向陽台病院インフォマガジン

こもれび

夏
第14号
発行：2007年7月1日
向陽台病院広報委員会

向陽台病院の今昔と夏をイメージしました。

CONTENTS

- Works みらい
- 新しい先生紹介！
- 薬局通信「抗精神病薬」について
- 病気のお話「やせた白雪姫たちが健康になるために」
- 精神科看護実習を受け入れて
- 地域の声「グッデイ植木店責任者・井上昭生氏」

季節の花

なでしこ

名前の由来はわが子を撫(な)でるようにかわいい花であるところから。
日本女性をヤマトナデシコと誉めた言葉があるが、これは後に中国から入ってきたナデシコの一種と区別するために生まれた。

Works みらい

医療法人横田会の社会福祉事業として、地域生活支援センターなでしこ、居宅就労支援事業があり、Works みらいは、居宅就労支援事業の中に平成19年４月に開設されました。

worksみらいの就労の様子

Works みらい 導入のきっかけ

地域生活支援センターなでしこの活動の中で、就労の相談を受ける事が多くありました。一般事業所に就労したいがみんなと一緒にできるだろうか、仕事そのものが見つからないなどの不安を感じて、仕事に就くことを躊躇されていました。そのため、作業する事で自信を取り戻し、生きがいを感じてもらうためにはどのようにしたらよいか考えていました。

このような中、平成18年４月に障害者自立支援法が成立されました。この法律は、障害者が地域で自立した生活の支援を行う事を目的に、障害者の就労促進がうたわれ、３つの就労支援体制が整えられています。

- **就労移行支援事業**…利用期間２年間で一般事業所への就労ができるよう支援を行う事業
- **就労継続支援A型事業**…雇用契約に基づく就労の機会の提供を行う事業
- **就労継続支援B型事業**…雇用契約は締結しないが就労の機会の提供を行う事業

Works みらいは、障害者が地域で自立した生活がおくれるよう目標を掲げ、就労継続支援B型事業の認可を受けました。

1）目標

①就労に就く事に不安を感じている方や自信をつけたい方の就労体験できる事業所

②知識や能力の向上を図り、就労継続支援A型や一般事業所への就職などステップアップを目指せる事業所

③作業をとおして、経済的自立を図っていくことのできる事業所

Works みらいの内容

環境美化と印刷、喫茶室「向」の３種に分けて就労訓練を支援しています。

環境美化は、入院中や外来、心落ち着く環境が提供できるよう院内の清掃や季節にあった花を植え、楽しんでもらっています。

印刷は、今まで病院の中で、業務の合間に職員が行っていたコピー作業やその他の印刷作業をしています。技術が向上すれば地域の事業所の方にも利用していただけるよう、計画しています。

喫茶室「向」は、３年前に通院リハビリテーションの作業として開始されました。今回、Worksみらいで作業することとなりました。室内は心和む音楽が流れ、くつろぎのスペースとして、患者様、家族や職員から利用していただいています。

Works みらいでの就労は、ご本人と話し合い作業内容を検討します。例えば、通院や精神科デイケアで生活リズムを整えながら、就労の体験を希望される方は、週1回午前中3時間の作業をされています。また、週5回の6時間の作業をこなされている方もいらっしゃいます。それぞれの希望や体調などを考慮し、作業する時間や日数などを計画しています。

Works みらいを開所して、3カ月経ちました。暑くてきつい作業もありますが、「就労は生きがい」と話され、目を輝かせ、活き活きと作業されている姿を嬉しく感じているところです。

就労希望については随時募集していますので、関心のある方は下記までご連絡ください。

（Works みらい　湯川聡）

Works みらい
担当：湯川
電話：096-272-7214
住所：鹿本郡植木町投刀塚295-2（向陽台病院の隣）

新しい先生紹介!

今年の 4 月に着任した田中先生が自己紹介をします

田中亨治
Koji Tanaka

2007年 4 月から常勤医師として働くことになりました。まだ就職から間もなくて右も左もわかりませんが、何卒よろしくお願いいたします…と言いたいところですが、実はかなりの古株でして、1997年の 7 月から2006年 3 月までの間、細く長く向陽台病院の非常勤をしていました。

非常に簡単に経歴を申しあげますと、1995年に熊本大学を卒業後、精神科を 5 年、大学院を 4 年、一般内科を2 年、さらに精神科を1年経て現在に至っています。

いろいろなことに首を突っ込んでいるせいで、人からはよく「何科ですか」と尋ねられますが、自分の頭の中では 1 つの事を違う場所でやっているだけのような感じでいます。精神科については、これまでほとんど総合病院での勤務で、主に急性期治療、リエゾン精神医学、一般外来などの分野で働いていました。向陽台病院では、精神科リハビリテーションやソーシャルワークなど、これまでに経験しなかった領域にも関与することになり、初心に帰ったような気持ちを持ちながら働いています。病院をより良い方向へ発展させて、地域の皆様に少しでも貢献できればと思っています。よろしくお願いいたします。

（診療部　田中 亨治）

薬局通信　「抗精神病薬」について

1950年代から長い間活躍している従来の抗精神病薬は、陽性症状（幻覚・妄想・思考障害など）には効果が認められるものの、陰性症状（能力や意欲の低下など）への効果はほとんどありませんでした。そのため、両方の症状に効果があり、副作用が少ない抗精神病薬の開発が望まれるなか、非定型抗精神病薬として新しい薬が発売されました。

1996年　リスペリドン（リスパダール）
2001年　ペロスピロン（ルーラン）
　　クエチアピン（セロクエル）
　　オランザピン（ジプレキサ）
2005年　アリピプラゾール（エビリファイ）

この非定型抗精神病薬は、脳内のさまざまな化学伝達物質に作用します。そのため筋肉や身体の運動に関する副作用が少なくなります。つまり、落ち着きがない、手が震える、筋肉が硬くなる、口が渇くといった症状を引き起こすことが少なくなります。また、ホルモンの分泌を乱しにくいため、女性の正常な月経周期が維持できます。そしてこれらの薬は、陽性症状・陰性症状の両方に効き、抑うつや不安などの症状も改善されます。しかし、長期（時には短期間）の服用により、体重増加、生活習慣病、血糖値上昇などの副作用も出てくることがあります。

非定型抗精神病薬への、切り替えには一般的に2〜3カ月かかります。この切り替えの間に、症状が悪化する場合もありますが、薬の増量・他の非定型抗精神病薬の使用・頓服（不安時の薬など）の使用で、対応します。しかし、切り替えが必要か否かは、個々の症状などによって違います。家族・担当の治療チームと相談して、切り替えを試みる価値はあると思われます。

（薬剤科　坂田 志保子）

● 病気のお話 ●

やせた白雪姫たちが健康になるために

摂食障害　肥後椿会について

「最初は何となくなんです。中学に入って、勉強もがんばろうと思って、それとやせた方がよいかなと思って、ダイエットを始めて。ドンドンやせていって楽しくなって。体も軽いし、勉強もはかどるし、それから周りも可愛いって言ってくれるようになったんです。でも、そのうちやせ過ぎと言われて、お母さんも学校の先生も心配するんだけど、自分では何ともないのにと思っていました。髪の毛とか抜けたけど、どうしてかわからないし、ちょっとでも体重が増えると、イライラしてパニックになったりして。お料理がとても好きで色々作るけど、自分は食べられないから、家族に食べてもらっていました。他の人のスタイルや食べる量、カロリー、動きも気になって、イライラばっかり。それで、ある時ちょっと食べ過ぎて、そしたらものすごくたくさん食べることが止まらなくなってしまったんです。どうしよう、太ってしまうと泣き叫んで。あまりにも苦しくて吐くようになったら、今度はまたそれが癖になって。食べだしたら止まらなくて、でも太るのは嫌だから、水をがぶ飲みして吐いて。そしたら、それがまた家族を心配させてしまう。やせていないと嫌だし、どうしてよいか分からなくって…。お母さんが誰かに聞いて、ここに来ました。私はやせていたいだけなの。だって太っているのは誰だって嫌でしょう?」

やせた白雪姫は、そう語って涙を流しました。おとぎ話の白雪姫では、美しさに執着した母親が「鏡よ、鏡、世界で一番美しいのは誰?」と問いかけ、自分より美しい白雪姫を森に捨ててしまいます。姫はその美貌によって、通りがかった王子様に助けられ、めでたしめでたし。

さて、現代を生きる、摂食障害という病気にかかった白雪姫たちは、自らが作り出した、やせた体型や体重という価値基準によって、食事を制限したり、大量に食べて吐いたりして、毎日苦しんでいます。彼女らは、「世界で一番やせているのは誰?」とこだわってしまうのです。

そんな病いに苦しむご本人とご家族のために、私たちは、摂食障害のグループである「肥後椿会」を毎月1回、第4土曜の14時から15時30分まで開いています。食事はどなたにとっても、大切な生きる喜び。それが障害され、憂うつや不安の中で家族を巻き込んで苦しんでしまうのはなぜか。どんな風に治療をやっていくのか。そんな事を、専門のスタッフと一緒に考えていきます。

向陽台病院では、個人の治療と平行して、このような会を開催して、摂食障害の治療を積極的に行っています。私たちの取り組みについて、これからシリーズでお話していこうと思います。どうぞ、ご期待ください。

当院に受診していない方の参加も可能です。問い合わせは向陽台病院地域連携室まで。

電 話：096-272-5250
担 当：杉本・大山

（リハビリテーション部　植村 照子）

精神科看護実習を受け入れて

私たちは、平成17年度から熊本保健科学大学、平成18年度から熊本看護専門学校の精神科看護臨地実習の受け入れを行っています。昨年度は、大学から66名、専門学校から29名、同専門学校の通信制を含む見学実習者、135名を受け入れ、合計230名の看護師を目指す学生が臨地実習や見学実習を行いました。

学生は、精神科病院や精神障害の患者様と接するのが初めてというのがほとんどのために、精神科病院や患者様のイメージは、「暗い・柵がある・怖い」など否定的なものでした。

しかし、実際に学生が病棟で担当を持ち、ミーティングに参加し、患者様と関わっていく中で、そのイメージが変化していく様子が感じられました。

日々の業務の中で、実習を受け入れ、学生を指導していく事の大変さはありますが、精神科病院・精神障害者に対する学生のイメージの変化や、一人の人としての対象のとらえ方を学んでもらえた時、指導者として充実感を感じます。そして、学生の学びに影響しているのは指導者ではなく、患者様の姿であり、そこから教わる事が多いようにも思います。関わりの中で、自分自身の事を振り返る機会を得、人としての成長ができるのも精神科看護実習ではないかと感じます。また、指導者側も、学生を受け入れることで、専門職としての指導を行うことが必要で、精神科看護の知識向上のため自己学習を行うようになったと思います。

学生の視点で向陽台病院の看護を学んでもらう事で、今まで漫然と行っていた看護行為を振り返り、より良い看護の提供が行えるのではないでしょうか。

臨地実習を終えての感想では、「実習に来る前のイメージと違い、明るい病院で患者さんの主体性を重要視している病院だと思いました」「ミーティングで自分の意見を話され、他の患者さんの事も良く見られていると思いました」「病気の部分以上に健康な面が多い事に気付かされました」と話す学生が多く、中には「患者様に自分自身を見つめ直す機会をもらい、自分の欠点や弱い部分を知る事ができました」と感激する学生もいました。臨床にいる私としては、とても嬉しく思いました。

看護学生が、精神障害者およびその人を取り巻く環境を理解し、現状を知ることで、その人の自立のために何を支援していけばいいのかが少しでも学べてもらえればと思います。また、一人でも多くの学生が、精神障害を持った方を一人の人として理解してもらえたらと思います。

最後に、精神科臨地実習を通して、精神障害への理解が今以上に深まり、精神障害を持って生きていく方たちが、少しでも社会で生活しやすくなればと願っています。同時に、今後も学生はもとより、地域に対しても病院（患者様と接している者）として地域に開かれた病院を目指して行きたいと思います。

（看護部　南 精治）

地域の声 グッデイ植木店責任者 井上昭生氏に聞く!

地域社会の一員を意識する当院が「病院内部からの声だけではなく、地域からの声を聞き、それを病院の今後に反映させたい」と始めたこの企画。第4弾は、当院から身近なお店（徒歩2分）のグッデイ植木店責任者（井上昭生氏）にお話をうかがいました。

杉本: 同じ町内、しかもこんな近くに精神科病院である当院があることについて何か意識なさることはありますか?

井上氏: 「近くにある病院」としての意識しかない、というのが本音です。

杉本: では、精神科病院や患者さんに対する印象はいかがですか?

井上氏: 個人的な意見になりますが、何か犯罪が起きるとマスメディアが「精神障害」を大きく取り上げ、正直なところ「怖い」といった印象がないと言ったら嘘になりますが、あまりにも“犯罪＝精神症状”と捉える風潮には疑問を感じています。また、貴院の患者さんに当店をよくご利用いただいていますが、穏やかな表情をなさっている方が多く、これまで特にトラブルもなく、他のお客様と同様の応対をさせていただいています。

杉本: 現在「職場のメンタルヘルス」への取り組みが盛んになりつつありますが、こちらで何か取り組まれていることはありますか?

井上氏: 現在のところは本社にセクハラ相談窓口を設置し、男性から女性に対する言動のみではなく、職場の人間関係など、さまざまな相談の窓口となっているようです。ただし、当社は全部で60店舗ありますので、実際に職場内で困っていることに関しては各店の責任者が担当しているのが現状です。相談窓口の設置より日常のコミュニケーションが大事であると個人的には考えています。

杉本: 最近は職場や上司の方の勧めで医療機関を受診するケースも少なくありませんが、受診を勧めたことはありますか? または、勧めたいと思ったことはありますか?

井上氏: これまで勧めたことはないです。自身では対応に苦慮する時など必要に応じ、専門家へ勧めなければいけないこともあるかもしれませんが、正直なところ精神科病院を勧めることに対し、抵抗があるというのが本音です。行政機関の中に相談窓口を設置しているようなので、実際はそちらを勧めると思います。

杉本: 自ら希望してご来院する方も、周囲から勧められてご来院する方も「できれば来たくなかった」というお気持ちが少なからずございます。勧める側としてはなおさら、抵抗感や戸惑いがあるのでしょうね。では、当院に対するご意見やご要望はございますか?

井上氏: 貴院は3号線沿いにあるので、やや開かれたイメージはありますが、実際はどうなっているのかな、という思いが私に限らずあるのではないでしょうか。大学のオープンキャンパスのように年に数回開放し、地域との交流を持つ機会があれば、印象も変わると思います。

杉本: 貴重なご意見ありがとうございます。ぜひ、地域への働きかけを考えていきたいと思います。最後に、広報誌「こもれび」をお読みになっていかがでしょうか?

井上氏: 毎回興味深く読ませていただいていますが、患者さんの意見を載せた記事があれば面白いと思いました。私だけではなく地域のみなさんも興味はあるかと思いました。

杉本: 患者さんと一緒に取り組んだものを取り上げることはありましたが、職員側のものばかりだったと思います。ぜひ、この件につきましても話し合っていきたいと思います。

取材を終えて

取材の中で井上氏が当院のことを「地域の医療機関の一つとしか認識していない」と繰り返し述べられていたことが大変うれしく思いました。まだまだ精神科医療機関に対する偏見は根強く、そしてそれはすぐに消えることはないとは思いますが、地域に対し根気強くアプローチしていくことが大切である、と改めて考えさせられた一日でした。

インタビュアー:リハビリテーション部
杉本 篤史

そよ風

平成19年４月28日、向陽台そよ風家族会総会が当院の新デイケア棟にて開催され、11家族13名の方が参加されました。

まず、古田会長の開会のあいさつに始まり、平成18年度活動報告・会計報告、平成19年度計画案について話し合いが行われました。次に、リハビリテーション部の植村部長から、病院組織の紹介や当院で取り組んでいる行事について、また、今後の予定として病棟改築の予定などのお知らせがありました。その後、精神保健福祉科の岩井科長から、成年後見制度の当院での利用例、緊急時の患者さんの対応例、２例の事例紹介があり、最後に、地域生活支援センターなでしこの須藤施設長より、『障害者福祉サービスの利用について』の説明がありました。参加された家族の方々は興味深く聴いておられた様子でした。

その後の質疑応答では、初参加の家族の方から、状態が悪い時の関わり方について質問がありました。スタッフからは「暴力の理由を聞いてみる」と意見が出ましたが、他の家族の方からは「自分も同じようなことがあった。冷静に話ができればよいが現実はそうではなく、本人が落ち着くまで待つようにしていた。それが40年続いた」と話され、質問した家族も大きく頷いて聴いておられました。スタッフとしても、家族からの話が一番理解されやすいものだということを改めて実感し、他の家族からも自らの経験や辛かった時の事の話があり、家族同士でのやりとりの場面が印象的でした。また、家族から「参加されていない方の中にも、家族だけで悩んでいる方も多いと思う。『自分だけが辛いわけではない』と、これまで家族会に参加して感じたので、より多くの家族にも参加してほしい」との言葉をいただきました。今後もそのように感じていただけるよう、家族会例会内容の工夫をし、積極的に参加案内を行っていきたいと思いました。

家族会は、少しでもご家族の不安や疑問の支えになればと活動しています。ご家族の皆様のご参加を心よりお待ちしています。

（看護部　木船 尚子）

■ 次回家族会の予定：（内容は未定）
平成19年7月28日（土）10:00～12:00

栄養だより

日差しも強く、暑い季節になってきました。小麦色に焼けた肌は、健康そうな印象を感じさせてくれますが、太陽光に含まれる紫外線により、シミ・しわ・皮膚がんなど、さまざまなトラブルを引き起こすことがあります。特に春から夏にかけて紫外線の量が多くなります。紫外線対策をして、健康的に夏を乗り切りましょう。

≪日焼け予防対策≫

①午前10時から午後２時までは特に紫外線が強いため、直射日光に当たらないようにする
②日中の外出では、長袖の洋服・帽子・サングラスなどを使うようにする
③日焼け止めクリームを上手に使う
④バランスのとれた食生活をする

下記の食材に含まれる栄養素は、日焼け対策に効果的です。日常の食生活に取り入れてみましょう。　（栄養課　江口 尚美）

≪食事で日焼け対策≫

栄養素	作　用	多く含む食材
ビタミンC	活性酸素対策。コラーゲン合成の促進作用	赤・黄ピーマン、ブロッコリー、芽キャベツ、いちごなど
ビタミンE	活性酸素対策	ひまわり油、うなぎ、モロヘイヤ、南瓜、アーモンドなど
βカロテン	皮膚の免疫アップ	モロヘイヤ、春菊、ほうれん草、小松菜など
ビタミンB_2	細胞の再生や成長を促進	レバー、ウナギなど
亜　鉛	皮膚の抵抗力アップ	カキ、レバー、牛肉など
セレン	紫外線で酸化した皮膚の細胞膜を分解	いわし丸干し、玄米など

これからの献立予定

8月……お盆
9月……バイキング、敬老の日、秋分の日
10月……お月見、ハロウィン
11月……バイキング
12月……クリスマスバイキング、冬至、年越し蕎麦

編集後記

最近、当院の地域連携室が企業やクリニックなど地域に積極的に訪問するようになり、こもれびを見て来たと言って受診される方が増えてきました。広報委員会としては、大変嬉しく思います。多くの人に当院を知ってもらう努力を今後も続けていきたいと思います。（濱本晋也）

外来担当医一覧表 ※下記担当医は変更する場合もございます

	月	火	水	木	金	土
午前	松岡 大石 デイケア 田中	田中(隆) 松本 デイケア 横田	横田 松岡	田中(隆) 大石	横田 松本	菊岡 週替わり
午後 予約	中林	城野 田中(亨)	今井 物忘れ外来 大石	松岡 山田	佐藤 思春期外来 横田	—
新患 午前	松本	佐藤	田中(亨)	松本/山田	田中(亨)	松岡
新患 午後	田中(隆)	松本	大石	佐藤	思春期 横田/田中(隆)	—

- 診療科目　精神科・心療内科
- 特殊外来　水曜日午後：物忘れ外来
  金曜日午後：児童思春期（発達障害）外来
- 病床数　220床
- 外来診療時間

※新たに当院を受診される方は午後4時までに事前連絡のうえ、来院ください。

月～金曜日　午前9時40分～12時00分
　　午後2時30分～ 5時00分
土　曜　日　午前9時40分～12時00分

祝日は平常通り診療しています

向陽台病院の理念

主体性を育む病院
援助者としてのチーム医療を行う病院
地域社会の一員を意識する病院

当院では平成8年から、のぞえ総合心療病院（福岡県）の治療共同体理念をモデルにしています。

産交バス
向坂バス停から徒歩3分
明治乳業バス停から徒歩3分

車
植木ICから10分

JR
植木駅下車
タクシーで6分

日本医療機能評価機構認定病院　日本精神神経学会専門医研修指定病院

医療法人横田会 向陽台病院 http://www.koyodai.or.jp/

〒861-0142　熊本県鹿本郡植木町大字鐙田1025
TEL：096-272-7211・FAX：096-273-2355

こもれび
向陽台病院インフォマガジン こもれび　第14号
発行／編集 向陽台病院 広報委員会　〒861-0142　熊本県鹿本郡植木町大字鐙田1025　発行日／2007年7月1日