

外来担当医表

土曜日は休診です

※2012年10月1日現在の内容です。

※担当医は予告なく変更になることがあります。

	月	火	水	木	金
午前	中島	松本	村上	田仲	松本
		野本	田仲	藤永	中島
			城野		
午後 予約	佐藤	藤永	城野	村上	佐藤
			百崎	牛島	

病院理念

心を病む人の立場に立った専門的精神科治療の提供を行う
地域への精神科医療の啓発活動を通じて心を病む人のみならず、地域住民の心の健康増進に貢献する

- 地域の様々な資源との連携の強化を目指します
—医療・福祉・教育・産業・地域社会と積極的な連携が出来るように—
- 良質で安全な医療の提供を目指します
—相手の立場に立ち、私達が安心して自分の家族を任せられるように—
- 専門性を高め、より高度な知識・技術の向上を目指します
—新しい技術・知識の習得、研鑽を心がけるように—

患者の権利

1. 良質な医療サービスを平等に受ける権利があります。
2. 人格・意思が尊重され、人間としての尊厳を守られる権利があります。
3. 自分自身の診療に関する情報の提供を受ける権利があります。
4. 医療従事者から説明を受けた後に、提案された診療計画などを自分で決定する権利があります。
また、他の医療機関の医師の意見（セカンド・オピニオン）を求める権利があります。
5. プライバシーを尊重される権利があります。



医療法人横田会 向陽台病院

〒861-0142 熊本市北区植木町鑑田1025
TEL: 096-272-7211 FAX: 096-273-2355

<http://www.koyodai.or.jp/>



当院は、2005年から財団法人日本医療機能評価機構の認定を受け、2010年にVer.6.0で再認定されています。



当院は「情報公開レベル優良施設」として、はと心と評価（認定3/Stage-1）の第三者評価認定を受けています。

● 日本精神神経学会専門医研修指定病院 ● 日本精神科病院協会認定専門医研修病院

こもれび



今号の表紙：デイケア・病棟の患者さんによる合同作品 タイトル「お月見」

向陽台病院 トップニュース

院長交代

病気のおはなし

睡眠障害（不眠）

向陽台病院の活動紹介

地域生活支援センター「なでしこ」

こもれびリレーエッセイ

第7回・西島 健司

そよ風家族会通信

こもれびぷらざ

精神障害者アウトリーチ推進委託事業所
Stage（ステージ）

KOMOREBI
2012.Autumn
vol.35



医療法人横田会向陽台病院は2013年9月、創立50周年を迎えます。

院長交代

向陽台病院は平成24年7月1日をもって
横田周三から中島央へと院長を交代いたしました。
院長交代にあたり、ご挨拶申し上げます。



医療法人横田会
理事長

横田 周三

今年は県内の梅雨明けが遅れ、水害などの天災に遭われた方々には、心よりお見舞い申し上げます。

さて、私こと横田周三は7月1日をもって、院長職を交代しました。平成14年6月からの院長在任10年間で振り返りますと、慢性期精神科医療から急性期精神科医療への転換の時期でした。来年は開院50周年を迎えますが、ひとつの区切りと考え、今後のさらなる半世紀の未来へと進んでいける体制を構築していきたいと考えています。まだまだせねばならないことが山積みでの引継ぎになる点は、私自身の遣り残し感があります。中島新院長を中心に、スタッフ共々、新しい形を模索していただくことを期待しています。

また、在任中に気にとめていただき、あたたかい励ましの声、厳しく直面化された出来事、是正すべき指導…なども含め、さまざまな機会に接していただいた方々の「びと」との出会い、私を含めて当病院、当法人の財産になったと感謝申し上げます。

各関係の皆さま方には、新体制で運営する向陽台病院に、これまで同様、ご指導・ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



医療法人横田会
向陽台病院 院長

中島 央

このたび、医療法人横田会向陽台病院院長に就任しました中島です。今年3月までは熊本県精神保健福祉センター所長として働いてまいりました。横田前院長より院長業務を引き継ぐ形となりましたが、前院長同様、よろしくお願い申し上げます。

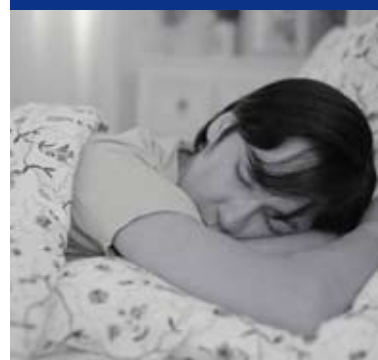
さて、われわれ向陽台病院も、わが国の精神科医療の変遷の波の中、一大変革期を迎えています。まず、精神科病床の機能分化の流れの中、新たに精神科救急に対応する病床を備えることを本年度の大きな病院の目標にしています。従来からの取り組みでもありましたが、急性期にある患者さんへの医療を病院の使命と考え、今後より一層はつきりとした形でそれに取り組んでいくこととなります。

さらに、これまで取り組んできた「児童思春期の精神科医療」への取り組みを、より一層強化していくことを目標に挙げています。

私自身、このような活発な精神科医療の現場で働くことを喜びに感じている毎日です。これからは、これまで培ってきた知と技をこの現場でフルに生かしていくと考えています。皆さま方のご支援よろしくお願い申し上げます。

睡眠障害（不眠）

睡眠障害を適切に治療するためには、患者さんの睡眠に関する訴えから症状を把握し、鑑別診断および検査を経て治療方針を決定することが重要です。



睡眠障害のうちの一つである不眠は、臨床場面で最も高頻度

に認められる病態です。わが国における最近の調査によると、成人の21・4%に不眠の訴えがみられます。不眠は小児期や青年期では稀です。典型的には20～30歳代に始まり、中年以降から急激に増加し、40～50歳代でピークを示します。

不眠とは、毎晩の睡眠時間の長短に関わらず不調を訴え、身体的、精神的、社会的に支障があると判断した状態です。これは次のとおりに分けられます。

①入眠障害

就床後入眠するまでの時間が延長し、寝付きが悪くなります。不眠の訴えのなかでは最も多いものです。一般的には入眠に30分～1時間以上かかり、本人がそれを苦痛であると感じていることをいいます。

②中途覚醒

いったん入眠した後、翌朝起床するまでの間に何度も目が覚める状態のことをいいます。ただし、中途覚醒は加齢に伴って健常者でも増加します。

③熟眠障害

睡眠時間は十分であるにも関わらず、深く眠った感覚が得られない状態のことをいいます。

④早朝覚醒

本人が望む時刻、あるいは通常の起床時刻の2時間以上前に覚醒してしまい、その後再入眠できない状態のことをいいます。これも加齢に伴って増加します。

不眠の原因としては、咳や喘息、あるいは熱やかゆみなど体調を崩していることや身体的

不快が原因によって起きる不眠（身体的原因）、旅行による時差、枕が変わったことや暑さや騒音、明るさなどの影響で眠れなくなったりするなど、環境の変化が原因によって起きる不眠（生理学的原因）、悩みやイライラ、極度の緊張から精神的にストレスがたまるとなどの原因で眠れなくなってしまう不眠（心理学的原因）、うつ病や統合失調症などの精神疾患が原因による不眠（精神医学的原因）、薬の副作用やアルコール、カフェインの摂取が原因によって起きる不眠（薬理学的原因）が挙げられます。

睡眠障害に対処するためには、睡眠に関する正しい知識をもつことが大切です。近年の健康への欲求の高まりによりインターネット上などでもさまざまな健康知識が氾濫していますが、ここでは科学的根拠に基づく正しい睡眠知識をいく

つか示します。

- 眠たくなってから床につく、就床時刻や睡眠時間にこだわらずに寝る
 - 寝る前には自分なりのリラクゼーション法を行う
 - 毎日同じ時刻に起床する
 - 目が覚めたら日光を取り入れる、夜は照明を明るくさせすぎない
 - 規則正しい3度の食事、規則的な運動習慣を心がける
 - 昼寝をするなら15時前の20～30分にする
 - 睡眠薬代わりの寝酒は不眠のもと
 - 寝る前に睡眠を妨げるもの（カフェイン、アルコールなど）の摂取を避ける
 - 睡眠薬は医師の指示で正しく使えば安全である
- 不眠は人それぞれ原因や種類も違います。医師と相談しながら治療を進めていくことが大切です。

地域生活支援センター「なでしこ」

執筆：社会福祉事業 精神保健福祉士 長尾 香奈

地域生活支援センター「なでしこ」は、障害者自立支援法に基づき、地域生活支援センターと相談支援事業を行っています。

地域生活支援センターでは、障がいをお持ちながら地域で生活されている方々の居場所の提供と、毎日の活動を通して社会生活での生きづらさを少なくするための支援を行っています。日々の活動として、午前はんかんたんクック、午後は肥後狂句、書



道、大人のぬり絵、小物作り、園芸活動、室内ゲーム、カーヴィーダンス、コミュニケーションスキルアップのための『宮里塾』などを月間計画で実施しています。季節の行事として、春は花見、夏はそうめん流し、秋はもみじ狩り、冬は餅つきを開催し、障がい者に対する理解を深めてもらうための啓発活動として「植木町はってん祭」、「川と海づくりデー」、「こころの健康フェスタ」など、地域の行事に参



加しています。また、地域生活での楽しさやつらさを気軽に話せるミーティングも大切に行っています。

相談支援事業では、地域生活に関するさまざまな相談に対応して

います。例えば経済的な相談では、障害年金や生活保護などの制度の紹介や手続きの支援、就労の希望があれば就労事業所の見学に同行したり、不安な気持ちを話したい時はゆっくり話を聴いたりしています。「なでしこ」への来所相談だけでなく、状況に応じて自宅に伺い、生活状況を把握しながら支援を検討することもあります。利用者への直接的な支援以外にも、市の保健師や関係機関と

一緒に支援を考え、より良いサービスが提供できるようにすることも業務の一つです。相談業務を行う中で、すぐに解決できない問題もあります。ですが、できる限り解決へ向けて一緒に考え

支援しています。

「なでしこ」は、地域にお住まいで障がいをお持ちの方であればどなたでも利用できます。向陽台病院に通院されている方はもちろん、精神障がいや他院に通院中の方も、知的障がい・身体障がいの方も利用できます。「一人暮らしなので、簡単な料理ができるようになりたい」「家にいても一日ゴロゴロしているだけなので、生活リズムを整えたい」「人が多い場所は苦手なので、ゆっくりと過ごしたい」などさまざまな目的で利用されています。「なでしこ」の利用や相談の料金は無料ですので、お気軽にお越しください。



こもれびりレーイッセイ

● 第7回：事務部 医事課長 西島 健司

一年を振りかえり明日へ

この病院の受付は、やけに人の行き来が激しい。外来受診の患者さんはもちろん、入院の方への面会者、デイケア利用者、取引の業者、果ては病院関係や入院患者さんの郵便物、宅配荷物も届く。一年数か月前、この受付から業務を開始した。まるで交差点の真ん中に立たされた気分だった。受付を訪れる人が何を求めているのか即座には理解できない。今までの経験が全く役に立たない。悩んでみたが新たに実践を積み、力をつけることが大事と考えを変えた。

そんな小さなことに悩んでいるうち、向陽台病院は大きく音を立てながら変わっていく。アウトリーチ事業が始まり、病棟の再編成が進み、そして今、精神科救急への取り組みが始まろうとしている。組織も大きく変わった。新しい院長を迎え、理事長が専任となった。この転換期にこの場にいられることを光栄に思う。もちろん、以前から大きな転換を経て現在があるはずなのだが、その大きなうねりの中にいることが心地よく感じる。

さて、私事ではあるが、根っからの音楽好きで、若いころからフーリネットやアルトサクソフンなどいろいろな音楽に親しんできた。十数年前からは日本の伝統楽器「尺八」を吹いている。

フーリネットなどの洋楽器は改良に改良を重ね、ある程度の技術があれば正しい音程がとれるように作られている。そのため25個くらいキーを操作する必要があるが、「尺八」は、その名前の由来でもある一尺八寸の長さの竹にたつた5個の穴が開けられている非常にシンプルな構造になっている。その分、音程の調整が難しいと言われている。尺八の人口は年々激減している。平均年齢も74歳くらいと推定される。完全なる逆三角形の人口分布である。そんな中に尺八は難しいという印象を与えたくないの、「音さえ出れば、あとは大丈夫ですよ」などと言ってはみるものの、意外と音も出しづらい。フルートなどの横笛と音の出る原理は同じと言えば、想像がつく方もいるかもしれない。そういう自分も、近ごろは落ち着いて趣味に集中することができないが、これからは仕事と趣味にうまく力配分ができるように変革していこうと考えている。

▼ 次回予告 看護部 南1病棟 師長 大岩孝行にバトンタッチ



そよ風家族会 通信

リハビリテーション部 精神保健福祉士

川村 歩美

雲ひとつない晴天の7月28日（土）に、そよ風家族会定例会が行われました。今回は、4月から当院に着任した藤永有博医師による「精神疾患の治療経験」についての講演でした。

24名の参加があり、和やかな雰囲気の中、講演会は行われました。講演は、まず「統合失調症」や「うつ病」、「社会不安」、「対人恐怖」、「アスペルガー症候群」などの精神疾患について、主な症状やその治療方法の説明がありました。その後、精神疾患の特徴、対応のコツなど、スライドを使用しながら幅広く説明してもらいました。講演中は、メモを取る方も多く、質疑応答では実際に対応で困ったことや疾患についてなどの質問がありました。

盛りだくさんの内容でしたが、とてもわかりやすく「優しい口調でとても聞きやすかった」などの感想を多くいただきました。日ごろ、医師から疾患の話などを聞く機会があまりないため、ご家族だけではなく参加していたスタッフ自身

も勉強になりました。

私がそよ風家族会の担当となり3年目になりました。家族会では、毎回多くのご家族と話す機会があり、ご自宅での様子など、普段関わっているご本人の様子とは違う面を知ることが出来ます。また、ご家族がどのような思いを抱えているのか理解し、そこからどのような支援ができるのかを考える場所になっています。家族会終了後、ご家族同士が話をしている様子を見ると、家族会という場所が繋がり場になっていると実感します。今後とも皆さんで支えあうことが出来るよう、私もお手伝いしていきたいと思えます。

次回の予定

「家族交流会（仮）」

● 平成25年1月26日（土）

午前10時～12時

▼ 会場：リユニエール活動室

詳しくは

☎ 096-1272-1721

までお問い合わせください。

こもれびぷらざ

向陽台病院の最新ニュースやお知らせなどをお届けします。

精神障害者アウトリーチ推進委託事業所

ステージ
Stage

精神保健福祉士 春木 あゆ美



精神障害者アウトリーチ推進事業とは、治療を中断している方、長期入院などの後退院した方、入退院を繰り返す方に対し、一定期間（おおむね6か月をめぐり）に、保健、医療および福祉・生活の包括的な訪問支援を行う厚生労働省のモデル事業です。医療法人横田会では、平成24年8月1日より熊本県から委託を受けて開始しました。

事業所名の「Stage（ステージ）」

「ステージ」とは、対象者の人生という名の舞台（ステージ）がより一層充実するようお手伝いができれば、という思いを込めて付けました。スタッフは、精神保健福祉士、看護師の2名が専任として担当します。必要に応じて、精神科医師、作業療法士、臨床心理士など兼任スタッフが訪問する場合もあります。具体的な支援内容は、対象の方の通院支援、身体的健康に関する支援、日中の過ごし方や趣味への関わり、社会資源との連携、家族支援など、訪問をとおして行います。対象の方の希望に添いながら、安定した地域生活が送れることを目標にします。事業（訪問など）の利用料は無料です。現在は、熊本県や熊本市の担当者や検討会を行い、対象者を選定している段階です。

対象者

- ◆事業所「Stage」から車で約30分圏内にお住まいの方

※主たる対象者【主診断名】

- 統合失調症
- 気分障害
- 認知症による周辺症状を伴う方
上記いずれかに該当（疑い含む）
- ◆治療を中断している方（治療中断後3か月以上経過、かつ家族もしくは地域より相談を受けた方）
- ◆長期入院の後退院した方、入退院を繰り返し、病状が不安定な方

支援内容

- 24時間（休日、夜間を含む）対象者および家族への迅速な訪問、相談対応
- ケアマネジメントの技法を用いた多職種チームによる支援
- 関係機関との連絡、調整およびケア会議の開催

支援内容

- 通院支援、受診同行
- 日中の過ごし方、趣味への関わり
- 身体的健康に関する支援
- 社会資源との連携
- 家族支援

診療のご案内

- 診療科目：精神科・心療内科・児童精神科
- 特殊外来：児童思春期（発達障害）外来
- 病 床 数：202床
- 外来診療時間
【月～金曜日】 午前 9時40分～12時
午後 2時30分～4時
【土 曜 日】 昨年9月から休診になりました

祝日も平常どおり診療しています

交通アクセス

- 産交バス 向坂バス停から徒歩3分
 投刀塚バス停から徒歩3分
-
- 車  植木ICから10分
-
- JR  植木駅下車 → タクシーで6分

アクセスマップ



初めて受診される方へ

当院は**予約制**です。

初めての方は、**地域連携室**へお電話ください。

☎ 096-272-5250

電話受付時間

【月～金曜日】 午前9時～午後4時30分

電話の際、①お名前 ②相談内容 ③連絡先 などをおうかがいし、予定の日時を決めます。

当日の所要時間は問診や診察、検査などを含め、**2時間**程度とお考えください。

動向を探る

向陽台病院を利用されている患者さんの動向を掲載しています。

集計月	外来延数	新患者数	1か月ごとの入院退院者数	
			入院	退院
2012年 6月	2,419	62	44	37
2012年 7月	2,630	61	30	57
2012年 8月	2,919	68	49	59

(単位：人)

「こもれび」に関するご意見・感想をお待ちしています！



私たちは「こもれび」をととして、皆さまに役立つ情報をお届けできればと作成しています。皆さまの率直なご意見をお聞かせください。(向陽台病院 広報委員会)

編集後記

九州北部豪雨
 災害により被災
 された皆さまに
 心よりお見舞い
 申し上げます。

秋といえば、読書の秋です。「こもれび」では、活動内容や新しい情報を皆さまに分かりやすく届けられればと思っております。ぜひ、ご一読ください。よろしくお願いいたします。

(広報委員会 濱本 康豪)