頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

(作業療法室：北池初菜子)

医療法人社団 東峰会
関西青少年サナトリウム

ひろば

敷居の低い 癒しの場としての病院をめざして

発行 関西青少年サナトリウム
〒651-2403
神戸市西区岩岡町西脇838番地
TEL 078-967-1202(代表)
FAX 078-967-3626
URL <http://www.tohokai.jp/>
Email office@tohokai.jp

2026年
4月号
第182号

第8回オンラインセミナー 「おとなも子どももココロとカラダにいい睡眠」 開催決定!

講義内容

- 1 おとなの睡眠と子どもの睡眠は違う?
- 2 “いい睡眠”をとるためのヒント!
- 3 質疑応答

2026年
5月16日(土)
10:00～11:30

参加費無料

- ・申し込みフォームかお電話で申し込みください。
- ・オンライン参加が難しい方は、お申込みの上ご来院下さい。



高瀬 玲 看護師(教育担当師長)

兵庫県立看護大学卒業後、入職。急性期病棟と慢性期病棟を経験し、精神疾患と睡眠の関連に興味を持つ。睡眠の看護研究をするため京都大学大学院医学研究科人間健康科学系専攻看護科学コース修士課程に進学。修了後、大学教員を経て現職。



寝つきが悪い、夜中に何度も目が覚めてしまう、朝起きた時に疲れがとれていない、お薬を使わずにいい睡眠がとれるようになりたい、こんなお悩みはありませんか。私は、高校1年生の時に「自分の人生で一番大事なのは睡眠」と気づいてから、良い睡眠をとるための工夫を実践してきました。人生の3分の1は睡眠と言われるくらい、生活の中で多くの時間を費やすものだからこそ、良質な睡眠をとっていただきたいと考えています。良質な睡眠は、心身の健康にも繋がります。一緒に人生を豊かにしてみませんか。



当院では現在、看護師による睡眠外来を準備中です。睡眠外来の詳細はまた広報誌ひろばにてお知らせいたします。

受診のご相談は、地域連携室までお気軽にお問い合わせください。
(地域連携室 受診相談ダイヤル:078-969-1625)

「協働でつなぐ支援」

プログラム

演 題

- 『精神科における有効なクライシス・プランの作成と活用についての研究～地域を指して』
西2病棟 重本朱里・渋谷志保・矢壁美空 (作業療法室)
- 『くらしの勉強会による患者の意識の変化について』
北3病棟 嶋津葵・松本真弥・北池初菜子 (作業療法室)
- 『思春期外来 OT を開設して～現状と今後の課題』
作業療法室 矢壁美空・西田彩花
- 『今後の支援について』
就労継続支援B型事業所 Amu 横田敦史
- 『オンラインセミナー実践報告』
地域連携室 北代彩・宮城恵理子・澄川あかり
- 『疑義照会・処方監査の内容とその集計』
薬局 大申朋加
- 『操作行動のある双極性障害の患者からの学び』
北1病棟 田中愛実・久野真吾・向井潤 (医局)
- 『援助要請行動生起のプロセスからみる利用者の変化』
クローバー明石 山田夢雅・李相順・植田裕美
- 『衝動性のコントロールが難しい患者のリハビリ』
看護部 高瀬玲



東峰学会を振り返って

第15回東峰学会「協働でつなぐ支援」では、入院医療から地域生活まで、当院が日頃取り組んでいる多様な実践が共有されました。クライシス・プランを使った再発予防の工夫や、患者さんの気持ちや行動の変化に寄り添う日々の関わり、対人関係や行動面での困りごとを支える取り組みなど、現場で続けられている実践が具体的に語られました。思春期外来OTの発表では、若い世代が抱える悩みに向き合いながら、より良い関わり方を探していく姿が伝えられ、継続した支援の大切さを改めて感じました。

地域での支援に関する発表では、就労継続支援B型事業所Amuが利用者さんの声を反映させた環境づくりに取り組んでいること、オンラインを活用した家族支援、薬局での処方確認を通じた安全への工夫など、医療と生活をつなぐ多職種の取り組みが紹介されました。関わる場面はさまざまでも、「その人が安心して生活を続けられるように支える」という思いが全体を通して共有されていたと感じました。

今回の学びを今後の実践に活かし、必要な方に必要な支援が届くよう、これからも学会テーマにもある「協働」を大切にしながら取り組んでいきたいと思ひます。

東峰会教育委員会 作業療法室 山内 章吾

心理検査・カウンセリング室をリニューアルしました! ✨

心理士の人数が増えたことで支援体制が整い、心理カウンセリングルームをリニューアルしました。患者さんが心地よく心理検査やカウンセリングを受けられるよう話し合いや工夫を重ね、今のお部屋ができあがりしました。これまでは、1日1名の心理士が交代で業務を行ってききましたが、現在は、1日に複数の心理士が配置されています。お困りごとや悩みを抱えておられる患者さんの気持ちが少しでも楽になり、充実した生活が送れるように、一緒に考えていけたらと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

※心理検査・カウンセリングは、当院での診察が必要です。(完全予約制。)

※お問い合わせは地域連携室 受診相談ダイヤル(078-969-1625)までお願いいたします。

