

こもれび

春

第25号

発行：2010年4月1日
向陽台病院広報委員会



春をイメージしてデイケア・病棟の患者さんたちが制作した作品です。

向陽台病院の理念

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—

平成22年3月23日から植木町は熊本市と合併し、向陽台病院も住所が変更になりました

CONTENTS

- 地域連携「地域福祉フェスティバルに参加」
- 南3病棟の児童思春期ユニットが20床に！
- デイケア紹介
- 共同生活援助事業（グループホーム）
- 売店インタビュー

植木町第1回 地域福祉フェスティバルに参加

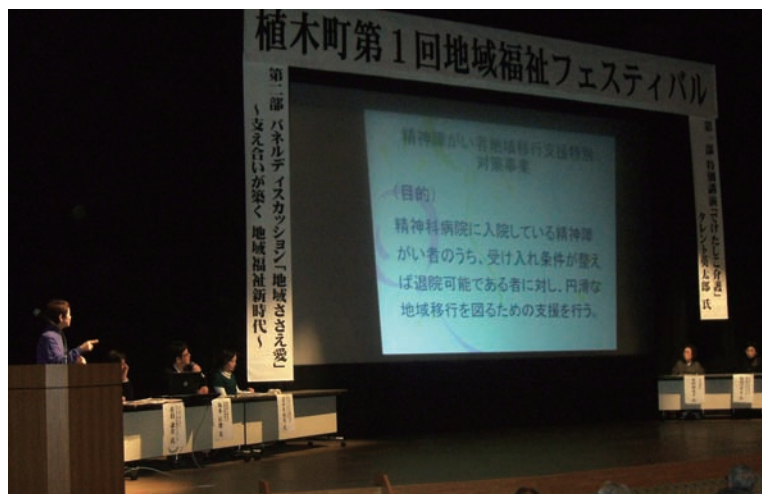
社会福祉事業 居宅就労支援事業所
所長 阪本 匡聰

1月24日(日)、植木町第1回地域福祉フェスティバルに参加しました。『「地域ささえ愛」～支え合いが築く地域福祉新時代～』をテーマに開催され、第一部はタレントの英太郎さんの「でけたしこ介護」という講演がありました。過去8年ほど介護福祉士として勤務していたり、家族に高齢者を抱えていたりという経験から、認知症への対応について面白おかしく、聞いていて参考になることがありました。

第二部では「支え合いが築く地域福祉新時代」というテーマでパネルディスカッションがあり、そこで私は精神保健福祉の分野から発表させていただきました。

まず、コーディネータの方から植木町の高齢化や少子化問題などについての説明がありました。その後、在宅介護を20年ほど経験されたご家族からの体験談や、地域で開催されているいきいきサロンについての紹介があり、身体、知的、精神の障害者の分野からの発表に続き、子育て支援の活動紹介。そして最後はボランティア団体の紹介といった流れで盛りだくさんの内容でした。

私自身、生まれてからずっと植木町民として生活していますが、



今回のディスカッションで初めて知った活動などがあり、精神障害の分野からの紹介だけに限らず、さまざまな福祉の現場からの話を聞くことができ、これからがんばっていかねければと刺激をもらうことができました。

今回のフェスティバルには、社会福祉事業からパネル展示と作品展示販売を行いました。他の事業所やボランティア団体からも展示販売などが行われており、他所の日ごろの活動について詳しく知ることができました。パンフレットの配布や作品の販売をしながら、町民の方々に少しずつでも当所の活動についても知っていただく貴重な機会になったと思います。

少し余談かもしれませんが、今回の準備を進めていく中で、いきいきサロンの方と話をする機会があり、「レクリエーションなどの活動をサポートしてくれるスタッフがいなくて困っている」とのこと、

病院のOTの話を見せてもらいました。すると「ぜひ活動に来てほしい」と要望されました。社会福祉協議会の担当の方からも要望の連絡があり、我々が気付いていない所(地域の中)で必要とされていることもあるのだということに改めて感じました。「地域のさまざまな資源との連携の強化を目指す」といった理念にあるように、地域から必要とされる声を見つめる活動を行うことが常に必要であり、そして今回のような機会が継続して持たれることが大切だと思いました。

Noblesse oblige (ノブレス・オブリージュ) …これは私の好きな先生が格言にされている言葉です。何か目の前で気付いたことに勇気を持って手を差し伸べることができ、一人の地域住民としても支え合いながら生きていく気持ちを持っていくことが大切だと思ひ出すことができた一日でした。

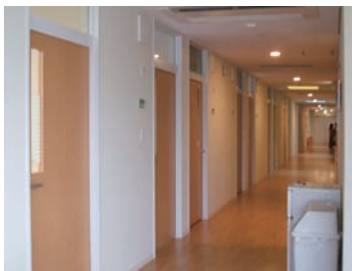
南3病棟の児童思春期ユニットが20床に！

児童思春期ユニットって？

南3病棟には、葛藤の中にある未成年の方々のための場所があります。ほぼ全室が清潔な個室で、児童思春期に理解のある医師と専任スタッフ（看護師・臨床心理士・精神保健福祉士・作業療法士）とともに過ごす空間です。県内で初めて児童思春期の専門ユニットとして認可され、平成20年に11床の規模でオープンしました。心の問題をかかえた未成年の方の受診が増えてニーズが高まったことを受けて、今年2月から20床へベッド数が増えました。

思春期特有の悩み…

ところで「思春期」ってなんでしょう？ 思春期は子どもから大人へ、身体が大きく変化する時期であるとともに、心の発達にとっても大切な時期です。有名な心理学者のエリクソンは、「自分はいったい何者なのか？」「自分は何のために存在しているのか？」というような、社会の中での自分の意味づけを考えるという課題（＝「アイデンティティの確立」と言います）に取り組む時期で、こ



全て個室です



テイルーム

の課題を乗り越えないとスムーズに次へ進むことができないと説明しています。こんなふうに、人生の中でも大切なポイントになる課題に取り組むのですから、誰しも悩んだり迷ったりするのは当然のことです。

児童思春期ユニットでは何をしているの？

定期的な医師の診察（精神療法）をもとに、まずは規則正しい生活をおくることができるようにお手伝いします。一番長い時間と一緒に過ごすことになる看護師は家族のように見守る支援ができるよう心がけています。これはすべての患者さんに共通する基本的な姿勢です。後は病状によってさまざまですが、薬による治療、作業療法やミーティングなどの治療プログラムへの参加、栄養指導や服薬指導が行われることもあり

ます。治療プログラムの中に児童思春期ユニット独自の内容構成のものがあったり、外部からの教師を交えた学習支援があったりという特色があります。

スタッフからのメッセージ

誰しも悩みを抱える思春期です。心に重い荷物を抱え込んで途方にくれたとき、一人で歩き出せないとき、悩みが複雑に絡まってしまった時に、心の糸を少しずつほどいていくのをお手伝いする場所。学校や家、世間の雑音から自分を少し遠ざけて、深呼吸をするように心の動揺をおろせる場所。誰にも吐き出せない気持ちや表現できない繊細な思いを共有できる場所。

私たちは、向陽台病院児童思春期ユニットをそんな風な場所にしたいと思っています。

（診療部 医師 村上 真紀）

シリーズ①

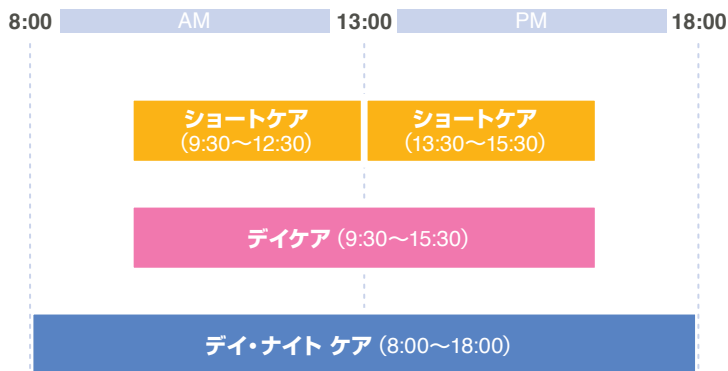
デイケア紹介



当院は、「デイ・ケア」「デイ・ナイトケア」合わせて、毎日50名～70名の方が参加しています。下のグラフに示したように、そのうち10代～20代の方の参加が全体の約1/4を占め、平均年齢43.6歳という比較的若い方が多いのが特徴です。その中に身を置き、一緒に活動をする事で自然と交流が生まれ、集団の中でどのように振舞い、行動をとれば良いのか分かるようになります。また、休憩中の雑談の中に、病気を理解したり症状への対処のヒントが得られることがあります。

デイケアは、薬や注射のような“症状に直接効く”というより、決められた回数を参加しているうちになんとなく集団に馴染んでいけたり、病気との付き合い方を知っ

当院の外来治療の一つにデイケアがあります。デイケアは、利用される時間によって呼び名が異なり、それによって活動内容や金額も違ってきます。



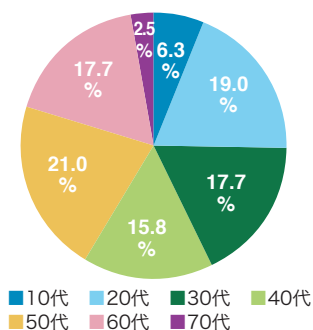
ていっていただく、リハビリ治療になります。そのために、参加される一人ひとりに合った参加目標があり、目標に沿って参加回数や活

動内容を決めていきます。

具体的にどのように過ごしているのか、デイ・ケアに参加される方の例をあげて見てみましょう。

7:00	起床	時間どおりに病院に着くには、朝決まった時間に起き、身支度を整える必要があります。
8:30	バスで移動	乗り方などの把握が必要です。人によっては大きな活動となります。
9:30	受付 健康チェック	スタッフが体調や生活状況についてお尋ねします。
9:50	朝の集い	当日のスケジュール確認や連絡事項を行います。
10:30	午前の活動	創作活動やスポーツを行います。
12:00	昼食	デイ・ケアの場合、病院から昼食をお出しします
13:30	午後の活動	各活動には意味や目的があります。
15:15	感想会	1日どのように過ごしたか、体調の変化があったかなど、感想をお聞きます。
15:30	終了	帰宅

参加者 年代別割合



お花見



作品

(デイケア 精神保健福祉士 春木 あゆ美)



シリーズ①

共同生活援助事業 (グループホーム)

共同生活援助事業（以下グループホーム）は、障がい者が共同で生活を行う住居を提供し、世話人と呼ばれるスタッフが日常生活の支援を行い、地域でより自立した生活ができることを目標にしています。

現在3カ所のグループホーム（ひまわり、くすの木、かしの木）があり、10名の方が利用しています。大半の方が日中は向陽台病院のデイ・ナイトケアに参加していますが、就労をしている方もおられます。長い期間を病院で過ごしてきた方々が地域の中で生活することは大変なものではありますが、グループホームで食事や

買い物をする、服薬などの支援を受けたりミーティングを行ったりしながら生活を続けることによって、少しずつではありますが、生活の技術を取り戻したり、上達したりすることができます。

このように地域での生活を送ることができるようになったのは、入居者自身の力は当然ではありますが、やはり近隣住民の方々からのご協力があるからだと感じています。直接何か援助をしていただいたということではないのですが、何気ない「見守り」や「視線」を向けてくださることが、何よりの入居者への支えとなっているのではないかと思います。

ゴミの捨て方やあいさつの仕方など、気付いたことをきちんと指摘していただいたり、評価して下さったりすることが、入居者が地域の一人としての責任感や連帯感を意識することにつながるのだと感じています。まだ心配な面も少しはありますが、それぞれの個性を持った入居者が、もっと健康的な生活が送れるように練習をしながらがんばっています。これから地域の方々と同様に温かく見守っていきたいと思います。

（社会福祉事業 居宅就労支援事業所 所長 阪本 匡聰）



2月13日（土）開催「院内研究発表会」

当院では全職員を対象に医療従事者としての専門的知識技術を深め、チーム医療の質の向上を図ることを目指し、年1回院内研究発表会を実施しています。年々参加者が増え、89名の参加がありました。演題も、事務部、リハビリテーション部、看護部（5題）に加え、診療部、社会福祉事業の参加があり、計9題の発表がありました。演題内容は、外来診療や看護に関するもの、治療プログラムに関するもの、日常生活に目を向けて取り組んだ事例研究、ICカード対応コピー機導入に関するものなど、各部門の役割機能に応じた業務改善や患者さんへのかかわりを通して得られた成果についてで

した。パワーポイントも工夫のあとがみられ、参加者から出された質問や意見はさらに内容を深め、評価も的確になされ、意義深い研究発表会になりました。今年度は教育委員会で研究論文作成要項を作り様式を統一し、院内の倫理委員会で審査し承認を得て発表するという形を取り入れ、形式的にも内容的にも少しではありますが、レベルアップできました。今後もこれらの研究をスタッフ皆で共有し、学んだことを患者さんやご家族の皆さまへの医療・福祉サービスとして提供できるよう、努めていきたいと考えています。

（教育委員長 大塚 明美）



売店インタビュー

当院で平成16年からお世話になっている売店、木庭商店さん。
今までは院外にありましたが、平成21年12月から病院内に移転されました。それに伴い、日ごろから感じていらっしゃることや最近の売店事情を社長の木庭幸紀さん、店長の木庭久子さんにお尋ねしました。

商品は主にどのような物が売られていますか？

ジュース類、お菓子類、お弁当類（陰の人氣が、中山さんちの天ぷら!!）、パン類、文具類、衣料品類などです。

毎週木曜日は「ガウディ」というパン屋さんから手作りパンのサンドウィッチ、菓子パン、調理パンなどが並んでいます。

売れ筋商品ベスト3を教えてください。

1位 ゼロカロリーコーラ

2位 500mlカフェオーレ

3位 さきするめ

院内に移転して良かったこと、困っていることを教えてください。

良かったことは、外まで来られなかった患者さんが利用され始めたこと。天候にかかわらず利用していただけること。売店内の温度管理が整っていることなどです。困っていることは今のところございません。

院内に移転して一番に感じたことは、売店の立地が受付ロビーと通路に面しているため、入院外来患者さんと触れ合う機会が増え、

その中でも思春期の患者さんがこんなにいることを知り驚きました。

今後の展開としてはどのようなお考えでしょうか？

若い患者さんの利用が増えてきていますので、若い方向けの商品選びをもう少し増やしていきたいと考えています。

最近では、靴下が新たに入荷され、通路側に陳列されていて目をひきますが売店のアピールと気軽に立ち寄っていただけるような雰囲気作りを心がけています。思春期の患者さん向けに雑貨（ハロー

キティのご当地グッズなど）を少し取り扱っていますが、売れはしないものの反応が良く、場が和む感じが嬉しいです。

売店横にはカラフルな椅子が印象的なロビーがあり、その一角で休憩、飲食可のゾーンがあります。今後も多くの患者さんやスタッフに利用していただけるよう努力していきたいです。

こちらこそ、今後ともよろしくお願ひします。

（地域連携室 精神保健福祉士
関 久美子）



病院内売店：木庭商店（社長：木庭 幸紀 氏）

開店時間 月～金曜日 9:00～17:00/土曜日 9:00～13:00

こもれびプラザ

向陽台病院ではさまざまな情報を発信しています

栄養だより

毎年多くの人が悩む花粉症ですが、その発症にある特徴的な食生活が関わっていることが明らかになってきました。花粉症の原因である免疫グロブリン (IgE) の生成を促進する食生活を改善し、日ごろの心がけから花粉症を予防しましょう。

花粉症にならない5つの心がけ

① 日本的食生活を心がけよう

高カロリー・高脂肪の食事はIgE生成を促進します。野菜中心の食生活を心がけましょう。



② “手作り食” を心がけよう

加工食品・インスタント食品には、IgE生成を促進する化学物質が多く含まれていますので、食事は手作りを心がけましょう。

③ 身体を動かそう

適度に動かすことは、免疫機能を高めます。特に有酸素運動がおすすめです。



④ ストレスを解消しよう

ストレスが貯まると自律神経の流れが悪くなり、アレルギーが起こりやすくなります。

⑤ 規則正しい生活を心がけよう

不規則な生活は自律神経のバランスを崩すもとです。生活リズムを整えましょう。

花粉症予防におすすめの食品・栄養素

- ・魚 魚に多く含まれる不飽和脂肪酸はアレルギーの炎症に関連が深い物質の生成を低下させる効果があります。
- ・ビタミン(A・C・E) ビタミンA・C・Eは抗酸化ビタミンと呼ばれ、アレルギーの予防効果があります。
- ・ビタミンAの多い食品 緑黄色野菜、ウナギ、海苔、卵
- ・ビタミンCの多い食品 苺、グレープフルーツ、ブロッコリー、キウイフルーツなど
- ・ビタミンEの多い食品 ウナギ、カボチャ、種実類、アボガドなど

発症してしまったら… ヨーグルトを食べましょう！ 腸の健康を保つことで花粉症の症状を和らげることができます。整腸作用のあるヨーグルトを食べて症状を緩和しましょう。



(診療部 管理栄養士 宮本 愛)



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。

(単位:人)

集計月	外来延数	新患者数	1カ月ごとの入退院者数	
			入院	退院
2009年 12月	2803	48	43	35
2010年 1月	2522	48	42	33
2010年 2月	2490	41	34	39

そよ風

1月23日(土)に、そよ風家族会を開催しました。今年度は、“患者さんと家族の接し方”をテーマにDVD鑑賞やバーチャルハルシネーション体験(幻聴や幻視を映像で実体験するもの)などの学習を中心として開催してきました。それを踏まえ、今回はさらに各家庭で対応に困っていることや工夫していることを、家族同士で話し合い深めていただくために、座談会の時間を長くとりました。

18家族19名の参加があり、入院中の方のグループと外来・デイケア通院中のグループに分かれ、それぞれに語り合ってもらいました。初めて家族会に参加される方も多く、最初は緊張されていましたが、他のご家族の体験談やアイデアを聞くうちに、笑顔が見られるなど和やかな雰囲気になりました。

患者さんを支えるご家族は、時として動揺されたり不安になったりすることがあります。そのようなお気持ちをお持ちのご家族が、家族会に参加されることで「自分だけではない」と感じていただけるよう工夫していきたいと思います。

次回の予定: 4月24日(土) 10時～

(リハビリテーション部)

精神保健福祉士 春木 あゆ美)



編集後記

春は出会いと別れの季節です。

私たち広報委員の中でも長年表

紙を担当していたメンバーとの別れがありました。別れはとても寂しいですが、お互い前を向いて進んで行ければと思います。(須藤 晶子)

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	橋本 城野	田中 松本	村上 橋本 大石	田中 城野	横田 松本	週替わり
午後予約	小山(一) 小山(裕)	牛島 鍋島 第3週目は担当 が異なります。	大石 北 第1週目は担当 が異なります。	村上	思春期外来 横田 佐藤	

(2010年4月1日現在)

- 診療科目 精神科・心療内科
- 特殊外来 もの忘れ外来
児童思春期（発達障害）外来

- 病床数 220床

- 外来診療時間 ※祝日は平常どおり診療しています
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

新しく診療を受けに来られる方は予約が必要です

予約受付：096-272-5250

<平日：午前9時～午後4時30分/土曜日：午前9時～午前11時30分>

【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。



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

医療法人横田会 向陽台病院

〒861-0142 熊本県熊本市植木町鑑田 1025
(旧) 熊本県鹿本郡植木町鑑田 1025 → (新) 熊本県熊本市植木町鑑田 1025

TEL：096-272-7211・FAX：096-273-2355

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

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
2005年から日本医療機能評価機構の認定を受けています

