

TAKE
FREE

2024年 秋号

vol. 83

向陽台病院の健康情報誌「こもれび」

KOMOREBI

Contents

[病気のおはなし]

依存症シリーズ2
ギャンブル等依存症

[部署紹介]

社会復帰を目指す！

[プログラム紹介]

夏休み特別イベント 活弁上映ライブ開催！

[リレーエッセイ]

法人本部長 兼 病院事務長 松下 洋一

[向陽台 PICK UP]

家族を支える取り組み
～家族会委員会の活動紹介～

[連携機関]

居住支援法人 まつお不動産株式会社
代表取締役 松尾 実さん

[院内学級ひかり]

フレンドシップスタッフ

依存症シリーズ 2

● 今回教えてくれた先生

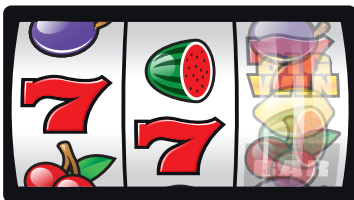
副院長

武藤 岳夫 先生

(精神保健指定医)

ギャンブル等依存症

依存症シリーズの2回目は、ギャンブル等依存症です。有名人の不幸事で、この病気が最近にわかには脚光を浴びました。国内のある調査では、ギャンブル等依存症が疑われる人がわが国には320万人ほどいると推計されています。その背景と病気の特徴、治療や回復等についてまとめました。



ギャンブル等の現状

わが国では基本的に賭博行為は刑法で禁止されていますが、例外として公営競技（競馬・競輪・ポートレース・オートレース）と宝くじ・スポーツ振興くじのみが認められています。しかし最近では、パチンコ・スロット、投機（FX（外国為替証拠金取引）、暗号資産など）、オンラインゲームのガチャなど、ギャンブル性の高い遊技や商品も身近にあふれており、これらを含めて、ギャンブル「等」と同じ分類で表現します。

従来、ギャンブルなどの相談現場で圧倒的に多いのはパチンコの問題でした。しかし、コロナ禍を境に状況が大きく変化し、最近は公営競技のネット投票など、オンラインでのギャンブルをする方が爆発的に増加し、より問題が発覚しにくくなっています。

ギャンブル等依存症について

ギャンブル等依存症とは、ギャンブルにのめり込んでしまい、やめたくてもやめられない状態のことをいいます。ギャンブルなどで勝ったときの快感や、リーチの間や結果が出るまでのスリルや興奮などをもたらすのは、脳の中のドーパミンという物質の影響です。ドーパミンは、ギャンブルのような強い刺激では（勝っても負けても）過剰に分泌され、それが習慣になると徐々に慣れ（耐性）が生じてきて、反応が鈍くなります。次第に、他の趣味や楽しみへの関心が薄れるばかりでなく、賭ける金額や頻度、時間が増え、給料や小遣いの範囲で行うのが難しくなってきます。また、負けが込んでくると、その負けをギャンブルで取り戻そうとして、よりハイリスク・ハイリターンなギャンブルをしたり、借金してでも続けようとしていたりします。家族や友人には、嘘をついたり問題を隠したりするため、ほとんどのケースで問題の発覚が遅れます。金銭面や人間関係に追いつめられた状態が続き、不眠やうつ状態を引き起こしたり、DVや虐待の

原因になることもあります。

本来、医学的に「依存症」とは、アルコールや薬物といった物質へののめり込みのことを指すのですが、ドーパミンが関与してコントロールが利かなくなる、という点で同じ特徴を持った病気として、便宜上「ギャンブル等依存症」という用語が広く使われています。

ギャンブル等依存症は、診断基準に基づき、その方に起こっている症状や問題などを総合的に考慮して診断を行います。簡単にチェックできるツールとして、図1の「LOST」というものがありますので、ご参照ください。2つ以上該当する方は、図のQRコードから、より詳細なスクリーニングテストも実施できますが、お早めにご相談いただくことをおすすめします。

治療・回復について

コントロールが利かない、というのが依存症の中核症状ですから、基本的に治療目標は「ギャンブルを断つこと」となります。治療・回復のための、2つの大きな柱があります。まず一つ目の柱は、専門医療機関の多くで行われている「認知行動療法」という治療法です。認知行動療法とは、ごく簡単に言えば、前章で述べたようなギャンブルに対する偏った見方、考え方（認知）を検討・修正し、やめつづけるためにどのような行動が必要かなどをテーマ設定して考えていく治療法です。

もう一つの大きな柱は、依存症当事者の方同士が集まり、体験を語り合う「自助グループ」に参加することです。依存症の方は、問題が進行するとどんどん物理的にも心理的にも孤立を深める傾向にあります。体験を聞くことで当事者しかわからない共感が得られたり、誰にもわかってもらえなかった自らの問題を語ることを通して支持を得られたりすることが、回復には非常に有効とされています。県内でも、複数の地



域で自助グループが開催されています。また、こうした治療・回復のために、入院や回復施設を利用することも可能です(ご本人の同意が必要です)。

多重債務(借金)について

ギャンブル問題の大半のケースで、まずご本人、ご家族が悩むのは多重債務(借金)の問題です。債務整理に苦慮されるのは十分理解できますが、「病気」に対するアプローチを行わずに、借金を返したり肩代わりするだけでは問題は解決せず、繰り返される可能性が高いようです。まず適切な相談機関・治療機関にご相談いただき、債務整理とあわせて依存症のことも理解しながら回復を目指していただきたいと思います。

当院は、熊本県の依存症治療拠点機関(アルコール・薬物・ギャンブル等)に指定されています。



ぜひお気軽にご相談ください。

依存症治療のご案内
(パンフレット)

Topics & Data

1 研修を行いました

2024年度 熊本県依存症治療拠点機関 研修事業 薬物研修

- 講師：嶋根 卓也 先生
(国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 薬物依存研究部 心理社会研究室長)
- 演題：「助けて」が言えない子どもたち
～市販薬の乱用・依存を例として～
- 座長：武藤 岳夫 (向陽台病院 副院長)
- 話題提供
 - ・東 智隆 さん (熊本市立力合中学校 教頭)
 - ・北岡 桃代 (向陽台病院 臨床心理士)

2 掲載されました

『こころの科学 237号』に南3病棟の記事が掲載されました。

「児童精神科の風景」

- ・院長 比江島誠人
- ・臨床心理部長 杉本千佳子



3 救急病棟の疾患別割合

(2024年6月～8月)

認知症、アルコール・物質依存症、不安障害の方が減り、統合失調症、気分障害、発達障害の方が増えています。

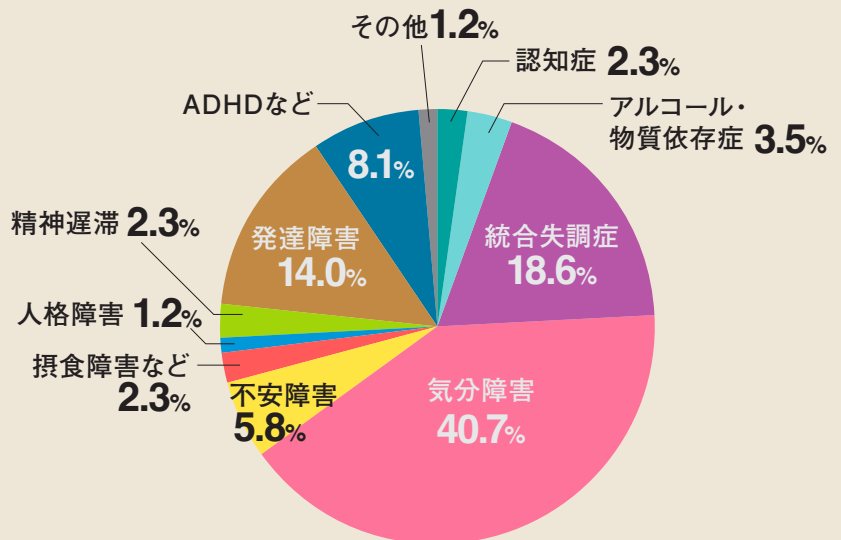


図1

ギャンブル等依存症チェックリスト「LOST」

- L Limitless**
ギャンブルをするときに予算や時間の制限を決めない。決めても守れない
- O Once Again**
ギャンブルに勝ったときに「次のギャンブルに使おう」と考える
- S Secret**
ギャンブルをしたことを誰かに隠す
- T Take Money Back**
ギャンブルに負けたときにすぐに取り返したいと思う

(公益社団法人 ギャンブル依存症問題を考える会ホームページより)

2つ以上該当する方は、ギャンブル等依存症の可能性あり。右のQRコードから、より詳細なテストもやってみてください。



社会復帰を目指す！

●北2病棟 師長 江崎 正湖

北2病棟は、52床の精神科一般病棟です。場所は正面玄関から見て右側奥にある古い建物の2階にあります。高校生(15歳)から80歳台と幅広い方たちが入院されており、ここ最近では10~20代の方が増え、病棟の平均年齢も下がったように感じます。

統合失調症などの慢性期の患者さんをはじめとして、救急病棟から治療を継続される方も増え、摂食障害やアルコール依存症、認知症など、疾患は多種多様です。また、よその精神科病棟を退院され3ヵ月以内の再入院の方も当病棟の対象となります。患者さんによっては「またやってきました」と少し気恥ずかしい感じで来られる方もいますが、スタッフはみんな「いらっしやい。ゆっくりして行ってくださいね」という感じなので、安心して入院生活を送っていただけたらと思います。

病室は主に2人、4人、6人の多床室となっており、時折にぎやかな様相を呈しています。南棟に入院したことがある方には、多床室であることが大きな違いだと思います。

医師や看護師、准看護師、精神保健福祉士、臨床心理士/公認心理師、作業療法士、管理栄養士など、さまざまな医療スタッフがチームを組み、週に1回病棟カンファレンスを行っています。一人ひとりの状態や課題、退院に向けての取り組みなど情報を共有しています。

当院はプライマリーナーシングを取り入れており、受け持ち看護師を中心にス



タッフ全員で患者さんの入院生活を支えられるように取り組んでいます。患者さんによっては毎日スタッフと交換日記を行い自分の気持ちを言葉にする練習をしたり、お金の使い方に課題がある方にはお小遣い帳をつけてもらい、それをスタッフと一緒に確認し、計画的に使えるよう練習します。

治療について

当院では、mETC(修正型電気けいれん療法)やrTMS(反復経頭蓋磁気刺激療法)、クロザピン治療、リワークプログラム、依存症プログラムなどさまざまな治療やプログラムがあります。そのなかで、北2病棟で比較的多く治療をされているクロザピン治療について、簡単に紹介します。

これは、「統合失調症」という病気の治

療に用いられますが、他の薬で十分な効果が得られなかったり、副作用で継続することが難しかった場合に治療の選択肢となります。治療が開始となると定期的な血液検査と副作用の観察を行うため、一定期間の入院が必要となりますが、定められた期間を超えて薬の服用の継続と症状も改善して入院治療が必要ではなくなったと判断されれば、外来通院でクロザピンの治療継続が可能となります。

北2病棟では2024年9月現在、約8名の患者さんが治療をされていますが、先日約5年間長期入院をされていた患者さんが退院でき、一緒に喜びを分かち合うことができました。

さまざまな問題を抱えながらもその人らしい社会生活が送れるよう病棟スタッフ一同支援していきたく思いますので、入院された時はお気軽にご相談ください。

夏休み特別イベント 活弁上映ライブ開催!



- 南3病棟 師長 村井 真理子
- 精神保健福祉士 副主任 長尾 香奈
- 臨床心理士/公認心理師 牧住 歩実

“活弁”とは、「活動弁士」の略称です。昔々、映画は活動写真(=動く写真)と呼ばれ、音がありませんでした。そのため日本の映画館ではスクリーンの横で活動写真(=動く写真)の真弁士が台詞などを語り、楽士が音楽を奏でて上映していました。現在でも日本で約十数名が弁士として活弁上映を行っているそうです。

子どもたちに「世の中にいろいろな職業があることを知ってほしい」「いろいろな体験をしてほしい」という思いから、活動弁士の山内菜々子さんにお越しいただき、児童思春期病棟や外来の子どもを対象に活弁ライブを開催しました!

当日までの期間、子どもたちに「活動弁士」について知ってもらうため、コミュニティミーティングの時間を使って、いったい何者なのか説明を行ったり、チャップリンの無声映画と一緒に見ました。おもしろおかしい動きに笑ったりツッコミを入れたり少しイメージがふくらんだようでした。

そしていよいよライブ当日!朝から子どもたちは「今日は活弁だ」と、とてもウキウキ。会場に移動してさっそく山内さんの

登場です。ピンクの着物に紫の袴をはいた、大正ロマンを彷彿とさせる雅な服装の山内さん。みんなキラキラした眼差しで拍手をして出迎えました。

上映は『海の水はなぜからい』『大当たり空の円卓』『ラリーのスピーディ』の3本立て。映像のおもしろさはもちろんですが、山内さんの登場人物によって変化する声色に魅了され、大人も子どもスクリーンに釘付けになりました。

ワークショップは、『日の丸太郎・武者修行の巻』。体験希望の手が上がりたのではないかと心配していましたが、山内さんから「間違えても、“あえてそれを行っていますよ”と、堂々とした表情をすれば大丈夫!とにかく、大きい声をだすことが目標です!」という弁士としてのコツを伝授してもらって、続々と手が上がりました。堂々と大きな声でセリフを話す子、ちょっぴり恥ずかしそうに話す子、感情豊かに話す子、いろんな子ども弁士が映像にあわせて上手にセリフを伝えることができました。子どもたちも「めっちゃおもしろかった!」「もっとしたかった!」「また来てください!」と感想を伝えていました。

あつと言う間の時間でしたが、子どもたちが活弁を知る機会になり、楽しい夏の思い出の一つとして心に刻まれたのではないのでしょうか。そしてなにより、こんな素敵な体験をさせてくれた山内菜々子さんに感謝申し上げたいと思います。



スタッフ見習いロボットの「ハル」くん。ずいぶん病院の業務がわかってきて、少しずつ仕事を任されるようになりました。今日は入院予定の患者さんに、持ってくる物の説明をしていますよ。指導係の「ひなた」さんも隣で見守っています。

ハル 入院のときに必要なものの説明をしますね。シャンプーや石鹸などの洗面用具、コップ、タオル、ティッシュが必要です。履物は滑りにくいものをお願いします。病状によっては病衣を着ていただくこともあります。室内着を準備してください。服用中のおくすりがありましたら、持ってきてください。

患者さん わかりました。初めての入院なので、いろいろ不安です。

ハル そうですよ。初めてのときは緊張しますよね。

病棟には持ち込めないものもあります。ハサミやライター、薬物やアルコール、陶器やガラス製品は危険物になってしまうので、持ち込みができません。安全を守るためにご理解ください。

テレビやパソコン、電子機器も壊れたりなくしてしまうといけませんので、持ち込めないんです。オンライン授業を受けないといけませんなど、特別な事情があるときには主治医にご相談ください。

わからないことも多いでしょうから、スタッフに気軽に声をかけてください。

患者さん はい。また、わからないことがあったら教えてください。

ひなたさん ハルくん、なかなかいい感じよ!丁寧に説明できていたわ。

入院の詳しいご案内は、ホームページからも見ることができます。





自転車に乗る息子の後ろ姿

●法人本部長／病院事務長 松下 洋一

私の朝は高校3年生の息子の自転車を車庫から玄関前まで移動させることから始まります。セットした自転車の前カゴにカバンを入れ、玄関を出る息子を見送ります。

息子は中学1年生から自転車通学を始めましたので、この朝の私のルーチンはかれこれ5年間も続いています。そしてこの行為が私にとってもかけがえのない儀式となっているようです。

小さい頃は補助輪を付けて、その後補助輪を外してもフラフラと危なっかしい乗り方をしていた息子でしたが、今では自転車にまたがって「行ってきます」もそこそこに、颯爽と、あっという間に視界から消えていってしまいます。この見送りを終えて、私は郵便受けから新聞を出して読み、顔を洗ったりして自分の朝の支度を始めます。毎朝、車庫で自転車のチェックをすることは、私にとっては大切な時間です。タイヤに十分空気が入っているか指で押してみたり、ライトがちゃんと付くか、ブレーキはしっかりと効くか、など。一つひとつ丁寧に確認しながら、学校や塾へ行く時の無事を祈ります。

来年の3月になると息子は高校を卒業するでしょう。約5年以上続けたこのルーチンもあと半年あまりかと考えると、少し心が切な

く、寂しくなります。結局、毎朝私が車庫でやっていることは、単に自転車のチェックだけではなく、息子の成長を見守り、無事に一日を過ごせるように願いを込めているのです。私にとってこれは朝の小さな(大切な)儀式です。雨の日には私が車で送迎することもありましたが、カッパを着てできる限り自分で通学しようと頑張る姿に、成長を感じたりもしました。息子が家を出る時、私はいつも玄関前で立って見送ります。彼は時々振り向き、見送る私に気づくと、手を振ってくれます。その笑顔を見ると、私の心は温くなるのです。

息子も、将来、このことを懐かしく思う日が来るでしょう。そして、自分の子どもたちとも同じような時間を過ごす時が来るのかもしれませんが。4月からは大学に進学して、どんなことを学び、どんな友だちと出会い、どんな人間に成長して行くのでしょうか。心配もありませんが、同時に楽しみでもあります。

あと半年ですが、この朝の儀式を大切にしたいと思っています。そして、息子が巣立つその日まで、彼の健やかな成長を願いたいと思います。

向陽台 PICK UP

家族を支える取り組み

～家族会委員会の活動紹介～

●家族会委員会委員長

大山 満子

(地域連携 部長／精神保健福祉士)

当院で行っている家族支援プログラムの一つに「家族心理教室」があります。ここでは、家族会委員会が運営する「家族心理教室」についてご紹介します。

家族心理教室は毎月1回、第2土曜日に開催されています。「統合失調症」「気分障害」「不安障害」といった病気に関する内容、「治療」「薬」などに関する内容、それから家族同士の語り合いをメインとした「家族交流会」を含めた計6回を1クールとしています。参加者数は平均4～5名で、発症から間もない家族から長く治療を続けている家族まで幅広く、続柄も親・子・配偶者・きょうだいなどさまざまです。

テーブルに置かれたきれいな花を囲みながら、テキストに沿って会は進みます。疑問や悩みに対して、職員が助言をすることもあれば、家族同士でアドバイスし合うこともあります。「なんでうちの子が」と涙される家族の言葉に胸がつまることもあります。他の家族から「自分もそうだったよ」と、家族だからこそ気持ちを分かち合える場所、患者さん本人と向き合う家族の大切な時間にもなっているように感じます。「自分だけじゃなかった」「話をして心が少し軽くなった」「ここだか

ら話せる」などの家族の言葉は、職員としても、家族心理教室を続けてきて良かったと励みになり、患者さんの理解がより深まる貴重な機会だと思っています。

私たちは、少しでもご家族の力になればと活動しています。事前申込みは不要で、当院にカルテのある方のご家族であればどなたでも、どの回からでも参加できます。興味はあるけど一歩踏み出せない方もいらっしゃるかもしれませんが、安心して参加いただけるよう、職員や長年参加されているベテランのご家族がサポートします。まずは地域連携室へのお電話でのご相談でも結構です。お待ちしております。



家族心理教室

●開催日時：原則 第2土曜日10時～11時半

●場所：向陽台病院 北1デイケア室

●担当：精神保健福祉士 大山

※開催日時は変更になる場合がありますので、ホームページやお電話でご確認ください



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21回



居住支援法人 まつお不動産株式会社

代表取締役 松尾 実さん

この度は、執筆する機会を頂き、誠にありがとうございます。

私は、まつお不動産の松尾実と申します。当社のモットーは、「日本一楽しく明るい居住支援法人」です。一隅を照らす社会資源になることが目標です。

日頃から、向陽台病院連携室の相談員さんには、大変お世話になっています。向陽台病院さんをご退院された多くの方々が、当社のアパートで自分らしい一人暮らしをされており、大変うれしく思います。

当社では、入居相談が来たら、「はい。わかりました。よろこんで」と、お答えするようにしています。当社に入居相談される方には、不動産会社から入居を断られ続けて、ようやく当社にたどり着く方もいらっしゃいます。私たちが、明るく真剣に、普通に相談を受けることで、相談に来た方が、安堵した表情を見せることもあります。

当社の賃貸借契約には保証会社は不要です。入居を拒むことができるのは利用者さまであり、当社から入居を拒むことはありません。ご入居者さまの中には、精神科に通院する方も多くいらっしゃいます。より良いサポートを提供することを目的とし、2019年(令和元年)、精神科に特化した訪問看護ステーションを開所しました。訪問看護ステーションを併設したことにより、体調不良に早く気付くことができ、早めのサポートができるようになりました。

ご入居者さまには、当社の物件にお住いの間は、過去を悔やまず、未来を憂いることなく、ニコニコ元気で生活して欲しいと思っています。住まいがあって初めて、地域での生活がスタートします。誰でも自分らしい一人暮らしができる世の中にしたいと、日々精進して参ります。



院内学級
ひかり

フレンドシップスタッフ

南3病棟には、医師や看護師、精神保健福祉士や作業療法士、臨床心理士/公認心理師などの専門職の他に、「フレンドシップスタッフ」というスタッフが出入りしています。病棟生活の中では、遊びや学びがとっても大事。そこで、看護師や心理師を目指す大学生に声をかけ、アルバイトで勤務してもらっています。コロナでしばらくお休みしていましたが、今年の3月から再開しました。現在5名のフレンドシップスタッフが「学習支援」で勉強のサポートをしてくれたり、プログラムのない時間に一緒に遊んでくれています。年が近くてたくさん遊んでくれるフレンドシップスタッフが来るのを子どもたちも心待ちにしています。

フレンドシップの学生さんにもインタビューしてみました。

南3病棟での勤務、どうですか？

- スタッフが子どもたちの成長や変化に注目しているのが、とっても勉強になる。
- 精神科は初めてだったので不安もあったけど、実際に関わってみると優しい子ばかり。
- できないことを指導する、でなく、一緒に解決策を探したり強みを活かす工夫に驚き！
- 実際に関わる機会があると、大変さとか子どもたちの悩みとか知ることができて、将来活かそう。
- 子どもたちがそれぞれの持ち味を活かして、おぎなあいながらコミュニティを形成しているな、と思う。どのように介入するか、勉強にもなる。

学生さんにとっても、役にたつ経験になっているようでなによりです。これからもよろしくをお願いしますね！

(臨床心理士/公認心理師 杉本 千佳子)

中から見る風景

病院の中から見える風景を写真でパチリ。



今日良い日だったなあ
夕ご飯はなんだろう？
秋の夕暮れ

動向を探る

向陽台病院を利用されている患者さんの2024年6月から2024年8月の動向を掲載しています。

集計月	2024年 6月	2024年 7月	2024年 8月
外来延数	2,402	2,630	2,410
新患者	32	35	40
1か月ごとの入院患者数			
入院	47	52	43
退院	54	63	48

編集後記

9月に入り、やはり夏の勢いがなくなったように感じます。とはいえ、熊本の日中はまだまだ全国高温ランキングに名前を連ねています。店頭にお米がなくなったのも最近の話題でしたね。そろそろ新米もで始めています。秋の味覚、収穫が楽しい季節になってきました。

(桶谷 聡子)

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10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]	宮崎 [隔週]	武藤
新堀 [第2・第4]	森並			河崎

※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。