

外来担当医表

土曜日は休診です

※2015年1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	笠原	村上	藤永	田仲
			城野		
			山下		
午後 予約			城野	川原	

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。



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/>



当日の診察順番をコチラから受付できます

再来専用受付システム



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、はとあつと評価（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：逆さ富士

横田理事長・中島院長
新年のごあいさつ

病棟紹介

相談支援事業について

プログラム紹介

転倒予防体操

こもれびエッセイ

第17回・村井愛

そよ風家族会 通信

こもれびぷらざ

メンタルクリニック保田達が開院しました！

KOMOREBI
2015.Winter

vol.44

新年あけまして おめでとうございます。

新年のごあいさつ

新年明けましておめでとうございます。旧年中は大変お世話になりました。

さて、平成26年の法人全体の各事業体を振り返ってみれば、病院事業「向陽台病院」では5月に病床削減で202床から198床に減少し、児童思春期ユニットを24床から27床と3床増床して運営を始めました。8月には電子カルテの全面切り替えと学会の運営にあたり、12月には更新のため医療機能評価受審がありました。

社会福祉事業に関しては、地域生活支援センター「なでしこ」、就労継続支援B型「ワークスみらい」、共同生活援助「グループホーム・共同住居」は受け入れ体制整備などを進め、また相談支援は拡充並びに就労者場所の確保を模索してきました。さらに今後の地域展開を見据えて、2月には訪問看護事業「ステップ」を立ち上げ、9月にはサテライトクリニック事業「メンタルクリニック保田窪」を開設致しました。新設したこれらの施設がどのように発展して、既存の事業体と協同出来ていくのか少し楽しみにしている部分もあります。

昨年1年で困難だなと感じた大きな事の1つは、やはり各方面との連携の難しさです。医療においても、そうでない司法、教育、行政など様々な分野の方々への説明の難しさ、協力とまで行かなくとも、理解を示して貰う事の大切さを感じています。しかし、たゆまずに医療福祉の実践を継続して行くことが患者（児）さん達の機能や成長への寄与になる事と信じて、歩を進めていってほしいと思っています。

これも、毎回頭すことですが、組織やグループといったものは変化に面する時に色々な顔を見せてくれます。怒り、不安、抑うつ、喜び、期待、所属する人の色々な思いも含めて表現されることがあります。出来る事、出来ない事を確認しながら、今年も法人として、各事業体が有機的な連携が出来る1年を過ごせたらと思います。

まだまだ未熟な部分も多い各事業体ではありますが、関係各方面の皆さんのご理解や御指導を昨年同様、ご厚情いただければと思います。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



理事長
横田 周三

新年明けましておめでとうございます。旧年中は色々とお世話になりました。

昨年は病院もかなり忙しく、バタバタと動き回っていた感があります。救急病棟があるおかげか、入院院数、新患者数なども過去最高レベルで、息抜きを強く感じた1年でした。今年こそは少しヌルい感じでいけたら、と思っていますが、どうなることでしょうね（笑）。

昨年の出来事といえば、僕的には何といっても、サッカーのワールドカップです。日本代表はまあ予想どおり？ 穴を的確に突かれた感じでしたが、衝撃的だったのは、ブラジルの惨敗劇でした。明らかにメンタルの問題でしたね。「精神科医」まで導入したらしいですが、「勝ちに行く」「メンタリティーは維持できなかったようです。勝ったドイツも勝つメンタリティーで戦っていましたが、決勝戦ではメンタルは崩壊していて、優勝できたのは、メッシの不調のおかげでしたね。こんな見方は皆していなかったようですが…。ちなみにドイツはワールドカップ後、絶不調に陥っているようです。逆に、メンタルで「勝利」していたのは、チリやコロンビアなどの中南米の国々でした（メッシを除いたアルゼンチンも入れていいかもしれませんが）。彼らは皆、「負けない」「メンタリティーを持っていました。どこに負けないのかといったら、言わずと知れたブラジルです。また、彼らは手抜きも上手です（笑）。

このことは一般社会においても、とてもためになります。僕らが扱う精神科の病気も、病気に勝つ、というメンタリティーで治療してしまうと、最初はいいかもしれませんが、後で必ずと言っていいほど崩れてしまいます。

大事ななのは、「病気に負けない」「メンタリティーなのです。病気に耐えながらも何かを続けていくと、多くはいい結果に結びつきます。もちろん、耐え続けると参ってしまいますから、適当に抜くことも大事です。仕事も「緒です。昔アルゼンチンやチリに滞在していた時のことを思い出します。そこで出会った彼らは皆、のんびりとした仕事ぶりでしたが、実にしたたかでした。今年1年、僕ら向陽台病院もしたたかになって、ヌルくやりながらも負けなスタイルを身につけたいものです。それでは今年もまたよろしく願い申し上げます。



院長
中島 央

相談支援事業 について

執筆者：地域生活支援センターなでしこ 相談支援事業所
施設長／相談支援専門員 大山 満子



みなさんは「相談支援事業」をご存知でしょうか？「困った時に相談できるところ」と、何となくイメージする方が多いかと思いますが、地域生活支援センターなでしこは、地域活動支援センターと共に相談支援事業を行っており、今回は相談支援事業所の業務や役割についてご紹介したいと思います。

まず、相談支援事業とは、地域で生活している障がいを抱えた方が、自立した日常生活や社会生活をおくる事ができるよう、さまざまな相談や必要な支援を行う事業です。経済問題、住まいの場の相談、就労相談、障害福祉サービスの利用支援など、地域生活を送っていく上で生じるさまざまな困り事や相談に、相談支援専門員という資格を持った専門職員が応じます。例えば、働きたいという希望があれば、就労訓練の事業所の紹介や、ハローワークに同行して相談をするなど、色々な選



択肢を提案し、利用者の方の希望に寄り添いながらより良い方法を考えます。就労を開始した後も、問題点や課題などを定期的に確認しながら、継続した利用ができるようサポートしていきます。他にも、精神科病院の長期入院中の方に対して住まいの場などを含めた退院に向けての相談、引きこもりの方に対する家庭訪問なども行います。相談支援専門員が問題や課題を少しでも解決できるよう一緒に考えていきますが、相談支援専門員だけで解決できることばかりではない事もあるので、医療機関や保健師などの行政機関、福祉サービス事業所、民生委員などの各関係機関とも相談・連携していきながら支援しています。また、就労訓練やグループホームなどの障害福祉サービスなどを利用する場合の手続き支援についてもご相談にも応じています。

相談支援事業所の利用対象となる方は、障がいをお持ちの方やそのご家族ですが、障がいの疑いがある方（障害者手帳などを所持していない方）でもご利用は可能です。また、障がい児や精神障がいの方に限らずご相談をお受けします。来所やお電話、訪問での相談も随時行っています。相談の費用はかかりませんのでご安心ください。

熊本市には、なでしこを含め現在35カ所の相談支援事業所があります。お住い近



くの相談支援事業所のご利用をお勧めすることもあります。が、事業所ごとに事業内容や特徴が若干異なりますのでご相談いただけたらと思います。

最後に、なでしこの相談支援事業所については、これまで向陽台病院に隣接した場所にありましたが、地域の方に相談してもらいやすいようにと、平成26年2月に下硯川町に移転しました。現在は、3名の相談支援専門員と1名の事務員で業務を行っております。利用者の方がその人らしく、安心して地域生活をおくっていただけるようにと活動しておりますので、何かお困りの事がございましたら、お気軽にご相談ください。



地域生活支援センターなでしこ 相談支援事業所

〒861-5522 熊本市北区下硯川町480-1 (ドレミ村内)
☎096-342-4173 (月～金曜日/9:00～17:00)
※祝日も対応しています

転倒予防体操

北2病棟は保護室4床を有する一般精神病棟で、急性期と慢性期の方、また20歳台から80歳台と幅広い年齢構成となっています。ほとんどの方が自分で動くことができます。あるいは見守りや援助があれば動くことができる方が多い反面、病棟で発生する事故の中では転倒の割合が高くなっていました。

一般に転倒の原因には、内的要因（加齢、筋力低下、バランス能力の低下、薬の副作用など）と外的要因（履物、段差、照明の明るさなど）があります。

特に精神科で転倒事故が多発する理由として、認知機能の障害、動作のぎこちなさ、精神症状による活動性の低下、運動能力の低下、向精神病薬による副作用など、内的要因が大きく関わってきます。ひとたび転倒すれば、打撲にとどまらず、出血や骨折、頭部打撲による意識障害・頭蓋内出血などの重篤な事態を生じてしまう危険性があります。

当病棟で発生した転倒事故の特徴として、

- 1 事故発生時間帯は午前中に多い
 - 2 多くはスリッパを使用したり、靴の不適切な履き方をしていた
 - 3 普段からつま先が上がらず、すり足歩行
 - 4 注意力低下によるつまずき
- など、外的要因と内的要因が絡み

合って発生していました。転倒を予防できれば事故件数全体も減少できると考えられました。

まずは外的要因対策として、履物の履き方を指導、滑りにくい靴への変更を促す、また滑りやすい状況をつくらない、ベッド周囲の物品を整理するなど環境整備、服薬状況を検討するなどを行いました。

さらに、内的要因対策として患者さん自身が日ごろから転倒予防の意識を持つ事が重要であると考え、スタッフ同士で相談して始めたのが「**転倒予防体操**」です。平成22年12月から、毎朝『朝の集い』の際に実施しますが、朝の体操には、

- 1 脳と体の覚醒が高まり、一日の活動の準備を整える事ができる
 - 2 筋肉の柔軟性を高め、スムーズな動作が行えるようになる
- などの効果があります。

作業療法士と看護師で担当し、筋力と身体バランスの維持を目的に、肩甲骨を動かす上肢の運動か



ら、股関節・膝関節・足関節の運動という流れで実施し、特に下肢筋肉の柔軟性を高める体操を多く取り入れています。5分程度の短時間ではありますが、短いからこそ患者さんの負担が少なく習慣化されやすいという利点があります。

今では北2病棟の毎朝の日課として定着し、多くの患者さんが参加し、体操の流れに沿って自然に体が動くようになりました。今後も継続して実施する事で、転倒予防に対する意識づけと転倒しにくい体づくりを行っていきたいと考えています。





こもれびりレーイッセイ



● 第17回：栄養科 村井 愛

我が家の夫育成計画

結婚は楽しい……ばかりではない。

これまで違った人生をおくってきた他人と他人が一緒に暮らす。そりゃあいろいろないわけがない。私の結婚が決まった時も、人生の諸先輩方からおめでとの言葉と一緒にありがたいアドバイスをいただいたのだが、そんなアドバイスの中で一番多く言われたのが、『早い段階で夫の家事育成計画を実行する』ということだった。

「結婚は最初が肝心。最初からなんでもしてあげると、旦那さんが家事をしなくなるから、ちゃんと教育しないと、子どもが生まれたとき大変だよ」

なるほど一理ある。しかし子育ての経験もないのに「すでに育ちきった夫をさらに育てる」と言われても、どうすればいいの？と質問すると、

「ほめて育てるのよ。うまくくやりなさい。」となんと抽象的。

やっぱり共働き。家事も分担してというのが今風の考えだが、会社までの通勤距離が長く、残業の多い夫のことを考えると、「家事は分担！ご飯も掃除もやりましょう」とは心が痛んで言いにくい。しかも夫の唯一作れる料理が「まるみ屋のマーボー豆腐」では、私の食環境が悲惨なことになるのは目にみえている。

家事はしてもらいたい。でも、貴重な1食を奪われたくない……私は悩んだ。そして、考えついた村井家ルールが『片付けじゃんけん』だ。

私が洗い物をしたくない時、このじゃんけんは一方的に発動されるのだが、夫も洗い物をしたくないから勝負は白熱する。ただのじゃんけんでしょ？と思われるかもしれないが、相手が洗い物をしている間、テレビを見ながらゆっくりとくつろぐ至福のひとときは、一日の疲れをとるじつに気分がいい時間だ。

だから、お互い心理戦や隙をつく作戦を考え勝利しようと頑張る。

きつと私にアドバイスをくれた方々がこの戦いをみたら、「こう言うことじゃないんだけど……」とあきれそうな家事育成計画だが、やっている本人たちはそれなりに楽しい。

さあ今日はどの策でいこうかな。

▼ 次回予告 足田忠寛 臨床心理科主任へバトンタッチ

そよ風家族会 通信

地域連携部 精神保健福祉士 松村 愛弓

秋晴れの心地良い風が吹く平成26年10月25日(土)に、今年度3度目のそよ風家族会を開催しました。今回は「自立について考える」当事者の想い、家族の想い」という題目で当事者3名、家族2名の方々よりそれぞれお話しをしていただき、ご家族22名、当事者17名の方の参加がありました。

当事者の方からは、病気になった後のこころの移り変わりや家族への思い、そして疾患と付き合うなかで気付いた自立についてなどの話があり、皆さん熱心に耳を傾けていました。

また、ご家族の方からは、先行きが見えない中で見守り支えることの難しさや、親亡き後の不安などの話とともに、これまでの経験から本人に寄り添い共に疾患を理解し、その子にとつての自立について考えることが重要だろうという気付

きについての話があり、時には目に涙を浮かべながら聞かれているご家族の方が見受けられました。

今回はそよ風家族会へ参加させていただき、当事者や家族の方の葛藤、苦悩、想いに触れることができました。今回感じたさまざまな思いを大切に、精神保健福祉士として今後の対応に活かしていきたいと思えます。

今回は2月28日(土)に「家族交流会」を予定しております。たくさんの方の参加をお待ちしております。

次回の予定

● 平成27年2月28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。

メンタルクリニック保田窪が開院しました！

春木 あゆ美



向陽台病院のサテライトクリニックとして、メンタルクリニック保田窪が平成26年9月より開院いたしました。場所は、国体道路から入った鉄工団地通り沿いにあります。

近隣は住宅街で、学校やスーパー、カフェなどがあり、人通りが多い地域です。そんな環境の中で、横田会理事長でもある横田先生が院長として、その他事務長1名、看護師3名、精神保健福祉士1名の総勢6名のスタッフで運営しております。精神科と児童精神科を標榜し、不登校やひきこもり、発達障害のご相談も受け付けております。クリニックの状況はと言うと、開院以降、子どもを中心とした患者さまが多く受診されており、児童・思春期における精神科医療の需要の大きさを改めて感じているところです。また、ひきこもりについてのご相談も多く、家族のグループを立ち上げることにしました。受診は予約制にしておりますが、現時点では当日のご案内も可能ですので、お気軽にご連絡ください。子どもから大人まで幅広く受診を受け付けております。どうぞよろしくお願いいたします。

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

T E L.096-213-6945 / F A X.096-285-8897

診療科目：精神科・児童精神科

初診・再診、ともに原則予約制です。

ただし土曜日は不定期で月1回(午前中)、診療いたします。

祝日も診療しています。お問い合わせください。

診療時間・休診日	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	▲	—
14:00~17:30	●	●	●	●	●	—	—
17:30~19:00	—	●	—	—	—	—	—



診療のごあんない

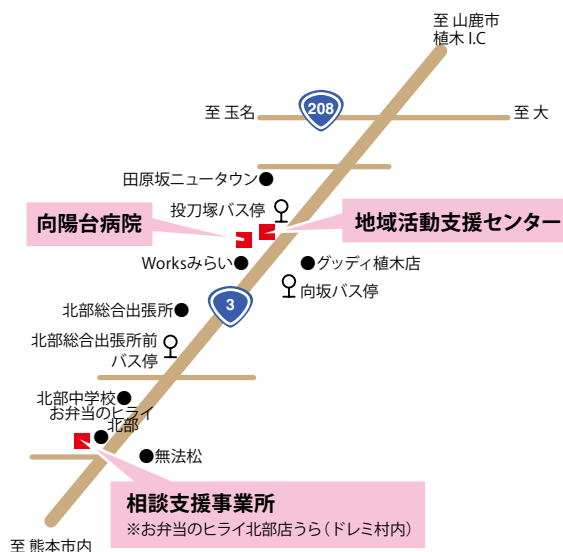
- 診療科目：精神科・心療内科・児童精神科
- 病 床 数：198床
- 外来診療時間
【月～金曜日】 9時40分～16時
(ただし、受付は12時30分まで)
【土・日曜日】 休診

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、地域連携科へお電話ください。
☎ 096-272-5250
電話受付時間
【月～金曜日】 9時～16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か月ごとの入退院者数	
			入院	退院
2014年 9月	2,795	53	40	45
2014年10月	2,782	45	36	43
2014年11月	2,593	63	40	27

(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」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)

編集後記

新年あけましておめでとうございます。
2014年は、ブリーフサイコセラピーの全国大会を中島院長のもと開催したり、病院機能評価更新のための受審があったりと例年通り多忙な年でした。今年は、この記事を書いている段階ではオオゴトは計画されていなさそうでした。しかし、そうは言っても向陽台病院。きうと何かあるはず。そのときは「こもれび」のネタとして紹介してまいります。本年もよろしく願います。

(濱本晋也)