TAKE FREE

2018年 秋号
vol.59

向陽台病院の健康情報誌「こもれび」

KOMOREBI

Contents

［病気のおはなし］
児童虐待について

［プログラム紹介］
摂食障害ミーティング

［部署紹介］
院内のマルチプレイヤーを目指して

［リレーエッセイ］
地域生活支援センターなでしこ センター長
大山 満子

［デイケア掲示板］
就労支援シリーズ【第3回】

［こもれびぷらざ］
・合志市と連携協定を結びました！
・城北大会　惜しまれつつも閉幕

［ハラスメントへの取り組み（第3回）］

保護者側

不適切養育を受けた経験、自己評価の低さ、攻撃性、精神疾患（うつ、不安、アルコール問題など）、知的な遅れ、身体疾患など

家庭状況・社会的背景

暴力、望まない妊娠、パートナーとの不和、経済的問題、孤立、生後早期の分離（入院など）、家族内に別に要支援者がいること、地域に相互扶助のつながりが乏しいことなど

子ども側

早産・低出生体重児、慢性疾患、何らかの「育てにくさ」（食事・排泄や睡眠の問題といった生理的なものから発達特性・障害までさまざま）、保護者が嫌いな対象に似ており可

そよ風 家族会

北３病棟　准看護師

菅原 鈴子

2018年8月25日（土）の家族会には、9家族、14名の方々が参加されました。

前半は、熊本市精神保健福祉室、高取直樹室長にお話をしていただきました。

内容は、「精神保健福祉室の機能と役割」。受診や入院にたどりつくまで大変な思いをされている家族のために、相談窓口から移送までの流れ、入院形態の説明などわかりやすいお話でした。メモをとりながら熱心に耳を傾けておられる家族もおられました。後半は、２グループに分かれての交流会で、さまざまな意見が出ました。「地域の方に、なかなか理解してもらえない」「子どもや自分たちが差別を受けないためにはどうしたら良いか」「先生の一言に救われた」など、涙ながらに話され、充実した時間となりました。

日々の努力、外に見えないご苦労などが深く伝わってきました。

改めて傾聴すること、共感することの大切さを学びました。

次回の予定

日 時：11月24日（土）10時～12時

会 場：リュミエール活動室

当事者・家族会コラボ企画を予定しています。ぜひご参加ください。

詳しくは、☎**096-272-7211**まで

摂食障害ミーティング

●デイケアセンター 臨床心理士　黒山 佳子

毎週水曜日15時半から30分間、通院中、入院中の摂食障害の患者さんを対象にミーティングを開いています。もう20年続いている息の長いグループです。

摂食障害とひとことに言ってもさまざまです。極度に食べることを制限するタイプ、過食や嘔吐をくり返すタイプ、さらに気分の波や、他の依存症、発達障害傾向をともなう場合もあります。きっかけは、「何気なく始めたダイエットで、友だちに痩せたねと言われたのが嬉しかった」、「人間関係のストレスで食べる量が増えた」、「部活に夢中になっているうちに食べられなくなった」など、ささやかな喜びや解放感、ひたむきさといった日常の延長上にあることが少なくありません。ただ、思い描くイメージから外れることへの恐さを人知れず抱えているうちに、考えや行動がエスカレートしてしまうことがあります。周囲にばれると責められるのではという不安も重なって、自分を守り、装うのに孤軍奮闘している時期も長かったかもしれません。

そのような中、ミーティングに初めて参加する方はおそるおそる、初めての店の“のれん”をくぐるように来られます。場所はリュミエール棟の奥、『音楽室』。扉を開けると一つのテーブルを囲い、メンバー数名、臨床心理士のスタッフ数名が迎えます。話せる範囲でかまいません。これまでのいきさつや、参加しようと思ったわけ、聞いてみたいことなどお尋ねしています。「何から話せばよいのか」、「まとまりませんが」と戸惑うのも当然です。緊張で包まれていた方も、「私も同じような感じでした」、「よく来られましたね」など声をかけられ、ほっとした表情を浮かべられます。

和やかにミーティングは進みます

メンバーの歩みも聞き、胸いっぱいの30分かもしれません。終わりによく聞かれる感想があります。「私ひとりじゃないんだと思いました」。この肌感覚は、摂食障害に限らず、周囲に理解されにくい依存症に悩む方々にとって、希望や底力につながるようです。家族や友人、専門家の支えだけでは得にくい、当事者ならではの安心感や響き合いがあります。

会では、食べること、体型が変わることへの不安をテーマにするだけではありません。時には体と行動、心の動きをともに学び、時には「これなら大丈夫」「これはキツい」と感じる食材や食べ方について盛り上がることも。「わかります」とうなずき合うばかりでなく、「私はちょっと違うんです」と、互いを認め合う空気があります。「脚のむくみがとれてよかったね」、「１回でも吐かずにいられてすごい」と、ひとりでは見逃しそうな回復の芽にメンバーから気づかされ、はっとする場面も見受けられます。入院を迷っている方にとっては、体験者の生の声を聞ける機会でもあります。

参加は無料です。興味を持たれたら吉日。どうぞ、気軽にお問い合わせください。こだわりに疲れたとき、まぁいいか、とひと息つける場を提供できたらと、スタッフ一同お待ちしています。

この他に、月に1回、第４土曜日の14時から15時半に、入院、通院中でなくても参加できる『肥後椿会』も行っています。こちらはご家族も参加できます。

院内のマルチプレイヤーを目指して

●北2病棟 看護師長　江崎 正湖

北2病棟は、59床の精神科一般病棟で、病院玄関から右奥の2階にあります。隔離室6床、個室2床を含む、病院では一番古い病棟ですが、職員はフレッシュな気持ちで働いています。病院が精神科救急の認定を受けるまでは、慢性期の患者さんが中心でしたが、最近は、救急病棟から引き続き治療を行う方も増え、統合失調症やうつ病をはじめ摂食障害やアルコール依存症、認知症など、扱う疾患は多様化してきました。年齢層も10代半ばから80代と幅広い世代の方々が入院されています。また病室の多くが2人、3人、6人の大部屋であるため、時折賑やかな雰囲気を見せることもあり、明るい環境ではないかと感じています。スタッフは、医師や看護師、准看護師、看護補助者そして作業療法士、精神保健福祉士、臨床心理士など、多職種で構成されています。プライマリーナーシングを取り入れ、担当看護師を中心に、スタッフ全員で患者さんの生活を支えられるような環境を整えています。

救急病棟から患者さんが移って来られる一方で、高齢で、病状が安定された方は、北3病棟（精神科一般病棟の高齢者病棟）に移動していただくなど、病院内では中間的な役割を担っています。

また、m−ECT（修正型電気けいれん療法）を行う方や、精神症状が増悪した方が重なって隔離室が満床になり、多忙な業務になることもあります。病棟内外のスタッフから激励の言葉をもらうことも多く、実は『もう一つの救急病棟』なんじゃないか…とも思っています。

そのような中、当病棟のスタッフは、時には汗水たらして髪を振り乱しながら仕事をすることが多いのです。患者さんの笑顔や「ありがとう」の言葉に、忙しい業務の中でちょっとした癒しをもらっています。

看護は、精神や身体症状の援助はもちろんのこと、症状が落ち着いてきたら、社会復帰に向けて退院を目指します。そのために、服薬や金銭の管理をはじめ、疾患の勉強や自分の症状への対応の仕方、身の回りの生活技能について自主性・協調性・社会性を身につけられるように援助します。また、一人ひとりが持っている能力を最大限発揮できるよう、医師や看護師を中心に多職種で、患者さんやそのご家族の希望を考慮しながら支援しています。患者さんがいろいろな問題を抱えながらも、その人らしい社会生活が送られるよう病棟スタッフ一同、一生懸命支援していきたいと思います。入院された時は、気軽にご相談ください！ そして、入院するなら「北2病棟でお願いします」と患者さんから言われるような病棟を目指していきます。

旅のあれこれ

地域生活支援センターなでしこ
センター長　大山 満子

最近はめっきり減ってしまったが、数年前までは仕事の休みを利用して、海外旅行によく出かけた。現地での観光や食事などはもちろん、旅行前にガイドブックで調べものをする準備の時間、旅行途中の国際空港での待ち時間も旅行の醍醐味だ。田舎で育った私にとって海外は、日本とは全く違う文化や環境など、全てが刺激的だった。

特に印象的だったエジプトでは、巨大なピラミッドやスフィンクスをみて大興奮！イスラム教徒の断食（ラマダン）は、日中暑い環境の中飲まず食わず過ごす人たち、飛行機に乗っている時間も機内食にもちろん手をつけない。日本製のボールペンがエジプトではチップ替わりになったのには驚いた。エジプトではツアーガイドが同行していたため、コミュニケーションで困ることはなかったが、他の国の旅行では、英単語と身振り手振り、ガイドブックを見せながら、苦戦しつつも何とか乗り切ったことも良い思い出となっている。

これまでに、世界遺産を多く旅してきたこと、現在の職場の部署でちょっとした検定ブームが到来したことをきっかけに、世界遺産検定の勉強を始めた。エジプトで観光した遺跡が、世界遺産発足のきっかけとなったことを知り、実際に旅行した場所がこんな歴史をもつところだったのか！と今更ながらの発見も多い。1000件を超える世界遺産のうち、日本には22件の世界遺産がある。今年は「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」が登録され、熊本では2件目となる登録となったが、日本にも行ったことないところ、知らないことがいっぱいだ。検定はというと、3級は合格して、次は2級にチャレンジ予定だ。ここで宣言したからには頑張って合格を目指そうと思う。次にどこかへ旅するときには、少しでも歴史や文化を学んで行くことで、違った見方、感じ方ができることを楽しみに、また旅に出たい。

デイケア掲示板

就労支援シリーズ　第３回

デイケアセンター
作業療法士　宮崎 裕一

「仕事を考えているけど、どんなことが向いているか分からない」「したことがなく自信がない」「続けられるか不安」など一歩が踏み出せない方に、プログラムを通してビジネスマナーの獲得や作業体験、就労定着に向けた支援を行っています。

当院の「就労支援プログラム」

①就労マナー講座
②屋内作業
③屋外作業
④就労者ミーティング

今回は「**屋内作業**」を紹介します。

プログラムの中では、「働くという環境」をイメージできるように、いろいろな作業体験（組立て・分解作業、仕分け作業、電卓計算など）を行い、自分の作業能力や強みを知る機会を作っています。また、仕事をする上でのルールとして、タイムスケジュールに沿って行動することや、仕事に適した服装での参加、遅刻・欠席の場合は届け出をお願いしています。参加者は10代～50代と幅広く、プログラムには５～10名ほどの方が参加しています。

始めてから約２年の間に10名以上の方が仕事を開始しました（就労継続支援Ａ・Ｂ型事業所、就労移行支援、アルバイト）。

仕事に繋がった方の声

**●働く時間のイメージ作りができ、
仕事してみようと踏み出すことができた**
**●デイケアという過ごしなれた場所で訓練ができ、
自身の作業能力を知る機会になった**

一人ひとりの仕事に向けた目標に合わせステップアップできるよう支援を行っています。悩んでいる方は、ぜひご相談ください。

［こもれびぷらざ］

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

合志市と連携協定を結びました！

●地域連携部　部長　徳永 佑美

今年の4月19日、思春期の子どもたちの支援に力を入れている合志市と、地域社会発展のための包括的連携に関する協定を結びました。これにより、合志市とともに、子どもの精神保健に関する予防・啓発の推進を目指していくことになります。

子どもたちの支援は、医療だけではなく、地域や学校などとのコラボレーションが欠かせません。学校にも直接出向いて情報交換を行ったり、講演活動を行ったりしながら連携を図っていく予定です。これを機に、子どもたちが安心して地域で生活できるような医療の提供、環境づくりに寄与していきたいと考えています。

合志市の荒木市長（左）と横田理事長

城北大会　惜しまれつつも閉幕

●レクリエーション委員会 作業療法士　栗下 美穂

城北大会は年に一度、菊池有働病院・山鹿回生病院・向陽台病院で行ってきた、交流レクリエーション大会です。参加者の年齢層の変化とともに、ソフトボール・ミニバレー・グラウンドゴルフ・室内ゲームと移り変わりながら30年以上続いてきた城北大会は、惜しまれつつも今年で終了となりました。今まで参加したことのある方々と、過去の写真を並べ当時を振り返ると、「○○さん1位になったよね」「バスの移動が楽しかった」と思い出話に花が咲きました。城北大会が参加者の記憶にしっかりと残っていることを嬉しく思います。

長年に渡り数多くの方に参加していただきありがとうございました。同時に、各病院で城北大会に携わり開催を続けていただいた方々にも感謝いたします。

年間定例イベントが一つなくなりますが、それぞれが大切なものであることを振り返る機会となりました。これを活かし、レクリエーション委員会は今後もイベントの企画・運営を行っていきたいと思います。

ハラスメントへの取り組み（第3回）

横田会では、より働きやすい職場環境を目指し、本藤先生と一緒に取り組んでいます。

社労士法人トゥルーワークス
代表社員　本藤 小百合

当院ではないのですが、最近相談があった事例をご紹介します。部下が上司から「パワハラを受けています」と言われるので、話を聞いてみると、逆に部下から上司へのパワハラではないかと思われます。そんなことがあるの？と思われるかもしれませんが、反抗的で業務命令を聞かない部下に手を焼く上司は、結構おられるようです。中には上司がメンタル不調で休職する例もあります。上司にはリーダーシップ力が必要ですが、部下には「フォロワーシップ」が必要です！良い職場環境は、一人ひとりの信頼関係から生まれます。そのためには、お互いが相手の立場に立って考える視点が大切ではないでしょうか。言いたいことが言える快適な職場には、ハラスメントは無縁です。

動向を探る

向陽台病院を利用されている患者さんの2018年6月～8月の動向を掲載しています。

集計月	2018年6月	2018年7月	2018年8月
外来延数	2,588	2,729	2,689
新患者	26	32	33
1か月ごとの入院患者数			
入院	30	40	40
退院	34	43	49

編集後記

朝夕のひんやりした空気や、お肌の乾燥に秋の気配を感じるこの頃です。

今年の夏はとにかく暑くて、「いつまで続くんだろう…。永遠に続くんじゃなかろうか」とうんざりしていましたが、いざ、夏が終わりかけるとちょっぴり寂しいような気もします。平成最後の夏だから、余計にそう思うのかもしれません。

さて、当院は今年で55周年。たくさんの季節を重ねてきたのだな、と歴史に思いを巡らせます。

気持ちを新たに、日々を歩んでいきたいと思う所です。

（杉本千佳子）

「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）

診察のごあんない （2018年10月現在）

月	火	水	木	金
田仲	比江島	横田	山脇	田仲
宮崎	田仲	末永	牧	井手
	岩本	岡田	非常勤	

※担当医は予告なく変更になることがございます

祝日は外来をお休みします

- 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
- 外来休診日：祝・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。

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鐙田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、2015年1月に3rdG:ver1.0で再認定されました。

- 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

KOMOREBI Vol.59
企画・発行／医療法人横田会 向陽台病院
〒861-0142 熊本県熊本市北区植木町鐙田1025 tel. 096-272-7211

上のQRコードをQRコード対応携帯で読み込むと向陽台病院携帯サイトにアクセスできます。