

TAKE  
FREE

2016年 新年号

vol. 48

向陽台病院の健康情報誌「こもれび」

# KOMOREBI

Contents

## 新年のごあいさつ

[そよ風 家族会] Kさん (ご家族)

[プログラム紹介]

## 当事者研究

[事業紹介]

## 就労継続支援B型事業 「Worksみらい」

[リレーエッセイ]

[メンタルクリニック]

[こもれびぷらざ]

# 新年あけまして おめでとうございます

昨年もまたいつものようにあわただしく暮れていった感がありますが、僕たち向陽台病院もまた、あわただしいながらも元気でいられたような1年でした。患者さんの出入りも年々多くなり、スタッフも増え、狭い敷地に小さな建物ですが、日々の活気はたいへんなものがあります。

いっぽうで僕の個人的な1年ですが、よく病気をしたなと思っています。50年も生きていれば、自然と体にガタは来るものです。無理はききませんね。ゴルフは好きですが、もともと体育会系ではありませんし(笑)。

そうそう、ゴルフと言えば、マイク・オースチンのことを思い出しました。彼は伝説の人で、タイガーウッズもはるかに及ばない515ヤードというとんでもないドライビング記録を持っている人です。それに輪をかけてとんでもないのが、これは彼が64歳の時の記録ということです。彼は身長こそあったようですが、タイガーウッズたちと違い、筋肉隆々ではなく、スイングもまるで力感がなく拍子抜けする感じです。いったいどんなことなのでしょう。よくわからない。それで最近僕のもっばらの研究対象にしています。不思議なもので、そうやって研究してみると、心にも体にも変化が出てくるものです。あまりゴルフの腕は上がっていませんが、何かが違う。特に、生活やサイコセラピーでそう思います。

肝心なのは、「抜き具合」ですね。力でも気持ちでも。元気じゃなくても健康で、ふにゃふにゃでもパワーが出る。昨年よりちょっと進んで、この辺りを今年のテーマにしようかなと思っているところでした。今年もどうぞよろしく願い申し上げます。



医療法人横田会 向陽台病院  
院長

中島 央



## そよ風家族会

Kさん (ご家族)

### 『出逢いに感謝!』

早いものであつという間の10年目が過ぎていく。なんで私たちの子どもがこんな病気になったのか?

1人目は高校受験と友人関係のトラブル、2人目は職場でのトラブルが原因?と思いたい。「電波がビッピッと伝わってくる」「女の人が自分の後ろについてきている」と伝えたら、「それは統合失調症ですよ」と診断された。「そんなに簡単に病名を決めていいのですか?」と思わず医師につめよったことを思い出す。分裂病と言われていた不治の病が頭に浮かんでいた。

1つの家に2人の病人を抱え、この先どうしたらよいものか。夫婦で泣き明かした。こんなにも涙とは出るものか。「子育てに手抜きがあったのではないか?」と何度も考えた。家庭から笑顔が消えた。誰にも話さずじっと耐えるしかない、と思っていた。どこの大学へ行った、あそこに就職した、結婚した、など他人の話はとにかく無視、私たちに人並みの幸せはあつてはならないと思っていた。家の壁をたたいてこわしたり、風呂に何カ月も入らなかつたり、就職の話をするだけで頭痛嘔気を訴え、家にもこもってしまう。病気を恨んだ。

「こんな会がありますよ」と家族の心理教室と「そよ風家族会」を知ってからどのくらい経つだろうか。初めて参加したときは、自分のふがいなさを何と伝えたらよいのか、ずっと涙が止まらなかった。同じ境遇にもらい泣きすることもあったけれど「私も10年前はそうだったよ。」と今では言える。話すことで肩の荷物が半分、いや8割ぐらひはスッキリして帰っている。ここでなら安心して話ができる。

お風呂にきちんと入れる、1000円で買い物ができる、と少しずつだけでもできる事が増えていく楽しさを感じ、ちょっぴり幸せな日々が変わってきている。

一人で悩んでいる方がおられたら、そつとここに来てみてください。きっと少し心が晴れると思います。

#### 次の予定

日時: 2016年2月27日(土) 10時~12時

会場: リュミエール活動室

詳しくは☎096-272-7211までご連絡ください。

皆様におかれましてはつつがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。昨年は未曾有の集中豪雨や台風被害など、天地異変も日本中に広がり、多くの方が不安な日々をお過ごしになったことと存じます。

近年、社会の変化とともに時代の背景から人口減対策、教育や社会保障の問題など、医業に携わる私共を取り巻く環境もますます予断を許さない状況になっております。また、新たなマイナンバー、ストレスチェック制度の導入など課題が山積しておりますが、まずはこうして無事に新しい年を迎えることができたことを感謝する気持ちだけは、毎年大切にしたいと思っております。おかげさまで昨年も大過なく過ごすことができました。これもひとえに皆様のお蔭と心から感謝申し上げます。

ご承知の通り、今年2016年の4月は診療報酬改定が実施される年で、2025年を10年後に控え、今何をすべきか、という地域医療構想を後押しする改定、地域包括ケアシステムを構築するため行われる改定とも言われています。当法人も病院・クリニックともに特性を踏まえて改定内容を確認し、それぞれの機能に応じた更なる体制の整備をしていきたいと思ひます。福祉事業においても、地域活動を通じて、訪問看護ステーションとともに、在宅復帰をサポートする体制の更なる充実を図っていききたいと思ひます。「精神科医療を通じ、保健・医療・福祉の一本化の確立を目指す」ことを理念に、これからも社会・地域とともに成長する医療、福祉を考えていけたらと思ひております。

また、ここ数年の原材料費、電気料金、火災保険料などの大きな変動は、さまざまところで影響をもたらしています。いつも関わってくださりご尽力、ご協力いただきました皆様にはこの場をお借りして御礼を申し上げたいと存じます。

今年はいよいよ話題を共有できるよう、職員一丸となって取り組んで参りたいと思ひております。今後とも、皆様方にご指導、ご鞭撻をお願いいたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



医療法人横田会  
常務理事

松山 陽子

# 「当事者研究」

● デイケアセンター 臨床心理士 杉本 千佳子

『当事者研究』とは、北海道浦河町にある「べてるの家」で始まった、精神障害当事者やその家族を対象としたリハビリテーションのプログラムです。自分自身で背負いきれない生きづらさや苦勞を「研究テーマ」として取り上げ、ユニークな発想でその人に合った“自分自身の助け方”を探していきます。“研究”といっても、難しく考える必要はありません。特別な機材も要りません。ホワイトボードと、一緒に研究するメンバーが集まれば研究はスタートです。

まず、日常生活を素材にテーマを考え、経験の分かち合いをします。その中から苦勞のパターン（起こし方、起き方）を見つけ、今までの対処の持つメリット、デメリット、意味を見極めて、新しい対処のしかたを考えます。それを実生活の中で試したり実験したりしていきます。時には成功のパターンから、用いているユニークな対処の仕方、工夫、意味を明らかにすることもあります。



当事者研究新聞から会話も広がります



当事者研究新聞 vol.11

当事者研究には理念があります。その中のいくつかをご紹介します。

## ①「人」と「こと（問題）」をわける

ついつい、トラブルを起こす「その人」を問題視しがちですが、当事者研究では「人」と「こと（問題）」を分けて考えます。「爆発する〇〇さん」から「爆発が止まらない苦勞を抱えている〇〇さん」に変わります。成功しても、失敗しても人間の存在価値は変わらないのです。

## ②言葉を変える 振る舞いを変える

“自分を語る言葉”と“振る舞い”が変わると、過去の体験と目の前の苦勞が、意味のある経験へと変わって見えたり、実際に変わるきっかけになります。

## ③病気は治すよりも活かせ

病気の症状は、回復に向かわせようとする大切な身体からのメッセージ

です。自分に優しい生き方、暮らし方を探します。

## ④ユーモアは究極の“生きる勇気”

ユーモアには、苦しい現実から距離をとり、苦勞に打ちひしがれないために人間に供えられた力であり、究極の“生きる勇気”だといえます。

当院では平成26年1月からデイケアプログラムのひとつとして、第3月曜の午後、当事者研究を行っています。「カッティングウィルス カットちゃんの研究」「自在に幻聴を操る研究」「程よく躁を続ける研究」など、たくさんのテーマで研究を行ってきました。「研究？なにそれ？？」と戸惑っていた参加者やスタッフも少しずつ慣れて、わいわいにぎやかに研究をしています。症状や困りごと、その人が生き延びるための知恵だったのかも？と捉えなおすことで、笑いを取り戻し生きる勇気が湧いてくる気がします。仲間と共に語ること、笑うこと、それこそが回復の原動力だと感じる今日この頃です。

これまでの研究は「当事者研究新聞」にしてリュミエール棟の玄関に掲示しています。どうぞご覧ください。

# 就労継続支援B型事業 「Worksみらい」

●Works みらい所長 茨木 由美子



『印刷作業』では、向陽台病院内で使用される文書類の印刷や地域の事業所から名刺、垂れ幕、ポスター、資料、年賀状・封筒印刷、データ

入力、梱包作業など幅広くご注文をいただいています。印刷機器やパソコン操作に四苦八苦していますが、お客様のご要望にお応えできるように用紙1枚でも丁寧な仕上がりを心がけています。お客様のご満足された笑顔を見ると、その嬉しさが次の頑張りにつながります。

『喫茶作業』では、向陽台病院内にある喫茶室「向(さき)」で接客を行い、コーヒーを淹れたり、アイスクリームをトッピングしたり、クッキーを焼いたりしています。病院内で行われる会議の場などへの出前や地域での催しでの出店も行っています。淹れたてのコーヒーの香りやクッキーを焼いた香ばしい香りが心地よさを醸し出して



ます。接客は緊張しますが、お客様の「美味しい」という言葉に励まされています。



その他にレクリエーション活動を行い、楽しい時間を過ごしています。

障がいをもって仕事をしていくには、傍目では分からない悩み・つまずきがあり、時に上手くいかずやめたいと思われる方もおりますが、作業を通して仲間ができ、自分が必要とされていると感じ、自分の目標に向かって一歩ずつ歩いていかれています。利用者の方が、地域でその人らしく生活していくことができるように支援していきたいと思います。



就労継続支援B型事業「Worksみらい」  
〒861-0142 熊本市北区植木町鐘田1031-2  
TEL/FAX 096-272-7759

就労継続支援事業は、就労を希望しても障害のために通常の事業所で働くことが困難な方が、就労の場や生産活動などの機会を体験し、働くために必要な知識や能力を高めるための訓練などを受けることができる福祉サービスです。雇用契約を結び利用する「A型」、雇用契約を結ばないで利用する「B型」があり、Worksみらいは後者の事業です。

ここでの作業は、室外作業の『環境美化作業』、室内作業の『印刷作業』『喫茶作業』があります。

『環境美化』では、主に向陽台病院内の清掃、除草、園芸の他、リサイクル活動や洗車を行っています。最近では外部からも車椅子整備の依頼を受け、その仕上がりに好評を得ています。外での作業も多いため、季節を肌を感じながら日々作業に励んでいます。体力や技術のみでなく、仲間と協力して作業を行っていくための「報告・連絡・相談」をスキルとして身につけることができます。お客様から、「きれいになった」と喜んでいただけることになりがいや達成感を感じています。

## 「ムチ・アメ・ムチ」より「アメ・ムチ・アメ」



人は誰かに認められたいという思いがあり、どんな立場でも年齢でも自分自身のこと、自分が興味関心を持っていることを褒めてもらえれば嬉しいと思う。そして「認められた」という気持ちが、さらなるやる気やモチベーションにかわるのではないのでしょうか。たとえば、「これ〇〇やっという、早くして」と言われるより「ごめん、これやっというもらえないかな、宜しくね」と言われるのでは、どちらがやる気になるでしょうか。言葉のかけ方次第で、相手のモチベーションにも変化がでる。頼む方も、引き上げる方もお互い嫌な気持ちにならずに、成立する＝効率よく仕事も進み結果オーライ。人に何かを教えた時、役に立っているという実感を得られると嬉しいし、自信にも繋がり結果オーライ。仕事場でもネガティブチェックではなく、ポジティブチェックをするよう心がけている。ネガティブチェックとは、「ここがダメ」「これが出来ていない」という言い方、ポジティブチェックとは、「これしてくれてありがとう」

「片付けてくれて助かった」という風に、できている事をその都度、一つひとつ褒めること。これが大事。これは、職場だけではなく、夫婦、親子でも人間相手では必須なのかもしれない。

つい先日、14歳の娘から「ママは絶対褒めない」と言われ口喧嘩になった。娘の言い分は、「勉強はあまりしていないが、順位が前よりも上がったから褒めてくれてもいいんじゃないか。」私は「努力なしに順位が上がったからと褒めるところもないし褒める気にはならない。」というやり取りだった。アメとムチで考えるのであれば、「順位が上がって良かったね。でも勉強が足りていないような気がするよ、もっと勉強しておけばもっと良い結果になると思う、次はもうちょっと頑張れ、やれば出来る子だから」と言っておけば喧嘩にはならなかっただろうな～といつも後で反省。

なかなか上手く褒められない、『褒める』は私の永遠の課題だろう、リニューアルを機に自分自身の改革をしたいと思う。

# メンタルクリニック保田窪

●精神保健福祉士 山川 あゆ美

あけましておめでとうございます。

クリニックは開院から1年が経過して、徐々に患者さんが増えてきました。私自身も外部機関の方とお話する機会が多いのですが、私たちのクリニックも少しずつ認知されてきたように感じています。それに伴い、いろいろなご要望なども耳にするようになりました。今後も率直なご意見をお聞かせください。

そんな中、昨年10月から新しく露口敦子先生が勤務しています。週1回木曜、午前中で、高齢者など成人の方を中心に診察をしています。女性医師ご希望の場合は、木曜日をご案内できるようになりました。

また、ショートケアは夏休み同様、冬休みも学習支援を取り入れています。

今年も地域や学校、各関係機関のみなさまと連携しながら、精神的な健康に寄与していきたいと思っております。どうぞよろしくお願いたします。

## 思春期ショートケア【Information】

- 時間** 毎週【水・金曜日】 13:00~16:00
- 場所** メンタルクリニック保田窪2階デイケア室
- 活動内容** 創作や運動、たまにお勉強もします
- 対象** 小中学生（高校生は要相談）

診療時間・休診日	月	火	水	木	金	土・祝
診療時間/担当医	横田	横田	中島	露口	横田	横田
9:00~12:00	●	●	●	●	●	不定期
14:00~17:30	●	●	●	—	●	—
17:30~19:00	—	●	—	—	●	—

★ショートケアへの参加や訪問看護をご希望の方はご相談ください

## メンタルクリニック保田窪

〒862-0926 熊本市東区保田窪5丁目10-23

tel.096-213-6945

このコーナーでは、向陽台病院の最新ニュースやイベントの内容をお届けします。詳しくはホームページでも掲載しています。

[www.koyodai.or.jp](http://www.koyodai.or.jp)

1

# 医療事故調査制度

●医療安全管理課 梅田 哲也

昨年6月の改正医療法の公布を受けて、本年10月1日から、「医療事故調査制度」が始まりました。この制度は、医療に起因し、または起因すると疑われる「予期せぬ死亡事故または死産」が発生した場合には、厚生労働省の指定機関である日本医療安全調査機構に報告するとともに、院内で事故調査を実施し、遺族に調査結果を説明するというものです。遺族は、調査結果に不服がある場合には、この機構に再調査を依頼することができます。

この制度の対象となるのは、全国約18万のすべての病院・診療所・助産所です。創設されたきっかけとなったのが、1990年代末以降、大学病院などで死亡事故が相次ぎ、医療不信が高まったこと、また、遺族が裁判を起こしても、真相究明には長い時間と労力を要してきたことなどです。

この事故調査の目的は、個人の責任追求ではなく、事故報告を収集・分析して再発防止に繋げ、医療の安全確保を図ることです。精神科領域での「予期せぬ死亡事故」としては、身体拘束中や隔離中の突然死、食事時の窒息死、誤調剤や誤与薬による死亡、入浴介助中の転倒死や溺死などが報告対象として想定されています。なお、今回の制度では、患者の自殺と火災や地震による死亡は含まれていません。

当院でも、院内事故調査を円滑に行うため「運用マニュアル」や「院内事故調査委員会設置規約」などを策定したところです。今後は、入院時のリスク説明や入院中の患者及び家族とのコミュニケーション、正確な電子カルテへの記載、事故発生時の速やかな対応などを更に充実していくことが重要です。なお、この制度は課題が多く、来年6月を目処に改正が予定されていますので、今後も注視していく必要があります。

## 動向を探る

向陽台病院を利用されている患者さんの2015年の動向を掲載しています。

集計月	9月	10月	11月
外来延数	2,815	2,896	2,782
新患者	62	66	56
1か月ごとの入院患者数			
入院	47	26	40
退院	37	31	39

## 編集後記



新年あけましておめでとうございます。2004年に創刊した「こもれび」も12年目を迎えます。これまで、試行錯誤を繰り返しながら、より良い誌面作りを目指してまいりました。そして、このたび約4年ぶりに2回目のリニューアルをしています。さらに気軽に、手に取って読んでいただけたらと思っています。

今年も向陽台の「生の声」を発信していきますので、どうぞよろしく願います。  
(濱本 晋也)

**「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」をとおして、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)

2

# 第23回 日本精神科救急学会

●医療コーディネート部 臨床心理科 濱本 晋也

2015年12月11～12日、ウインクあいちで開催された学会に参加してきました。

高層ビルが立ち並び、季節はずれの生ぬるい風が吹きぬける名古屋に全国の精神科救急病棟を持つ病院や大学病院、行政の職員などが集まりました。「救急の質を今以上にどうやって上げていくか」についてたくさんの発表があり、熱い意見交換がなされていました。他病院の発表を聞きながら、自分たちの取り組みはどうなんだろう、何が課題なんだろうかと、日常を外から見つめ直す貴重な時間にもなりました。

少し話はそれますが、ご飯も同じように見つめ直してみました。そしたら、こちらは九州、そして熊本がやっぱりいいな、と思った次第です。

## 診察のごあんない (2016年1月現在)

	月	火	水	木	金
午前	中島	田仲	村上	藤永	田仲
	吉田	笠原	岩本	渡辺	井手
			城野	石津	
午後			城野 (14:00まで)	(非常勤)	

※担当医は予告なく変更になる場合がございます

- 診療科目: 精神科・心療内科・児童精神科
- 病床数: 198床
- 外来診療時間: 月～金曜日 9時40分～16時
- 休診日: 土・日曜日

## 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。

## 祝日も平常どおり診察しています

## 病院理念

私たち向陽台病院は、地域医療のなかで安全で効果的な精神科医療を提供するために、職員の知恵を結集し、迅速かつ包容力のある対応ができる病院を目指します。

## 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。

## 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



## 医療法人横田会 向陽台病院

熊本県熊本市北区植木町鋸田1025 tel. 096-272-7211



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



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。

