

# こもれび

冬

第12号

発行:2007年1月1日  
向陽台病院広報委員会



院内で俳句を募集し、選ばれた1点をダイケアメンバーが一文字ずつ書き上げました

## 季節の花

### CONTENTS

- 新年のごあいさつ
- 治療法のお話「mECT」
- 第6回アディクションフォーラムに参加して
- 地域連携
- 認知症とユーモア仮説



### 水仙(すいせん)

別名ナルシサス。ギリシャ神話の美少年の名前が由来。水面に映った自分の姿に恋をしてついには1本の花になった。こんな話から、花言葉はうぬぼれ・自己愛・自尊心・気高さ・愛をもう一度

# A HAPPY NEW YEAR

## 新年のごあいさつ

向陽台病院院長と事務部長より、皆さまに新年のごあいさつをさせていただきます。

あけましておめでとうございます。

旧年中、皆さまには、大変お世話になりました。

昨年は当院では自立支援法の施行に怯えながら、院内の組織編成、発達障害への取り組みなど試みてきました。遣り残した宿題も数多く山積みですが、今年も新しく幾つかの問題、課題が目の前に置かれ、それに取り組みながら、方向を模索する一年が始まるのだと思っています。しかしそれぞれに区切りをつけていけたらと考えています。

普段から、植木町はじめ、行政、教育、医療機関の皆さまには甘えてばかりで、お返しできてないように思っています。今年はさまざまな形での還元を頭におき、地域の中の精神科病院として運営できたら、と思います。

今年もよろしくお願いいたします。



院長  
横田 周三



事務部長  
村上 信幸

新年あけましておめでとうございます。

昨年7月から事務部長を拝命し、病棟クランク制の導入、医事課、総務課にそれぞれ主任を配置する、栄養課にいたっては給食業務の委託開始など、多くの方々からの助言、各部署からの協力をいただきながら試行錯誤で事務部を運営してまいりました。今年は事務部の足腰をしっかりとさせ、チーム医療への貢献を意識し、各部署との円滑な連携を強化していきたいと思います。また、患者様や利用者様に気持ちの良い接遇ができるようスタッフ一同笑顔でがんばってまいります。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

## 無けいれん性修正型電気けいれん療法 (mECT) とは…

近年精神科領域で行われている治療法に「無けいれん性修正型電気けいれん療法(mECT)」があります。この治療法は従来「電気ショック療法」「電気治療」などと言われていました。従来型では、苦痛や合併症が多かったため、これらを取り除く目的で「修正」されたのがmECTです。

電気けいれん療法は脳に電流を流し、意図的にけいれんを発生させる治療法です。従来型では治療中に体中の筋肉がけいれんし、骨折や全身の痛みが生じることもありました。1975年のアカデミー賞作品「カッコーの巣の上で」で描かれているように、時には懲罰的な使用が行われ、精神科の非人道的治療法の代表のように扱われていました(余談ですがこの映画の中では古い精神科の治療法や古い精神科病棟の情景が描かれています。いろんな意味で現在は違います。興味のある方は、そういう側面から観てください)。



しかし、うつ病、統合失調症で適切にmECTを行うと精神症状の改善があることが分かって、世界保健機関(WHO)でも認められる治療法になりました。

ここで「頭に電流を流してなぜよくなるのか?」という疑問があります。その答えは「正確には分かっていますが、実際に良くなる患者さんがいます」と言うことです。ただ、推測されているメカニズムは次のとおりです。

外から来た(五感で捕らえた)情報や筋肉を動かす指令などの信号は、微細な電気や小さな物質の流れで脳細胞から次の脳細胞へ伝えられます。この流れが過剰になったり、不足したりすると気分の落ち込みや幻覚・妄想といった精神症状が現れます。ここに外部から少し強い電流を流し(外から大きく「前にならえ!」と号令をかけると)、乱れを整えることで精神症状が改善すると考えられています。このとき強い号令で、信号が筋肉まで達すると筋肉の収縮が起き、けいれんが生じていました。また、刺激が強いと健忘や頭痛などの痛みを起こします。

このように従来型では必要以上の刺激が加わったり、脳以外の部位にも信号が流れたりしていました。そのため、体中の筋肉にけいれん

が生じ、苦痛や合併症を生じていたわけですから。そこで欧米を中心にmECTという手法がとられるようになりました。従来型との違いは主に2点です。

1点目は出来るだけ必要以上の刺激をしない(電流を流さない)ことです。このため電流の波形を「パルス波」に変えました。ラジオのAMとFMの違いのようなものです。もう一点は、脳以外にいく過剰な信号を遮断して筋肉の収縮を抑え、「けいれん」を起こさないことです。そのため手術と同じ全身麻酔をして眠り、筋弛緩薬を使い、一時的に全身の筋肉を動かさなくさせます。しかし、そうすると呼吸も止まるため、少しの間人工呼吸を行います。薬の効果は数分で切れ、自分で息ができるようになり、意識も20分程度で元に戻ります。

当院でmECTを行うため麻酔器やモニターなど、手術室に準じた設備をそろえ、十分安全に行える体制を整えています。

今後はお薬やカウンセリングなどの今までの治療法に加え、mECTという新たな治療法も当院で出来るようになりました。興味のある方は主治医や地域連携室にお尋ねください。

(医師 佐藤 秀史)

## 第6回アクションフォーラムに参加して

平成18年11月23日、あいにくの雨の中、今回で6回目となるアクションフォーラムが城南町の火の君総合文化センターで開催されました。私は本院で行っている摂食障害「肥後椿会」のスタッフとして、第1回のフォーラムの時から実行委員をしております。実行委員会は毎月第一金曜の夕方、熊本県精神保健福祉センターで開催され、そこでスローガンやポスターのイラストや当日の役割を決めていきました。6回目ともなると、お互い顔なじみで、仕事もスムーズに行くようになり、当日は8時半集合で参加の方をお待ちしました。私たち肥後椿会の仕事は、会費を払った人に資料を手渡すという極めて単純なものなのですが、300人を超える人たちの中には、知り合いの医療関係者や患者さんが多く、バタバタと会が始まりました。

午前には県立こころの医療セン

ター医師の牛島洋景先生の「自傷について」という講演、その後、各グループのアピールがあり、私たち肥後椿会からはNさんが、説明をしました。舞台の袖には、2年前にアピールをしたKさんと私が控え、まるでステージママのような気持ちで見守っておりましたが、落ち着いてしっかり発表してくださいました。

午後は各グループの当事者の体験発表です。アルコール、ギャンブル、薬物と、依存物質は異なっても、自身も家族も傷つき、傷つけられの話が満載ですが、当事者の声は、やはり迫力があります。

「次女の成人式のことを覚えていません。私はその大事な時もパチンコ屋にいたのです」と言った女性は、最後に「こんな私だけ、次女が今日もきてくれています」と泣きました。

私はこのフォーラムに参加して、当事者の声を聞く中で、初めてア

ルコール依存症の方の家族がどのように酷い状況で生活するのかわかりました。単に同情して泣くのではなく、その悲惨さを医療者としてどこまで知っていたのか、と改めて考えさせられたのです。

さて、さらにその後の肥後椿会のモデルミーティングには、23名の方が参加されました。本院の患者さんだけでなく、医療関係の学生や家族が集まれ、病気について話し合いました。数年間この会に参加しているあるお父さまが「これまで、がんばって生きることが大切と思って子どもにも接してきたが、病気を持って、がんばらなくても良いんだよと思えるようになりました」と最後に語られました。

がんばりたがる、がんばらないと価値がないと思いがちな私たちですが、がんばることができなくなった人の痛みを思いやることのできる医療者でありたいと思っています。

(臨床心理士 植村 照子)

## 受診の流れ

受診をしたいと思っても、どのような手順があるのか不安に思う方がいるかもしれません。今回のコラムは「受診の流れ」について書いていきます。

当院を受診する際の第一歩は、地域連携室への電話となります。地域連携室は、病院と地域をつなぐ橋渡し部署です。こちらに電話をいただき、受診の予約をします。

ちなみに思春期の方が受診する場合は、金曜日午後の時間帯が「思春期発達障害外来」ですので、そちらにお勧めいたします。

外来受付に来られてカルテを作る間に、問診表を書きいただきます。その後、精神保健福祉士か臨床心理士が30～40分、これまでの生活のご様子や症状の流れについて詳しくお尋ねいたします。その情報を元に担当医の診察となります。その後、必要に応じて心理検査や身体的な検査を行います。

このような流れで経過していきますので、予約をしていただいても、全て終了するまでに2時間近い時間を要します。予約がない場合は、さらに1～2時間お待たせする事がございます。来院の際は予約をお勧めいたします。

その他、お困りのご家族が相談をしたいという場合は、医療相談をお受けいたしますので、こちら地域連携室にお電話ください。

●地域連携室:096-272-5250

●臨床心理士:濱本 晋也

## ベンチャー企画

10月25日水曜日にデイケアのベンチャー企画で、スタッフにクリームシチューの販売を行いました。以前のこもれびでも紹介しましたが、「ベンチャー」とは当院デイケアプログラムの1つで、毎週水曜日の思春期・ヤンググループでの活動です。目的として就労前体験や達成感の獲得などをあげ、現在はスタッフの昼食を企画・作成・販売しており、毎週楽しい雰囲気の中でミーティングを重ねています。前回は、7月にカレーライスの販売を行ったので、その反省点も踏まえ、企画段階で「値段はどのくらいが手ごろか」「具は何がおいしいか」「どうやったら満足してもらえ、かつ利益もあがるか」などを話し合ってきました。

本番は、メンバー9名の参加で、前日に食材を準備し、午前の2時間で準備を行いました。短時間のため、スタッフ・メンバー共に慌しく作業に取り組みましたが、経験のあるメンバーを中心にそれぞれが自分の能力に合わせて役割を持ち、手際良く行えたように思います。毎回短時間での準備となるため、緊張感の中で取り組み、間に合った時はメンバー・スタッフ共にホッとします。販売開始になると、接客・調理と個人の役割を持ち行いました。約50名のスタッフが来店し、メンバーの接客や作業の様子をみたり、会話したりと、職員とメンバーの良き交流の場にもなっています。

た。終了すると、みんな肩の力が抜け、安心した様子でした。

振り返りを行った際もメンバーから「楽しかった」や「またやりたい」などの意見が多々聞かれ、達成感も大きかったものと思われまます。また、スタッフのアンケート結果も好評の内容が多く、メンバーは充実感を得たようです。毎回このように緊張と達成感を繰り返していますが、次回も今回の反省を取り入れながら、より良いものにしようとメンバーと楽しく計画中です。

(作業療法士 田上 慎也)

## 文化祭に参加して

平成18年11月11日、「第15回向陽台病院文化祭」を開催しました。今年の文化祭テーマは「心の疲れを癒しましょう」で、「癒し」を目的に、健康ブースやOTによる無料体験コーナーなど、初めての試みのものもありました。文化祭の準備のとき天候はあいにくの曇り空、準備の中でスタッフ一同「明日は晴れるといいな」と、心に思いながらの準備でした。

当日は願いむなしく雨天となりましたが、スタッフ一同「どうにか文化祭を！」の思いで、当初予定していたテ

ントの配置を急きょ変更したりと、雨にうたれながら必死で準備しました。そのがんばりが通じたのか、午後からは雲の隙間から太陽が顔をだし、中止にしようとしていた出し物もなんとか無事に行えました。

デイケア利用者・スタッフによる「よさこいソーラン」は小雨が降る中、動きが早く躍動感あふれる演芸でした。患者さんの楽しんでいる姿を見ることができ「よかった」と心から感じることができました。

午後から鹿児島大学大学院(人文社会科学研究所臨床心理学専攻)教授・安部恒久先生による「家庭や職場のメンタルヘルス疲れた心を癒すために」をテーマに講演されたので、多数の参加者にて普段聞くことのできない内容で「楽しく、心がほっとしました」「看護の中で学ぶべきことが多く、勉強になりました」と感想も聞かれました。

(看護師 柴尾 裕樹)



## 認知症とユーモア仮説

ユーモア仮説という耳慣れない言葉は初めて目にされる方がほとんどでしょう。実はかくいう私の造語なのです。しかし内容は至って単純明快です。人間はゼロ分のゼロです。分母の大いなるゼロに絶対的に絶対の背後からつかまれて分水嶺の横超線に接して大いなるゼロを映し出すべく存在する極小のゼロです。極小のゼロであるから無条件の自由とか主体性はゼロです。ここが実に不可思議なところでありますが、大いなるゼロに無条件に支えられている極小のゼロであるがゆえに本当の自由と主体性が生まれてくるのです。

この原事実はすべての人に普遍的に絶対無条件に恵まれている事柄です。そうではありますがこの原事実は「 $1+1=2$ 」のような数学的真理とか実験をとおして、確かさを相互に確認できる自然科学的真理と違い、証明とか実験をすることが不可能なのです。だから私は「仮説」と呼ばざるをえないのです。ユーモアは人間のみに恵まれている感性です。それは真っ先に、自己の“愚かさ”“かたくなさ”を骨身に徹して知り尽くしているがゆえに、その愚かさ・かたくな

さにもかかわらず、大いなるゼロから逆照射されて極小のゼロに出現する人間のよきもの美しきものをしっかりと見逃さずに捕まえる感性です。

ドストエフスキーの作品に象徴されるように「ユーモア」とは、自己の清らかさ正しさは大いなるゼロをおぼろげながら映し出している形ではありますが、究極のものでも絶対的なものでもない極小のゼロに過ぎないことを体得しているがゆえに、自己の義しきこと善きことを笑い飛ばす感性なのです。己の罪深さを楯にとり、すでに脚下に来ている大いなるゼロからの絶対無償の罪の赦しに背を向けてあらぬ方向に「信仰による義」を求める「宗教」とは無縁なのです。

それはさておき、極小のゼロ点である人間は、大いなるゼロを映し出す歴史的世界の一表現点として、彼固有の限りある時間を生きることを許され促されています。本当に当たり前のことながら、生きて呼吸をしている限り、人間は歴史的身体として大いなるゼロを瞬間瞬間そのつど表現します。老年期とは壮年期と比べると、歴史的な身体表現が時間的にも空間的に

も緩やかでなだらかな傾斜面にたたくむ時期です。それまでに形成してきた彼固有の生活スタイルが老年期の生活の基本的成分となります。社会的地位や役割に己の人生において、過度の比重を掛けて老年期に至った場合には、定年などの環境の変化に適應するのが困難になります。

夜中にネクタイをして正装し「今から会社に行く」と言って、家人がびっくりさせられる事があります。結婚生活が必ずしも幸せとはいかなかった女性は「独身時代」の輝かしさに浸ります。

人間の性格が関係性の中で形成される限り、老年期における関係性の変化は彼の性格の変化として現れます。その性格変化のベクトルを決めるのが彼固有の生活スタイルなのです。老年期に至るまで「お前はどこにいるのか?」という大いなるゼロからの根源的な問いに対して、極小点のゼロとしていかなる答えと成ってきたのかが、遅かれ早かれ認知症の定めにあるわれわれの問題行動が介護者のユーモアを掘り起こすかどうかの鍵を握っているのです。

(医師 大石 宗高)



あけましておめでとうございます。編集後記を書いているのは師走の多忙な時期なのですが、表紙にあるように、2007年は猪のようにこもれびも充実と拡大という目標に向かって、猛進する年にしたいと思います。(濱本晋也)

# こもれび・パラざ

向陽台病院ではさまざまな情報を発信しています

## 地域生活支援センター なでしこ

障害者自立支援法が平成18年10月から本格施行に伴い、「なでしこ」も新しい事業として『指定相談支援事業所』、『地域活動支援センター』を開始することとなりました。今までどおりの、なんでも気軽に相談できる場所、仲間同士の交流の場所、安心して過ごせる憩いの場所としてはもちろん、これからも利用しやすい施設を考えていきます。

『指定相談支援事業所』は山鹿市と植木町の委託を受け、「しょうがい者・児童相談支援事業」を行っています。「しょうがい者・児童相談支援事業」では障害者に関する、福祉制度、生活、就労・就学、対人関係、仲間作りといったさまざまな問題について一緒に考えていきます。毎週、水曜日と木曜日の9:00～11:30には出張相談を行っています（水曜日：山鹿健康福祉センター、木曜日：植木町かがやき館）。

また、施設に行くのも出張相談も難しい方には自宅での訪問相談を行っています。相談料は無料となっていますので、気軽にご相談ください。

『地域活動支援センター』では地域で生活する障害者の日中活動の場所として開設しています。午前中の活動は昼食作成を目的とした料理のプログラムを行っています。午後はスポーツ活動、レクリエーションなどの体を動かす活動や、手話の勉強会やビデオ鑑賞などの文化的活動を行っています。また、就労を希望している方には清掃活動や印刷作業、喫茶作業といった就労訓練を行っています。活動内容に関しては利用者と話し合いながら検討していきます。料金は基本的に無料ですが、活動にかかる費用は実費となっています。憩いの場所、仲間同士の交流の場所として気軽にご利用してください。

(センター長 麻生 美子)

### しょうがい者・児童相談支援事業

地域生活支援センターなでしこ

月曜日から土曜日 9:00～19:00

(ただし土曜日は17:00まで)

住所：鹿本郡植木町投刀塚295-2

電話：096-272-7214

### 山鹿健康福祉センター

問い合わせ：山鹿いきがい推進課

電話：0968-43-0052

### 植木町かがやき館

問い合わせ：植木町健康福祉課

電話：096-272-1118

## 栄養だより

新年あけましておめでとうございます。新しい年を迎え、いかがお過ごしでしょうか。寒さの厳しい季節ですが、季節の食材もさまざまなものが旬を迎えます。大根や人参などの根菜類や白菜、葱<sup>ねぎ</sup>などのお野菜が、魚介類では鱈<sup>たら</sup>や鯛<sup>たい</sup>、ひらめなどが美味しい時期ですね。これらを使った鍋料理などびったりの季節ではないでしょうか。今回はこの時期つつひいてしまいがちな「風邪」の予防についてとりあげてみたいと思います。

### 食生活と生活スタイルの改善で風邪予防

風邪をひきやすい人と、ひきにくい人がいます。この差はどこからくるのでしょうか？人間の体には風邪などの原因となるウイルスから体を守る免疫力があります。この免疫力が低下すると風邪をひきやすくなったり、風邪をひいても症状が長引きやすくなります。風邪に強い体を作るためには食生活や生活習慣を見直す必要があります。

#### 風邪に負けない食生活

##### ◎バランスのとれた食事を三食摂りましょう

風邪予防の基本は「栄養」と「休養」です。体の免疫力、抵抗力をつけるにはまず「食事をきちんと食べること」です。特定の食材に偏るのではなく、いろいろな食材を献立にとりいれましょう。特に積極的に摂りたい食品として下記にあげました。旬の青魚は脂がのって大変美味です。身だけではなく、皮や血合いの部分も残さず食べましょう。

1日に摂取する目安量は切り身1切れくらいです。肉食などに偏らず、お魚も積極的に食べるようにしましょう。

①体をつくるもとになるたんぱく質…肉、魚、卵、大豆製品、乳製品など

②ビタミン、ミネラル供給源として…野菜や果物など、特にビタミンAやCは風邪予防に効果的です

《ビタミンA多い食材…感染を予防するために粘膜を強くします》

うなぎ、人参、青菜類、ニラなど

《ビタミンC多い食材…抗菌作用でウイルスを撃退。免疫力アップ》

ブロッコリー、青菜類、サツマイモ、イチゴ、レモンなど

##### ◎体を温める食材をとりましょう

温かい料理に発汗作用のある葱や生姜などの香味野菜を使うのも効果的です。

##### 生活習慣を見直しましょう

◎睡眠をきちんととりましょう…睡眠不足は体の抵抗力を低下させます

◎うがい、手洗いをしましょう…風邪予防の基本です

◎タバコを吸っている人は要注意…喫煙により免疫力をアップさせるビタミンCを破壊します

#### これからの予定

1月……………正月行事食

2月……………節分、バレンタイン

3月……………ひな祭り、バイキング

4月……………お花見弁当（開花状況により時期がずれる場合あり）

## 外来担当医一覧表

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

- 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鑑田1025  
TEL : 096-272-7211 ・ FAX : 096-273-2355