

TAKE
FREE

2024年 春号

vol. 81

向陽台病院の健康情報誌「こもれび」

KOMOREBI

Contents

[病気のおはなし]

アンデルセン童話と自閉スペクトラム症

[部署紹介]

作業療法士の仕事図鑑

[プログラム紹介]

依存症治療プログラム

[リレーエッセイ]

副院長兼診療部長 精神保健指定医

田仲 美緒

[向陽台 PICK UP]

栄養管理運営委員会ってどんな委員会？

[連携医療機関]

熊本市こころの健康センター

技術参事(保健師) 岡本 美幸 先生

[院内学級ひかり]

係のお仕事

病気のおはなし

● 今回教えてくれた先生

診療部 医師

伊藤 薫 先生
(精神保健指定医)

アンデルセン童話と 自閉スペクトラム症



私たちの生活の中には、スーパーの商品棚に設置されている看板や駅のアナウンスなど、生活をサポートする仕組みがあります。今回は、『自閉スペクトラム症』の支援について教えていただきました。

みなさんはアンデルセン童話『みにくいアヒルの子』をご存知でしょうか？ 童話のあらすじは以下のようなものです。

アヒルのヒナの中に、一羽だけ他のヒナと羽毛の色が違うヒナがいました。そのヒナは他のヒナにいじめられていましたが、実は、それは白鳥のヒナで、長じて他のどのヒナよりも美しい白鳥に成長したのです。白鳥になったヒナは、作者であるハンス・クリスチャン・アンデルセン自身を映し出したものでした^(※1)。アンデルセンは自閉スペクトラム症の特徴を明確に持っていて、小さい頃は苦勞したものの、大人になり童話作家として名声を博したのです。

自閉スペクトラム症 (Autism Spectrum Disorder ; ASD) は神経発達症、いわゆる発達障がいの一つに位置付けられています。ASDは、他者との関わり方のマイペースさと物事をイメージする仕方の独特さ(こだわりやパターン化など)を小さい頃からたくさん持っているかどうかや、その特徴のために社会生活上の困難が生じているかどうかという観点から、診断がつけられます。もちろん、マイペースさやこだわりは誰もが少しずつ持っている特徴です。有名な人にもASDの特徴を持っている人が多いと言われています。さらに、現

在ではニューロダイバーシティ(神経多様性)という考え方が広がり^(※2)、ASDは必ずしも疾患・障害ではなく個性ではないかとの考え方もあります。では、なぜ診断をつける必要があるのでしょうか。

それは社会という集団の中でASDの人は不適応を起こしやすいことと関係しています。ASDの人は人口の2~3%程度いると言われていますが、思春期の引きこもりの人の中では、ASDや知的発達症などの発達障がいの人が30%くらいいるという統計もあります^(※3)。ASDの人は少数派であり、多数派が作る社会とはソリが合わない人も多いでしょう。引きこもることはその人にとって必要な時もありますが、社会集団への不適応や過剰適応による傷つき体験が背景にあることも多く、それを防ぐ方略が必要になります。その方略の指針になるものの一つが「診断をつける」ということです。診断をつけることによって、本人も、ご家族を含む周囲のサポーターも本人に対する理解が進み、方向性を一緒に考えやすくなります。また、ASDの人がより良く生きるために重要なことのひとつの「環境調整」も行いやすくなります。

環境調整の重要性はアメリカのノースカロライナ州でエリック・ショブラー博士らが創設したTEACCH[®]自閉症プログラムによって広く知られるようになりました。ASDの人が環境や求められていることを理解・整理しやすくなるために、「見てわかるように」「本人に合わせて」環境を整えることが支援の要になります。

1 研修会を行いました

●2023年度 熊本県依存症治療拠点機関研修事業 薬物研修 「誰にでもできる薬物依存症の診かた」

埼玉県立精神医療センター
副病院長 成瀬 暢也 先生

<課題提供>

渡邊知子さん(熊本県精神保健福祉センター)
田邊忠司さん(熊本ダルク)

●第5回 くまもと子どものこころ研修会 「子どもの育ちを支えるための家族支援」

信州大学医学部子どものこころの発達医学教室
教授 本田秀夫 先生

2 動き出します!

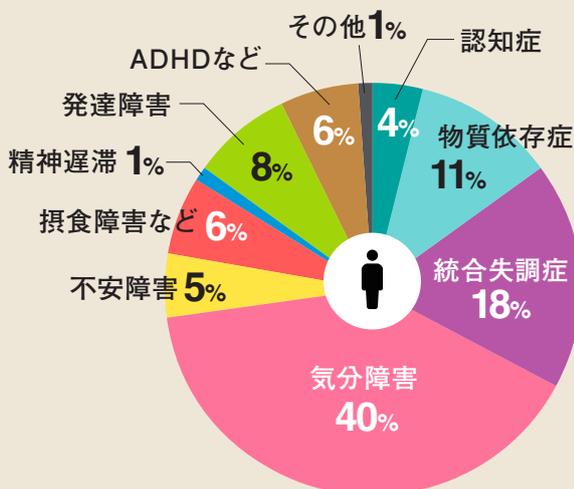
2025年9月に「日本アルコール
関連問題学会熊本大会」が予定
されています。院内の準備委員
会がスタートしました!



3 救急病棟の疾患別割合

(2023年3月~5月)

気分障害の方が減り、認知症、統合失調症、不安障害の方が
増えています。



そしてもう一つ重要なことは、サポートにつながり続け、必要な時にサポートを使いこなす力をつけることです。せっかく早くから専門家の支援につながっても、支援が合わないと感じて専門家から離れてしまうことがあります。人は成長していきます。成長に伴い、必要なことや支援の形は変わります。専門家と上手につながり続けることで、その時に自分に必要な課題を見つけ、それをクリアしていくことにより、社会の中でその人らしい生き方の選択肢を増やしていくことができるでしょう。

アンデルセンは彼の作品をこよなく愛する人々に支援されていました。彼は自伝の中で支援者に感謝の言葉をたくさん述べています^(※4)。社会の中でその人らしさが花開くためには、個性が強い人ほどその人にあったサポートが必要です。同時に、白鳥に成長したアンデルセンのようにその人が持つ本来の姿に成長するためにも、サポートする専門家も本人に必要な支援を提供できるようにと自戒を込めて考えるところです。

※1:『作家たちの秘密』ジュリー・ブラウン著、府川由美恵訳、東京書籍

※2:ニューロダイバーシティの推進について
経済産業省ホームページ
<https://www.meti.go.jp/policy/economy/jinzai/diversity/neurodiversity/neurodiversity.html>

※3:平成19~平成21年度「思春期の引きこもりをもたらし精神科疾患の実態把握と精神医学的治療薬・援助システムの構築に関する研究」厚生労働科学研究費補助金 ところの健康科学研究事業 主任研究者 齊藤万比古

※4:アンデルセン自伝『わが生涯の物語』大畑末吉訳 岩波文庫

作業療法士の仕事図鑑

●リハビリテーション部 作業療法科

主任 岩永 知寛

「精神科の作業療法士ってどんな仕事をしているの?」とよく聞かれます。作業療法士の認知度が少しずつ上がってきているものの、精神科作業療法士はまだ馴染みのない職業ではないでしょうか。「OTさん」と呼ばれている私たちのことを知っていただけたら嬉しいです。



仕事内容

医療職の中でもリハビリの職種に分類されます。メインの仕事は、病棟やデイケアで行う治療プログラム(以降、活動)です。月曜日から土曜日まで多彩な活動があることが当院の作業療法の魅力です。

ざっくりと種目を並べると、手作業・運動・ミーティング・脳トレ・目的別とさまざまです。物づくりや読書で気分転換を促し、軽スポーツにはストレス発散の要素が含まれます。時にはミーティングで自分のことを話したり、心理教育・ストレスマネジメントでは症状管理や心の整え方を学んだり活動によって違った狙いがあります。また生活に必要な注意力や集中力を鍛える認知リハビリテーションも取り入れており、生活の中での「できる」を増やしていきます。

加えて、退院支援にも力をいれており、一人暮らしまたはグループホーム入居を目指す患者さんと料理や金銭管理の練習をしたり、退院前に実際の生活の場に出向き支援することもあります。生活の中でもう一つ大切な要素があります。それは「働くこと」です。会社のことからと

一人で考える必要はなく、無理なく働き続けるためのリワークプログラムを受けることができます。

多彩な活動の中身がわかっていただけましたでしょうか。入院中から退院後の生活まで、幅広いところで顔を出す仕事です。(患者さんと関わっています)

患者さんの主体性を引き出しながら、自分らしい生活ができるようにリハビリのサポートをすることが私たち作業療法士の役割です。

どんなチームメンバー?

個性豊かで楽しいことが大好きなメンバーです。一人が「空中ウォークって知ってる? マスターしたいんだよね」と話し出すと「子どもたちとやったら楽しいかも」と他が重ねます。「中庭ってもったいないよね」との言葉に「患者さんと中庭作りしようかな」と提案したりと、雑談も気づけばアイデア合戦になっています。メンバー間でのやり取りが、活動をより良いものにしていく源だと思っています。

どんなメンバーがどんなことをやって

外来作業療法

- 運動プログラム(月曜 午前)
体を動かすと気分も変わります。月に1回限定でジムトレーナーを招いており、本格的な筋力トレーニングを受けることができます。
- 依存症プログラム(火・金曜 午前)
当事者同士で素直な気持ちを語り合うことで依存症からの回復を目指します。
- 思春期運動プログラム(金曜 午後)
思春期病棟に入院している患者さんと合同で運動を行います。

いるか、イメージしてもらえたらありがたいです。お会いするときには「OTさん」と気軽に声をかけてください。

最後に、外来通院での作業療法のお知らせをさせていただきます。曜日毎で内容に特化した作業療法を受けることができます。興味がある方は、診察時にお伝え

依存症治療プログラム

●リハビリテーション部 作業療法科 船津 多万恵

「やめたくてもやめられない…」依存症という病気を知っていますか？

依存症とは心身の健康や生活を脅かしているにも関わらず、特定の物質や行動をやめたくてもやめられない状態を指します。アルコール、ギャンブル、薬物、ゲームなど依存対象は多岐にわたります。やめられないのは性格や意志の問題ではなく「依存症」という病気によるものです。そして、回復する事が可能な病気です。

向陽台病院は依存症を対象とした治療プログラムを実施しています。このプログラムでは、同じ課題を抱えたメンバーと一緒に、依存症について理解を深めること、自身の心身状態について気づくこと、依存対象を使用しない対処法を身につけること等を目的に取り組んでいます。また、依存症は些細なきっかけで再使用してしまうことがあります。これは病気の特徴であり本人の意思の弱さによるものではありません。たとえ再使用してしまっても、諦めず治療を続ける事(プログラムに参加し続ける事)がとても重要です。

【参加しているメンバーにプログラムについて聞いてみました】

Aさん(参加歴:10年以上) 再飲酒した時に正直に話す事ができました。自分



2023年末、比江島院長はじめ依存症治療スタッフと熊本DARCの忘年会に参加しました！支援者同士の繋がりも大事にしていきたいです。

が経験した事を新しい人に話して、それが自分のためになっています。

Bさん(参加歴:5か月) 家だと弱音を言えないけど、依存症プログラムだと言います。実際に言えなくても同じ気持ちの人の話を聞くと一緒だなと思って安心します。

依存症は孤立することで病状が悪化するとされています。プログラムに参加し、共に回復していく仲間や地域の支援者との繋がりや、回復への大きな手助けとなるはずです。参加し始めの頃は、過去の行動や周囲への影響を振り返ることが苦しいかもしれません。私たちスタッフは、参加者が安心して気持ちを打ち明け、回復の喜びを共有できる環境を提供したいと考えています。



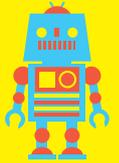
DARCの忘年会ではもちろんお酒はなしです。美味しいお鍋を食べながら楽しい時間を過ごしました。

向陽台病院の依存症治療プログラム

依存症ミーティング【火曜】 10:00~11:00
月1回熊本DARCのスタッフが参加

依存症勉強会【金曜】 10:00~11:00
SMARPP24のテキストを使用

院内断酒会【第3土曜】 10:00~11:30
年2回ほど酒害相談員が参加



地域在宅支援事業(後編)

前回、ハルくんは「地域活動支援センター『なでしこ』」、「障害者支援事業『なでしこ』」、「訪問看護ステーション『ステップ』」の見学に行きました。今回も引き続き、地域在宅支援事業の見学に来ていますよ。

ハル 今日は何を見れるのかな？病院の外にこんなにいろんなサポートがあるなんて、おどろきだな。

共同生活支援事業(グループホーム)

ハル きれいな建物！アパートみたいで住みやすそう。

所長さん ようこそグループホームへ。アパートタイプの「陽だまり」「コーモド」「セ・ピアーチェ」、1軒家タイプの「ひまわり」「かしの木」があるんですよ。食事の準備や洗濯、掃除、お金の管理などの身の回りの練習をしながら、一人暮らしの練習をしている若者も多いのよ。

ハル へえ～。いきなり1人暮らしはちょっと不安だけど、相談できる人(世話人さん)がいると心強いね。



就労継続支援B型事業「ワークスみらい」

ひなたさん こんにちは。今日も印刷作業、忙しそうですね。

ジョブコーチ ここでは印刷と環境美化の仕事を請け負って、仕事の練習を行っているんですよ。スタッフさんたちの名刺や研修会の資料づくり、リサイクル活動などいろんな仕事をしてるんです。

ひなたさん 以前入院されていた方が、元気に働いている姿をお見かけするとなんだか嬉しい気持ちになるわ。



ハル 住まいや就労、居場所など、たくさんの事業があるんだね～。地域での生活が安心して送れるように細やかな支援が行われているんだね。

難しい質問

●副院長 兼 診療部長
精神保健指定医 田仲 美緒



副院長という重職を拝命し、早3年。有り難いことに、「お忙しいでしょう」と労っていただく機会があります。「私の業務を支えてくださるコメディカルスタッフの皆さんに比べたら…急に休んでも快くフォローしてくださる医局の先生方に比べたら…」と、さまざまな思いが頭をよぎって、結果「いやー……ふへ」と意味不明な反応になってしまい、困惑されていると思いますが、私は褒められて伸びるタイプですので、今後も温かいお声がけをよろしくお願い致します。実は、このように答えに詰まってしまう質問がいくつかあります。

「どうやって育児と仕事の両立をしていますか？」→ 最近は、「両立できてないし、両立できるとも思っていません」と答えています。先日、たまたま自分の結婚式のDVDを小学生の息子と一緒に観る機会があったのですが、自分の挨拶のシーンで「私の目標は、家庭と仕事を両立し、忙しい夫を支え、家庭を守っていくことです」と話しているのを見て、思わず笑ってしまいました。無理無理、そんなこと一人で出来るわけがない。むしろ支えてもらわないと私が倒れます。いろんな人の助けがあって、何とか仕事をしながら、子どもたちの衣食住を確保するので精一杯。そんなことを奥さんに期待しちゃ

だめよ、と息子に言おうとしたら、彼はとっくに興味を失い漫画を読んでいた。

「どうやって息抜きをしていますか？」→ 人には息抜きを勧める立場ですが、いざ自分のことになると難しい。子どもが生まれる前は、自分のために使える時間がありましたが、今は、帰宅後は全ての時間を家事や子どもたちと過ごす時間に当てざるを得ません。無理に一人の時間を作った方が良い場合もあると思いますが、私の場合は、家族と好きなことを共有して楽しむことが良いと感じました。幸い、子どもたちと漫画やアニメの嗜好が同じなので、昔好きだった漫画やアニメを見せると、「何これ面白い！」と夢中になって一緒に観てくれます。まさか子どもたちと一緒に『らんま1/2』を読み返す日が来るとは思っていませんでした。これはこれで楽しいのですが、息抜きになっているのかは正直微妙なので、やはり答えづらい質問です。

ライフステージの変化で、これからも息抜きの方法は変わっていくのだろうと思っています。

向陽台 PICK UP

栄養管理運営委員会ってどんな委員会？

●診療部 栄養科 主任 村井 愛

もし80歳まで生きるとしたら、食べる機会はどのくらいあると思いますか。

授乳期をのぞき1日3回食事を食べると、その回数は80年で8万7600回。食事に1日1時間半かけていたら、約5年分の時間を使っていることとなります。単純な計算なので、“わたしは食事にそんなに時間をかけていない”という人もいるかもしれませんが、一生の中で食べられる食事の回数も時間も決まっているものだから、入院中の患者さんにも身体や心にやさしい食事を食べてほしいという気持ちで栄養管理運営委員会を開催しています。

委員会のメンバーは、院長、事務長、看護部長、各病棟師長、デイケア、栄養科、給食委託会社で構成。委員の半数以上が役職者の委員のため、参加がむずかしい委員がでしてしまう問題が



ありましたが、コロナ禍以降は感染対策を含めて回覧形式で開催しています。

回覧の委員会なんて大丈夫？と思われるかもしれませんが、対面でしていた時よりも行事食の感想が集まりやすくなったんですよ。だって悪い意見って直接言いにくいけど、回覧ならつぶやきやすい。そんな回覧のメリットを活かして良い意見から手厳しい意見まで、さまざまなお意見を次の行事食に活かしています。

国の定める栄養管理の中、10～90代までさまざまな年齢層を満足させる食事とその他の事情(世界情勢、異常気象、鳥インフルエンザなどを要因におこる物価高や食材の品薄)を両立するのは大変ですが、1つでも多くの「美味しい」の一言が貰えるようにこれからも頑張っていきたいと思っています。



連携機関

このコーナーでは、向陽台病院の連携医療機関の先生や関連施設の方にご登場いただきます。

第19回



熊本市こころの健康センター

技術参事(保健師) 岡本 美幸 先生

皆さん、こんにちは。熊本市こころの健康センターの岡本と申します。今回はありがたいことに、このコーナーに執筆依頼をいただきましたので、当センターのこと、私が担当している「依存症対策」のことをご紹介しますと思います。

当センターは、熊本市の精神保健福祉センターとして、熊本市が政令指定都市となった2012年(平成24年)に設置されました。さまざまなメンタルヘルスの不調に関する相談をお受けしているほか、対応に困られている支援者の方の相談をお受けしたり、支援者研修会や市民向け講演会などを実施しています。

そして、依存症対策としては、専門医への相談日を設けているほか、2023年(令和5年)度からは依存症治療拠点機関である向陽台病院を始め、他の医療機関からも相談員を派遣していただき、依存症専門相談を拡充しています。その他にも、ご家族向けの依存症家族教室や、当事者向けの行動変容グループプログラムを、熊本ダルクのスタッフの方々の協力を得ながら実施しています。家族教室には、向陽台病院からもスタッフを派遣していただき、私にも参加される方々にとっても心強く、大変助かっています。

私自身のこととしては、3人の子育て奮闘中でして、子育てや夫との関係、自分の感情に振り回されることもしばしばありますが、家族教室やグループプログラムでお会いする皆様の体験談に勇気もらい、癒され、なんとか「今日一日」を乗り越えています。

向陽台病院の比江島院長を始め、先生方やスタッフの皆様方には当センターの事業にご協力いただき、大変ありがたく思っています。今後も連携させていただき、一人でも多くの方が健やかに毎日を過ごせるようお手伝いさせていただけたらと思います。



院内学級
ひかり

係のお仕事



『委任状、〇〇さん、朝のつどいリーダーに任命します。』とコミュニティミーティングで重々しい言葉が聞こえてきます。委任状を受け取る子どもの顔もなんだか誇らしげ…。その委任状とは何でしょう?実は子どもたちに自信を持ってもらおうと、3つの係のリーダーをお願いしているのです。

【朝の集いリーダー】

朝9時からデイルームに全員集合し、「朝の集いを始めます」の一言で開始。1日のスケジュールの確認、見たいテレビの予約確認。予約が争奪戦の時は振り分けるなど采配します。また夜間の自分たちのテンションを1~10の数字で確認し、それに対してスタッフのコメントを伝え、テンションの振り返りを行うなど進行の役割を担ってくれます。

【ブックマスター】

寄付で募った本がたくさん並んでいる図書コーナー。その本棚を確認し、「先生嫌だー、またぐちゃぐちゃになってる」といながらも整理整頓を頑張ってくれます。また、本を期限内に返却出来ない子への声かけなども担ってくれます。

【おそうじ隊長】

お風呂掃除当番の人に掃除の方法を教えたり、仕上げのチェックをし、洗い残しがあれば「そこ洗ってね」など声かけをしてくれます。

みなさん、いつもありがとうございます。頼りにしています。

(看護主任 渡辺 利恵)

中から見る風景



行ってきまーす!
院内学級「ひかり」登校風景
春ですね。。

動向を探る

向陽台病院を利用されている患者さんの2023年12月から2024年2月の動向を掲載しています。

集計月	2023年 12月	2024年 1月	2024年 2月
外来延数	2,450	2,359	2,415
新患者	53	32	54
1か月ごとの入院患者数			
入院	45	43	41
退院	54	41	43

編集後記

春がやってきました。この時期は、ソワソワ、ワクワクな気持ちが入り混じり、落ち着かない季節です。そんなときには大好きなコーヒーを入れ、香りも楽しみながら、一息ついて落ち着こうと思います。新年度のスタート、今年もたくさん楽しみを見つけていきたいですね。

(森永妃加留)

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。(広報委員会)

診察のご案内 (2024年4月現在)

月	火	水	木	金
比江島 (13:30~17:00)	比江島 (9:30~15:00)	橋高	兼氏	田仲
伊藤	田仲	横田(晃) [隔週]	牧/宮崎 [隔週]	河崎
新堀 [隔週]	森並		長田	武藤

※担当医は予告なく変更になる場合がございます

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。☎ 096-272-0908 (初診予約専用ダイヤル)

※地域連携室直通 (096-272-5250) は業務用となります。

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。

患者さんの権利

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15分 北熊本スマート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、2020年1月に3rdG:ver2.0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
- 子どものこころ専門医研修施設
- 熊本県依存症専門医療機関
- 熊本県依存症治療拠点機関



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サイトにアクセスできます。