

TAKE
FREE

2023年 新春号

vol. 76

向陽台病院の健康情報誌「こもれび」

KOMOREBI



Contents

[年頭所感]

院長 比江島 誠人

[部署紹介]

いきいき元気！北3病棟

[プログラム紹介]

無理なく働き続けるために
—リワークプログラム【入院編】—

[リレーエッセイ]

医療コーディネート部臨床心理科
副主任 渡邊 美帆

[向陽台 PICK UP]

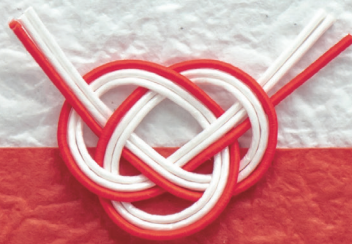
「広報作業部会」の裏側に潜入！

[連携医療機関]

医療法人 聖粒会 慈恵病院
看護部長 竹部智子さん

[院内学級ひかり]

レッツ！マネ育！



2023年

年頭所感



院長
比江島 誠人

あけましておめでとうございます。

昨年もまた新型コロナと闘った一年でした。何回も院内や家庭で感染者が発生し、スタッフが交代で休みながらもクラスターが発生することなく診療を止めずに乗り越えることができました。スタッフの慎重な感染対策のおかげだと感謝しております。

そんな中でも向陽台病院の進化は止まりませんでした。治療抵抗性うつ病の治療の選択肢を増やすため2022年8月にrTMS(反復経頭蓋磁気刺激療法)を開始しました。一昨年に開始したリワークプログラムとの相乗効果でうつ病の患者さんの人生がよりゆたかになることを願っています。そして2022年11月、熊本県により依存症専門医療機関として選定されました。依存症はアルコール、ギャンブル、薬物と分けられています。対象の違いで身体面のダメージや後遺症としての精神症状の違いがありますが、依存症の根っこは同じです。依存対象は複数にまたがるが多く、治療対象を限定することにはメリットよりもデメリットが大きいと考えられます。疾患を診るのではなく、依存症者を回復に向かう人間として診たいとの思いから当院では3疾患について同時に申請しました。慣れない依存症治療を開始するにあたっては、私自身は一昨年・昨年と夏休みをさいがた医療センターで過ごしました。そして2022年10月には橘高先生をチームリーダーに医師、看護師、臨床心理士/公認心理師、精神保健福祉士、作業療法士の5名でチームを結成し1週間のSai-DAT研修を受けてもらいました。向陽台病院の依存症治療部門のネーミングを募集したいと思います。私案ですが、Kuma-DAT(熊本県の向陽台病院アディクション診療部門、Kumamoto Kouyoudai Hospital-Division of Addiction Treatment)はどうでしょう？ Kou-DATもよいですね。公募し会議に諮り、投票してはどうかと思います。

最後に今年の抱負です。日本は高齢化社会と言われて久しいです。向陽台病院ではPSWを中心に、身よりのない患者さんにベストの治療が受けられるよう2020年11月にACP(Advanced Care Planning)を整備しました。近い将来このACPを活かし、高齢者の生活の質を高めていくような治療に取り組むべく、認知症の多職種チームを結成する予定です。チームで国立長寿医療研究センターの研修を受け熊本で地域に根ざした認知症高齢者の医療的CAREを担っていきたいと願っています。地域回想法に取り組む良い機会にもなると確信しております。



年頭所感の 比江島先生イラストについて

今回は、デイケアヤンググループのメンバーさんに比江島先生のイラストを描いてもらいました。快く引き受けていただき、ありがとうございました。制作時の様子をインタビューしました。

とてもリアルに描かれていますね。工夫したところを教えてください。そのまま再現することを目標に描きました。パーツごとにサイズを測って、写真の3倍になるようにしました。

色鉛筆だけではないように見えますが、何を使って描いたんですか？色鉛筆と筆ペンです。例えば、肌の色が濃いところに筆ペンを使っています。

リアルさを追求した手の込んだ作品ですが、どれくらい時間がかかりましたか？3時間です。集中して1回で完成させました。

感想を教えてください。

デフォルメした似顔絵を頼まれることはあるのですが、こんな風に描くことはあまりないので楽しかったです。また機会があれば描きたいです。

2022年のあゆみ

3月4日	救急病棟勉強会（会場：菊陽病院）
3月18～19日	九州アルコール関連問題学会 宮崎大会（オンライン）
4月1日	子どものこころ専門医 研修基幹施設開始
6月23日	救急病院（弓削病院・菊陽病院・益城病院・向陽台病院）の医事課の連絡会がスタート
8月	rTMS（反復経頭蓋磁気刺激療法）開始
8月22日	特定非営利活動法人 OnPal オンラインコンサート
9月25日	アディクションフォーラム（会場：火の君文化ホール）
9月30日	医療安全の日 馬場啓弁護士の講演
10月24～28日	さいがた医療センター Sai-DAT 出張研修
11月	依存症専門医療機関に選定
11月5日	お金の話（キャサリン&ナンシーの金融教育）

2023年の予定

4月	依存症治療拠点機関スタート
9月15日	向陽台病院 60周年

Topics & Data

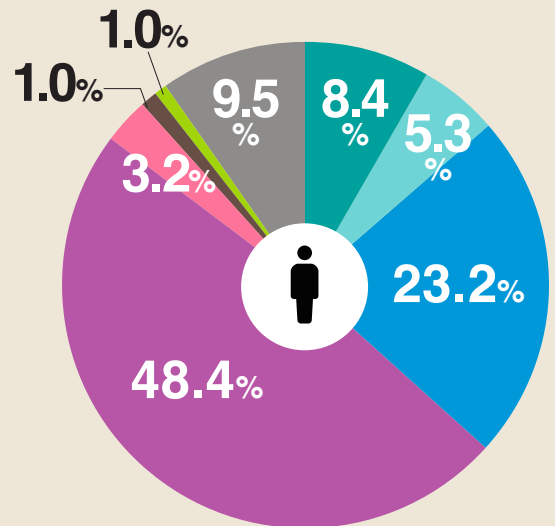
1 さいがた医療センターへ 行ってきました！



2022年10月24日～28日、さいがた医療センター（新潟県）の依存症チーム、Sai-DATの見学研修に参加しました。多職種で編成されたチームSai-DATを中心に、患者さんもスタッフも楽しくのびのびと治療に取り組む姿を学ぶことができました。南国育ちにはすでに寒さが厳しく感じましたが、あたたかく優しい新潟マインドに包まれて眺める日本海はとても綺麗でした。

2 救急病棟の疾患別割合 (2022年9月～11月)

人格および行動の障害、ADHDなどの方が減り、認知症と発達障害の方の入院が増えています。



■認知症 ■アルコール・物質依存症
■統合失調症 ■気分障害 ■不安障害
■摂食障害など ■知的障害 ■発達障害

※件数が0の病名は省いています

いきいき元気！北3病棟

●北3病棟

看護師長 東 妙



正面玄関からは見えませんが、病院の北西部分の3階に北3病棟があります。午前午後ともに日差しが入る、とても明るい病棟です。

病棟の特徴

精神一般病棟でベッド数は59床。すべて多床室(4~6名)となっています。廊下が広く、車椅子やベッド移動もしやすい造りになっています。北側には、大きなバルコニーがあり、職員同伴で日光浴をしたり、外の風を感じたりすることができます。

年齢層は、10代から90代までと幅広いのですが、一番多い年齢層は、60、70代で、平均年齢は、70.5歳です。精神疾患、認知症、身体疾患などさまざまな疾患をお持ちの患者さんが治療されています。一人で歩ける方が約4割、歩行器、シルバーカー使用2割、それ以外は車椅子(リクライニング車椅子)利用なので、日常生活援助が必要な方が多い病棟です。

1日の流れ

起床後、介助の方をベッドから車椅子に移乗し、デイルームに移って、ホットタオルで顔を拭いたり朝食に向けた準備をします。

入浴は週2回、午前・午後に分けて入っていただきます。見守りがあれば自力で入浴できる方もいらっしゃいますが、寝たきりの方は横になったまま入れるハーバード特殊浴で介助します。

高齢者の方は、食事の全体量が減ったり、嚥下不良などで水分が不足がちになりやすいため、午前、午後と水分補給(とろみ茶、水分ゼリー)をします。水分や食事の前は、嚥下訓練のパタカラ体操(口、舌を鍛えることで、食べる、飲み込む機能の向上を目的とした誤嚥を防ぐための代表的な訓練方法のひとつ。一緒に「パ・タ・カ・ラ」と声に出す)を行ってから摂取します。デイルームでの活動中やテレビ観賞中には、見守りスタッフを配置し転倒防止に努めています。

1日の流れ

6:40	起床
8:00	朝食
9:00	検温
9:40	朝のつどい
10:00	作業療法
12:00	昼食
14:00	オムツ交換
18:00	夕食
21:30	消灯



種まき



デイケアとリモート

季節のイベント

コロナ禍で外出や外泊、散歩などの制限がある中で、他部署、多職種と協力しながら季節のイベントを開催してきました(朝顔の種まき・Zoom・敬老会・新年会など)。

去年は、病棟とデイケアメンバーをZoomでつなぎ交流会を行いました。画面上で久しぶりのメンバーの顔を見ながら話し、「元気そうでよかった」と笑顔が見られました。そのあと、画面越しにお互いを見ながら朝顔の種まきをし、バルコニーで水やりをしたり季節を感じながら友人と交流できたと、とても好評でした。

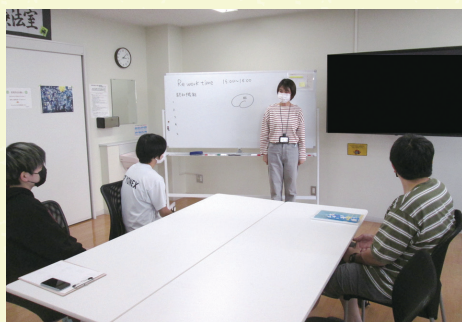
敬老会ではデイケアのヤングメンバーからライブイベントのプレゼントがあったり、いつもの活動以上に患者さんの笑顔が増えた嬉しい会となりました。新年会は作業療法士が主に企画し、病棟医、病棟担当のワーカーも皆一緒に正月に関する簡単なゲームをしたり、最後に参加賞を配り、喜んでいただく予定です。

これからも一人ひとりの健康状態、身体機能、能力に合ったケアを提供し、安心して、安全に過ごせるようスタッフ一同努めて参ります。



無理なく働き続けるために —リワークプログラム 入院編—

リワーク担当 ●作業療法士 佐藤 ころろ
●臨床心理士 / 公認心理師 井上 奈里



リワーク (Rework) とは、Return to workの略です。リワークプログラムでは、復職することがゴールではなく、再休職せずに働き続けることを目標とした治療が行われます。

当院のリワークプログラムは、昨年度の4月から発足しました。これまでに、公務員、事務員、システムエンジニア、清掃業、営業職などさまざまな職種の方の復職を支援してきました。復職後、再休職せずに仕事定着している方もいます。再び働きたいという意思のある方が対象となります。生活リズムを整えること、休職に繋がった自分の課題の気づき、セルフコントロールや対人スキルなど仕事に必要なスキルの獲得を目的としています。心理教育、ストレスマネジメント、運動、個人作業、認知リハビリテーションなどさまざまなプログラムがあります。その中でも、リワークに特化したプログラムを2つ紹介します。

1. Rework Time

テーマに沿ったプレゼンテーションや、集団で1つの作品を完成させる創

作活動など、仕事に必要なコミュニケーション能力をつけたり、認知機能を高めるような工夫をしています。

2. Rework Meeting

週に1度、リワーク対象者と担当スタッフが集まりミーティングをしています。専門スタッフから、睡眠、社会資源、食生活、認知行動療法、生活リズム、余暇にテーマを分けて、講座を実施しています。(担当スタッフ:看護師、精神保健福祉士、管理栄養士、臨床心理士/公認心理師、作業療法士)

参加希望の方は、まずは主治医へご相談ください。他院通院中の方は主治医にご相談の上、当院地域連携までお電話ください。

無理なく、自分らしく働き続けるお手伝いをいたします。詳しくは当院ホームページもぜひご覧ください。



向陽台病院リワークプログラム

利用者の声

- 自分の考えに自信が持てるようになった
- スタッフさんが多く、手厚くやってもらっている
- 仕事についてのスタッフの意見を聞き、他の人もそうなんだなあって思えた
- いろいろと考えたり、話を聞いてもらえたのがよかった

スタッフみならいのロボット『ハル』くん、なんか困っているみたいです。

ハル 病院にはずいぶん慣れてきたんだけど、病院にはいろんな職種の人がいて、こんがらがっちゃうんだ。みんな私服だしね。

ひなたさん 本当にいろんな職種の人がいるわよね。私も最初の頃はなかなか覚えられなかったわ。一緒に確認しましょう。

医師:これはもうおわかりね。治療チームのリーダーとして、治療方針やお薬の決定をするわ。入院中の患者さんは週に1回程、主治医の診察があるのよ。

看護師:病院の中で一番の大所帯よ。患者さんの一番身近な存在かもしれないわね。24時間365日、いろんなケアをしながら、患者さんが治療に取り組みやすいようにサポートしているわ。

薬剤師:お薬のスペシャリスト。特に難治性統合失調症への薬物療法(クロザピン治療)では細やかな薬剤管理で活躍しているのよ。

精神保健福祉士:入院中や退院後の生活についての相談ののってくれるのよ。患者さんの意見を尊重しながら使える社会資源の提案などをしてくれるわ。

作業療法士:プログラムの運営を行っているのよ。毎日の活動は楽しみやリフレッシュになるし、病気のことを学んだりストレスとの付き合い方を練習するプログラムも人気よ。

管理栄養士:食事は心と身体の安定にかかせないのよ。バランスのよい献立を考えてくれるの。栄養指導で個別に患者さんと関わることもあるわ。

臨床心理士/公認心理師:検査や面接を通してその人らしさを客観的に表したり、カウンセリングで困っている事を一緒に考えたりしてくれるんだって。心理の部屋にはおもちゃや本がたくさんあるらしいわよ。

事務(受付や庶務):治療が気持ちよく進むように設備の管理をしたり、受付でにこやかに皆さんを迎えたり、と幅広く活躍しているのよ。縁の下の力持的存在ね。

ハル いや～、こんなにいるなんてビックリ! いろんな職種の人と仲良くなりたいなあ。

ひなたさん ぜひぜひ! いろんなプロフェッショナルの人と話すとおもしろいわよ。



千里の道も一歩から

●医療コーディネート部臨床心理科
副主任 渡邊 美帆

42.195といえど？ そう、フルマラソンの距離ですね。マラソンの戦いに勝利した古代ギリシャ軍の伝令が命を賭して走ったなど、由来は諸説あるようです。近年は主命を帯びた訳でもない一般人が、それなりの参加費を払って、その距離をひた走る大会が開催されています。「お金払って？ どうかしてるわ！」って思います？ 私も、そう思っていました。

○年前、がんこな肩こりと膨張する脂肪細胞に悩まされていた私は、さすがにやばい、運動しよう！ と決心いたしました。しかし、勢いのまま近所の川沿いを走ってみたものの、僅か200mでギブアップ…。体は重いわ、息苦しいわ、これ本当に私の体？ と、絶望に打ちひしがれることしばし。ただ、そこは一応心理士らしく(?)マラソン入門書を買って研究、ウォーキングから始め、徐々に走る距離を伸ばすスモールステップを忠実に実行。「千里の道も一歩から…」と心の中で呟きつつ、1km、2km…と走れる距離が伸び、子どもの頃のような「はじめてできた！」感覚にすっかりやみつきに。ランニングの習慣化で、肩こりは和らぎ、脂肪細胞は縮小し、体力アップで仕事は捗り(多分)とさまざまな変化がありました。また、季節の変化を肌で感じ

られるのもランニングの魅力。この原稿を書いている秋なら金木犀のノスタルジックな香り、冬は指先のしびれる凍てつき、春は桜のほころび、夏は路上でミミズも干上がる日射し…といった風情です。

熊本城マラソンでフルマラソンにも挑戦、完走後には全身筋肉痛という未知の感覚を体験しました。けれど、やりきった自分に自己愛が満たされ、その後も色々な大会で走るのを楽しむようになりました。もちろんしんどいのですが、沿道の縁もゆかりもない人たちの、数限りない「がんばれ〜」がいつも背中を押してくれます。トップアスリートがよく口にする、「応援が力に」ということば、本当です。まあ、一番の楽しみは大会後のご当地グルメなのですが。

ただ、コロナ禍でマラソン大会も中止が相次ぎ、目標がないと頑張れない私はすっかりおサボリランナーと化しています。そうすると肩はこるし、脂肪細胞は膨張しがち(もしかして加齢?)。千里の道をもう一度走り出すため、目下の悩みはバッテリーが保たなくなったランニングウォッチの買換えです。長年の相棒であるGarminの新機種にするか、ミーハーにApple Watchか…。長い道のりの伴走者を吟味中です。

向陽台 PICK UP

「広報作業部会」の裏側に潜入!

2023年は病院内の「委員会活動」の裏側にスポットを当てていきます。
トップバッターは『広報作業部会』。さて、どんな活動をしているのでしょうか。



毎月第2火曜日の午後4時半、各部署の(自称?)精鋭たちが会議室に集まってきます。広報誌『KOMOREBI(こもれび)』の企画を携えて…。

最大の任務は年に4回(新春・春・夏・秋)発行さ

れる『KOMOREBI』の発行。各コーナーの内容を考え、それを快く書いてくれそうなスタッフを探し出してお願いするのが任務です。モットーは「“おもしろい”を追求すること」と「期限内に原稿をゲットすること」。ありがたいことに、心優しい執筆者のみなさんは個性あふれる素敵な記事をぴったり期限内に仕上げてくれます(もちろん委員の熱心な労いや励ましのおかげでもあるのですが)。

年末には院内の投票で「こもれび大賞」を決め、豪華景品(当たっ

たら○億円の宝くじ!)を贈呈するなど、執筆したくなるような広報誌作りにも取り組んでいます。これからも真剣に、遊び心満載の広報誌作りをしていきますので、皆さまお楽しみに~!

(広報作業部会 杉本千佳子)



QRコードを読み込んでいただき、下の方にスクロールするとバックナンバーを見ることができます。



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。

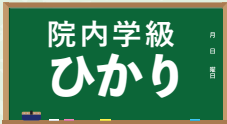
第16回



医療法人 聖粒会 慈恵病院

看護部長 竹部 智子さん

私たちの病院は、1897(明治30)年、マリアの宣教者フランシスコ修道会により、ハンセン病の施療院として開設されました。それから125年の月日が流れる今もカトリックの精神を基盤に患者様に寄り添う病院を目指し精進しております。産婦人科・小児科・内科・麻酔科の診療科があり、特に産科では熊本県周産期地域中核病院として年間約1700人の新しい命が誕生する病院です。さて、COVID-19による世界的な感染拡大は、突如として私たちの日常に危機をもたらしました。妊産褥婦の皆様にとっては大きな変化となりました。立ち合い分娩の中止、面会の制限等、感染症の蔓延は、人と人の距離を必然としています。また、家族形態の変化、少子化に起因する母親の孤独感や不安、負担の増大、ハイリスク妊産婦の増加、出生率の低下等、妊産婦や母子を取り巻く状況には、課題が山積みです。以前と比べて、ケアが必要な妊産婦や母子が増加しているようにも思います。その中でマタニティーブルーや産後鬱病を有する方も増加していると感じています。私たちもできるだけ、患者様に寄り、ケアを提供しますが、深刻なケースも多く、どうしても専門家の皆様との連携が欠かせません。そのような折、貴院副院長でいらっしゃる田仲美緒先生、森並先生、連携室の皆様とご縁が生まれ、連携体制が整いました。患者様、私たちにも明るい光が差し込みました。今では、「向陽台病院の皆様がいてくださる」という安心の中で患者様のケアにあたる事ができています。産後うつのお母様が改善するまでには、時間を要し、貴院の皆様には大変ご苦勞をおかけしていると思っております。しかし、連携した皆様が笑顔を取り戻し、元気な姿で当院に尋ねてきてくださっています。どうかこれからも、未来あるお母さん・赤ちゃんのためにお力をお貸しいただけると幸いです。皆様との出会いで、今まで以上に妊産婦さんへの丁寧なケアを私たちも決意を新たにしています。どうぞこれからも末永くよろしくお願い申し上げます。



レッツ! マネ育!



当院では毎月第1土曜にゲーム依存・ネット依存家族教室を開催しています。

11月はひと味かえて、南3病棟入院中の子どもたち、ご家族、関係機関を対象に、特別講師【キャサリン&ナンシー】による【レッツ!マネ育!～みんなで学ぶお金の価値の話～】をZoom開催しました。子どもたちやスタッフは各々好きな仮面をつけるなど仮装して個人情報保護もばっちり。恥ずかしがるかと思いきや、案外ノリノリで楽しむ姿がありました。

講座では、物々交換から始まり進化したお金の歴史があること、お金はほしいものを交換する便利な道具であり、人類の大発明であることを学びました。

給与32万円をやりくりしてみよう!

(両親・子どもの3人世帯)

1ヶ月の生活にどれくらいのお金が必要か確認しました。税・社会保険料が6万円、

食費が7万円、家賃が8万円、水光熱費が1万5千円、携帯電話代が1万円、自動車代が2万円、教育費が1万5千円などなど。お札のイラストに斜線を引くたびに、なんとも切ない気持ちに…。「美容代は?」「スイーツ代は?」との思いは感じつつ、残ったお金で上手くやりくりしていく必要性を感じました。

300円でアイスを買うか? 課金をするか?

「300円ならちょっと高級なアイスを買う!」「課金するなら300円じゃ物足りない」など、さまざまな意見が飛び交っていました。たとえ300円でも、つかい道や価値観は人それぞれです。

お金は空からふってくるわけではなく、木になっているわけでもなく、働いてもらうもの。お金は「ありがとうの印」であることを忘れず、大切につかっていきたいものです。
(精神保健福祉士 長尾香奈)

New 発見!SDGs



向陽台病院は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています



南棟 LED化 ほぼ100%
明るさ 長持ち
LED好きと つながりたい

動向を探る

向陽台病院を利用されている患者さんの2022年9月から11月の動向を掲載しています。

集計月	2022年 9月	2022年 10月	2022年 11月
外来延数	2,447	2,403	2,594
新患者	33	30	39
1か月ごとの入院患者数			
入院	63	48	56
退院	54	53	63

編集後記

ついに参加してきました! ONSEN・ガストロノミーウォーキング。

以前、こもれびで紹介され気になっていたイベントです。コロナ渦となり、泣く泣くあためてきました。その地域の「食」「自然」「文化・歴史」をウォーキングで一度に「体感」できる新たなツーリズム。日本全国で開催中です。ぜひ日頃の運動不足解消(私は暴饮暴食解消?)に、検索してみられては!! 健康的でおすすです☆

(桶谷 聡子)



「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。(広報委員会)

診察のご案内 (2023年1月現在)

月	火	水	木	金
比江島 (13:30~16:30)	比江島 (9:00~14:00)	猪山	兼氏	田仲
新堀	田仲	橘高	牧 [隔週] 宮崎 [隔週]	河崎
	森並	横田(晝) [隔週]	長田	
		横田(周) [不定期]		

※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



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。