

TAKE  
FREE

2024年 新春号

vol. 80

向陽台病院の健康情報誌「こもれび」

# KOMOREBI



## Contents

p2-3

60周年記念講演会に参加して

p4-5

おふらいんきゃんぶ2023  
無事終了!

p6-7

[リレーエッセイ]

リハビリテーション部 デイケア科科长 看護師 茨木由美子

[向陽台PICK UP]

時代の流れに沿った学びの場を～教育委員会の活動を紹介～

[連携機関]

ジャパンマック福岡 岡田 昌之 さん

[院内学級ひかり]

OnPal オータムコンサート

# 60周年記念講演会に参加して

●60周年準備委員会 医療支援部 部長代行 大山 満子(精神保健福祉士)



2023年9月に当院は創立60周年を迎えた。10月21日(土)に市民会館シアーズホーム夢ホールで開催された記念講演会の1日をレポートしたい。

準備委員は約1年前から企画を進め、いよいよ本番。朝は冷え込んだが、空気が澄んで気持ちの良い日を迎えた。

会場では早速運営スタッフが設営に取り掛かる。松本俊彦先生が急遽オンラインの登壇へと変更となったが、そこはピンチをチャンスにしてきた横田会。迅速な打ち合わせの甲斐あって順調に準備は進み、会場入口の壁に写真撮影スポットを作り上げる余裕さえあった。あとは来場者を迎えるばかり。事前申込みより若干減ったものの、178名の参加があり、日頃からお世話になっている医療、福祉、教育など各方面の関係機関の方々、横田会OBOGの懐かしい顔ぶれもあった。

開始定刻となり、横田周三理事長と当院理事である石松伸一先生(聖路加国際病院)の開会挨拶で講演会がスタート。

まず、オープニングプログラム1つ目の比江島誠人院長による「この10年のあゆみ」の報告では、常に走り続けてきた横田会の歴史を振り返った。救急病棟の新設、院内学級の開校、クロザピンやrTMS(反復経頭蓋磁気刺激療法)の導入、そして、院外でも訪問看護ステーションやサテライトクリニックの開設など、地域のニーズに応じて展開



してきた取り組みを紹介された。今年度は依存症治療拠点機関として始動し、これからも進化し続けていく決意表明があった。

続いて、臨床心理科辻翔太主任が9月16、17日に行われた阿蘇青少年交流の家での「おふらいんきゃんぷ in ASO」の活動報告を行った。ゲームやネットから離れ、自然の中でのリアル体験イベント。小中学生の男女13名の参加があり、最初は緊張していた子どもたちが、プログラムを通して緊張がほぐれ、キャンプを楽しむ様子が写真から伝わってきた。初めての企画だったが反響も大きく、恒例イベントの一つになっていく予定だ。

そしていよいよ、松本俊彦先生(国立精神・神経医療センター)に、著書にもある『世界一やさしい依存症入門』という演題でご講演いただいた。本題では、薬物依存のメカニズム、支援者

にとって大切なポイントについてお話があり、その一部をお伝えしたい。

依存症の支援では、「孤立させないこと」「人とのつながり」が大切とされている。周囲からの差別や偏見などから、人を信用できなくなり、苦痛から逃れるため薬物に依存する「安心して人に依存できない病気」なのだ。それにも関わらず、社会の依存症対策で危惧されているのが、メディアでの「ダメ絶対」の報道だ。依存症者がSOSを出そうとしても出せない状況を作り、孤立を生む。依存症治療の自助グループでさえも、支援の方法を間違えると孤立させてしまうことになる。参加しないと「止める意志がない人」として扱われ、排除しかねないのだ。欠席者には、体調を気遣う励ましのメールを送り、支援が途切れない工夫をしているとヒントをもらった。これまで依存症者には自助グループが必須とってい



撮影スポットで院長、副院長もパチリ

だが、あくまでも治療の一つであり「どの治療を受けるかではなく、いかに治療者に支えられるかで、その人に合った治療法がある」という言葉を聞き、柔軟に支援を考える力も必要だと感じた。

松本先生の話聞き逃すまいとメモを取りながら話に聴き入る参加者、スクリーン越しでも伝わってきた先生の熱量で、あっという間の90分だった。依存症を正しく理解し、患者さんとのつながりを大切に、安心して相談してもらえる支援者でありたいと思った。

全日程が無事に終了し閉会。参加者からは、「初心者でもわかりやすかったです」「新しいことに取り組みましてすごいですね」など、大変嬉しい言葉をいただいた。また進化し続ける次の70周年に向けて歩みを進めたい。



## 1 研修会を行いました

### 第4回 くまもと子どものこころ研修会

日程 2023年11月24日(金)

演題 強迫症の認知行動療法～典型例・非典型例について～

講師 飯倉 康郎 先生(宗仁会筑後吉井こころホスピタル 診療部長)

### 第38回 熊本アルコール関連問題学会

日程 2023年12月2日(土)

講演 片手間のアルコール医療40年～飲酒関連死から予防、啓発まで～

講師 杠 岳文 先生(宗仁会筑後吉井こころホスピタル 院長)

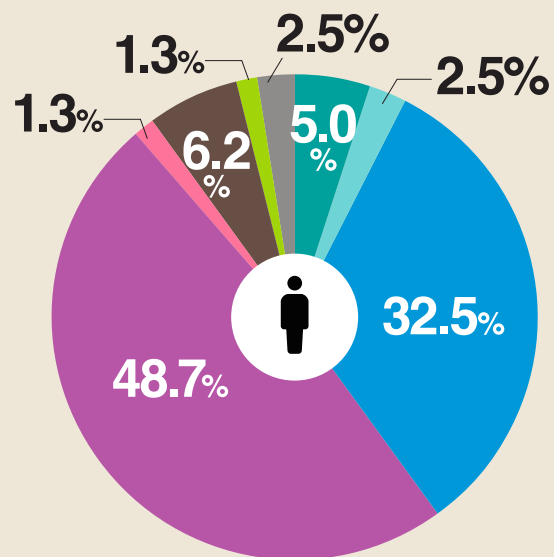
## 2 電子カルテを入れ替えました

2023年12月1日(金)に電子カルテシステムとレセプトコンピューターのシステムを一新しました。慣れない操作に悪戦苦闘していますが、早く使い方をマスターできるよう頑張っているところです。

## 3 救急病棟の疾患別割合

(2023年9月～11月)

昨年度の同じ時期に比べると、統合失調症と摂食障害の方の割合が増えています。



■ 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 ■ 発達障害 ■ ADHDなど

※件数が0の病名は省いています

# おふらいんきゃんぷ2023 無事終了!

●南3病棟 看護師長 村井 真理子 / 精神保健福祉士 山口 亜貴香



## ゲーム依存症とは?

インターネットが普及し、生活に必要なものとなった一方、それを制御することが困難となる、ネットやゲーム依存が社会問題となっています。当院の児童思春期外来や病棟にもそれらの問題を抱えている子どもが多くいます。ゲーム中心の生活になることで、ゲームに関する行動がコントロールできなくなったり、生活リズムが崩れ不登校になったり、ゲーム以外に興味がなくなったりと、家族や学校が対応に苦慮しているのが現実です。

## 「おふらいんきゃんぷ」って、なあに?

今回、おふらいんきゃんぷを開催するに至った背景には、①児童思春期病棟を有する精神科病院の多くが、“遊び”や“体験”を重視していること。②ゲーム行動症がICD11収載を期に、ネット・ゲームの依存児を対象とした治療キャンプを行う機運が高まっていること。③そして何よりも、向陽台病院の60周年記念行事に合わせた企画でもありました。2022年12月からおふらいんきゃんぷに向けて始動しました。対象者は当院に入院し、外来通院に移行した子どもたち。ネット・ゲーム依存に限らず、不登校や発達障害などで治療をしている児童も対象です。国立阿蘇青少年交流の家のキャンプ事業を活用する形で共同運営となり、熊本県、熊本市、阿蘇市の教育委員会にも後援していただきました。

おふらいんきゃんぷのキャッチフ

レーズは、『リアルしか勝たん!!』ネットやゲームの世界も良いけれど、阿蘇の大自然の中でリアルでステキな時間を楽しんでもらいたいという思いを込めました。もちろん、『おふらいん』なのでスマホやゲームの持ち込みはできません。

大きなプログラムとしては、リアル脱出ゲーム、ナイトハイク&焚き火、BBQ。子どもたちが「安全に」「楽しく」「他者と共に」遊ぶには、その中に何を盛り込んだらいいのか、頭をひねってアイデアを出し合っていました。月1回の会議の中で、それぞれが考えた案をプレゼンし、それをイメージしていくと、楽しくなりそうだなと、とてもワクワクしました。キャンプの日が近づくにつれて、実行委員からは「天気は大丈夫かな」「うまくいくかな」「楽しみだね」「ドキドキするね」など、期待と不安の入り交じった声が聞かれました。参加した子どもたちにリアルで楽しい時間を体験してほしいと、時間をかけて準備をしてきました。

さあ、いよいよキャンプ当日です。

当日、行きのバス内ですでにテンション高く盛り上がる子どもたち。病棟ではクールダウンのためレッドカードが出てしまうところですが、この日はそれぞれ再会を喜ぶ姿を微笑ましく眺めました。

長い道のりを経て無事到着。心配していた天気も晴れ。輪になってお弁当を食べ、早速活動開始です。



## リアル脱出ゲーム

“比江島院長扮する魔法学校長の杖が盗まれた!”

スパイの手がかりを探すため、ミッションに挑戦しながら阿蘇の大自然を回るリアル脱出ゲームです。順調にクリアしていく班もあれば、なぜかルートを何往復もし疲労困憊の班も。ミッションの1つ、ミリメモリー(自分の記憶を辿ってSwitchや少年ジャンプなどの物の長さを当てる)では、“リアル”にある木の棒や腕の長さ、身長などをヒントに皆で試行錯誤する姿が印象的でした。





## ナイトハイク&焚き火

過ごしやすい気温になった夜、手元の灯りだけを頼りに焚き火会場を目指します。あまりの暗さにスタッフ数名は迷子。一方子どもたちは怖気づくことなくズンズン進み、めったにできない夜のお散歩体験を楽しんでいました。

焚き火でマシュマロを炙り、中には何度もおかわりする子も。好みの焼き加減に仕上げる様はまるで職人技でした。

子どもも大人も緊張の1日目。焚き火を眺めながら、綺麗！楽しい！おいしい！と感動を共有できた時間でした。



## バーベキュー

「楽しかった活動」第1位。練りに練った他の企画も、暑いなか学生ボランティアさんが焼いてくれたお肉には敵いません。差し入れのラムネやアイス争奪戦も盛り上がり、ひたすら少し遅い夏を味わいました。

一緒に食事しながら、「退院後どう？」と尋ねます。「昼夜逆転はしてない」「学校行ってないけどフリースクールは行ってる」など。丸1日生活を共に

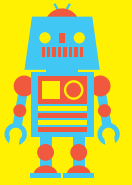


したからか、病棟では「別に困ってない」「特にない」と言っていた子どもたちから小さな、しかし嬉しい変化が聞けました。

2日間終えて、「もっと長く泊まりたい」「大きくなってボランティアとしてまた来たい」「次はカレー作りや釣りをしたい」との声がありました。頼もしい学生ボランティアさんに見守られながらも圧迫感なく、「リアル」の中で自分の体を使ってさまざまな体験ができ、貴重な機会だったと感じます。普段は“困って困ってどうしようもない”というタイミングでお会いすることの多い病棟スタッフとして、ここまで楽しんでくれたこと自体が大きな励みになりました。そしてスタッフ一人ひとりも全力で楽しめました。きゃんぷでの子どもたちの様子や子どもたちから得たことをご家族や参加できなかった院内スタッフにも伝えつつ、これからも長くつながってほしいと思います。



# Q&A



スタッフみならいのハルくん。お久しぶりの登場です。病院の仕事にもすいぶん慣れてきたみたいですよ。

**ひなたさん** 今日には病院以外の事業の見学に行くわよ。患者さんは入院で集中的な治療をしたあと、地域での生活にもどっていくの。安定した生活が送れるようにいろんなサポートを活用することができるのよ。

## 地域活動支援センター「なでしこ」

**ハル** うわ〜。素敵な小物やおいしそうなお昼ごはん！これ、みんなで作ったの？

**所長さん**：いろんな活動や地域との交流の場を提供しています。日中の居場所として利用している方が多いんですよ。お昼ごはんづくりも活動のひとつです。



## 障害者相談支援事業「なでしこ」

**ハル** ここは事務所って感じ。ここでは何をしているの？

**相談員さん**：福祉制度や福祉サービスの相談を受けたり、サービス利用手続きや情報提供を行っているわ。なんでも相談してくださいね。

**ひなたさん** 困っていることと使えるサービスをマッチングしてくれるスペシャリストよ。

## 訪問看護ステーション「ステップ」

**ハル** 車にのって、看護師さんたちが出発していく〜！どこに行くのかな。

**看護師さん**：お医者さんの指示のもと、患者さんのお宅を訪問して生活についての不安や悩みの相談にのっています。自宅だと安心して相談できたり、具体的な支援について考えることができるんだよ。

**ハル** いろいろあるんだなあ〜。困った時に頼れる場があるって安心だね。

**ひなたさん** 次回は住まいの支援、お仕事の支援について紹介するわよ。



## 私のリフレッシュ

●リハビリテーション部 デイケア科科长 看護師 茨木 由美子



日曜の朝、コーヒーを片手に新聞広告の旅行案内を見ることを楽しみにしている。長時間の飛行を伴う異国の旅よりも、国内を巡る旅に目が行く。子どももそれぞれ独立し、目下の趣味は旅行で、夫とドライブを楽しんでいる。その地でしか味わえない名物品や名産、そこにある風景や歴史を感じられるところに旅の醍醐味がある。

九州を離れ、中国・四国地方、関西方面へと走り、就職する娘を送り出したときは関東まで荷物を載せ向かった。夕方に熊本を発ち、眠い眼をこすりながら夜通し夫と交代で運転。前後を走るのは大型トラックばかりで圧倒されつつ、山道では遠くに見える前車のテールランプだけが頼りで、必死に後を追いかけた。明け方に着いたサービスエリアで富士山が目の前に見えたときは、ここまで辿り着いた安堵と壮大な光景に感動を覚えた。到着地近くのサービスエリアで初めて食べた肉汁に浸して食べるうどんは、今は我が家の定番メニューの一つになっている。そして、その時車内で幾度となく聴いた曲を耳にすると、今でも寮の窓から手を振る娘の姿が臉に浮かび、一瞬にして切なさが心を占める。気持ちを切り替えて再び徹夜で熊本へと帰ってきたが、一週間後には早々に5月病にか

かった娘は新幹線に乗り帰省。再び飛行機で送り出した。

一時期、夫も関西に単身赴任となり、これ幸いに飛行機に乗り向かった。時に夫の元に娘も休みを合わせて集合し、三人で竹田城跡や四国へとレンタカーを走らせ楽しんだ。

今は娘も帰郷しているが、この娘との旅行には難点がひとつ。自他ともに認める雨女で、前日まで晴天、当日だけ雨ということが度々おきる。娘の帰省時も、雨風で帰りの飛行機が飛ばずということも数回。娘が絡むイベント時には、絶対に外れない雨予報に家族で大笑い。私自身は、晴れ女のつもりでいる。雨にたたられることはほぼないが、雨女と晴れ女のせめぎ合いで、霧雨のなか何とか予定をクリアしたこともあった。

そんな楽しみも、ここ数年はコロナ禍で外出を控える日々で悶々としていた。まだまだ行きたいところはいっぱいある。やがて高齢者の域に達する夫と私。いつまで楽しめるか分からないが、今もどこに行こうかと頭の中は旅をしている。そんな旅好きの二人に、「還暦のお祝いは旅行かしら。」と娘。

趣味は旅行と書いたが、一番は主婦業を離れ、上げ膳据え膳、そしてできたてが食べられるプチ贅沢がしたいだけかもしれない。

### 向陽台 PICK UP



## 時代の流れに沿った学びの場を

～教育委員会の活動を紹介～

●看護部総括師長 芦塚 和代

教育委員会は毎月第1木曜日に開催しています。

4年前までは毎月1回以上は集合研修を行うのが当たり前でしたが、コロナ禍で状況が一転。集合研修はできず、でも研修は行わなければならない…どうするか…頭を悩ませていました。世の中では会議などがZoomで開催されるが増え、学会などにもZoomが導入されるようになりました。向陽台病院でもいつの日からかZoomで研修を行うようになりました。しかし、当時の教育委員会はPC操作が苦手な人ばかり。予約はどうするのか？サインインとは？ということからみんなで試行錯誤でした。(周りの方のご協力もあり)徐々にできるようになり一安

心。便利な世の中だなーと思っていたのもつかの間、「リアルタイムで研修を受けることが難しい」「夜勤で見られれば」などの声が挙がるようになり、再度研修方法を検討することになりました。このような段階を得て、今主流のビデオ視聴・PPT清覧研修へたどり着きました。

今年度は院内研修のアンケートを実施し、職員のみなさんがどのような研修を期待しているか調査しました。皆さんの意見を元にこれから次年度の計画を立てていく予定です。

業務に追われる中でも新たなことを学びたい！と思うスタッフも少なくないと思います。負担なく気軽に受講ができるような研修の在り方を今後も模索していきます。



# 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。

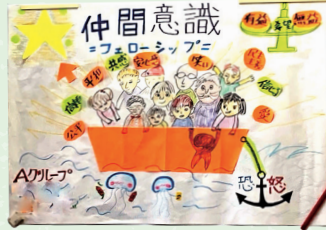
第18回



## ジャパンマック福岡

統括施設長 岡田 昌之 さん

向陽台病院の皆さん、関係者の皆さん、初めましてジャパンマック福岡の岡田と申します。ジャパンマック福岡は2013年に福岡市博多区に開設をした色々な依存症の方の通所事業所です。また、グループホームも開設しています。今回は武藤副院長より「こもれび」での当施設の紹介のお話があり書かせていただいています。副院長には大変お世話になっており、私どもの施設からも足を運ばせていただき治療を受けている人がたくさんいます。この場を借りて御礼を申し上げます。

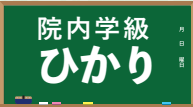


依存症といえば、ひと昔前はアルコール依存症やギャンブル依存症、覚せい剤依存症などの相談が多かったのですが、現在は窃盗症やゲーム障害、市販薬依存なども相談が増えてきています。依存症という病気は犯罪や心の病と結びつき、病気になった人の人生をダメにしてしまいます。また、家族も巻き込まれ疲れ切ってしまうようになります。ご本人は病院の入退院を繰り返し、家族は誰にも相談できずに孤立してしまいます。

そのような依存症になって相談先もない方たちが、地域の医療や福祉につながっていただけるように相談に来ていただくところがジャパンマック福岡になります。また、障害福祉サービス自立訓練(生活訓練)事業所ですので、依存症の方たちが毎日通い依存症を克服していく訓練を行っています。ご家族の方たちのために毎月家族会を二回開いています。どこにも相談できなかった家族が同じような体験をされたご家族から励ましと希望を与えられる場となっています。

ジャパンマック福岡の大きな特徴は回復共同体だということです。私自身も依存症に罹患しマックで回復支援を受け、断酒をすることが出来ました。そして現在はスタッフとして日々新しい仲間と回復の取り組みをしています。このように回復支援された方が回復を共に歩むようになる共同体です。一見そのような取り組みは成立しないように思えたり、不安定に見えたりしますが、同じような取り組みをしている全国のマックやダルクは今日も元気に回復共同体の活動をしています。

そのようなおぼつかない私たちの活動を支えてくださっている向陽台病院さんには心より感謝いたします。今後どうぞよろしく願いいたします。



## OnPal オータムコンサート

2023年11月21日(火)、南3病棟からはバイオリンとピアノの音色とステキな歌声が…♪ コロナの影響で、昨年はオンラインでのコンサートでしたが、3年ぶりの対面開催がかないました。子どもたちは事前に曲のリクエストを投票し、楽しみに待っていました。

オープニングは『にじ』。部屋いっぱい響き渡る歌声にビックリしたり、バイオリンを首だけで支えて持つ姿に驚いたり。

その後、アンパンマンの歌(しっとりバージョン。あんなに泣かせる曲だったなんて…)や季節の歌、ディズニーメドレーなど。後半は今はやりのボカロ曲やYOASOBIの『アイドル』。「あ！この曲

知ってる～!!」と大興奮。最初は静かに聞いていた子どもたちですが、最後にはマラカスや太鼓を打ち鳴らし一緒に音楽を楽しみました。

締めくくりの『365日の紙飛行機』のエンディングで一斉に紙飛行機を飛ばしたのも良い思い出になりました。“音楽の秋”を満喫した1日でした。(杉本千佳子)



# 中から見る風景



# 向陽台の夜明け  
# 夜勤明けの風景  
# 今年も良いことがありますように

### 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9月から11月の動向を掲載しています。

集計月	2023年 9月	2023年 10月	2023年 11月
外来延数	2,428	2,618	2,598
新患者	43	32	46
1か月ごとの入院患者数			
入院	45	47	47
退院	41	63	42

### 編集後記

新しい年がスタートしました。お正月が名残惜しくもありますが、やりたいこと・楽しみなことなど、あれこれ考えているとわくわくしますね。今年の『こもれび』も、「へえ〜」「クッス」「ジーン…」とするような記事が見られると思いますので、ぜひご覧ください！

(鳥めぐみ)

「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。(広報委員会)

## 診察のごあんない (2024年1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。