

TAKE
FREE

2025年 春号

vol. 85

向陽台病院の健康情報誌「こもれび」

KOMOREBI



Contents

[病気のおはなし]

ゲームとの関わりの一つ

[部署紹介]

Worksみらいの新しい挑戦

[プログラム紹介]

緑化プログラム

～花好きのためのプログラムをご紹介します～

[リレーエッセイ]

臨床心理部 臨床心理科 主任
辻翔太

[向陽台 PICK UP]

褥瘡防止対策委員会

～目指すは褥瘡0、
『患者さんの笑顔を守り隊』～

[連携機関]

社会医療法人愛育会 福田病院
病院長 河上 祥一 先生

[院内学級ひかり]

魔法のマイク?!

病気のおはなし

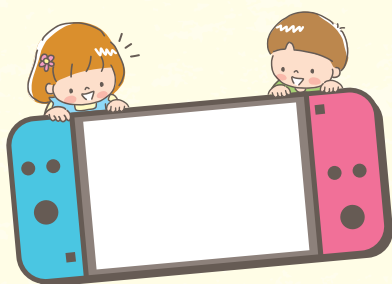
● 今回教えてくれた先生

診療部 医師

河崎 達弥 先生

(日本小児科学会専門医)

ゲームとの関わりの一つ



みなさんのご家庭にはゲームがありますか？とっても楽しいゲームですが、その分、日常生活とのバランスを保てるようにルールを決めていくことが大切とされています。頭を悩ませることも多いルール作りですが、今回はその考え方についてのお話です。

初めに、ゲーム嗜癖の治療に対するガイドラインは現在のところありません。今回の話は、私が行っている診療の一部ですので、一つの考えとして捉えていただけましたら幸いです。

最近子どもを診療する中でゲーム(ここではコンピューターゲーム)の話はほぼ必須です。私はゲームの話をする際、初めに、「ゲームを楽しくやり続ける方法を一緒に考えていきましょう」と話しています。

それは、①ゲームについて話し合いが出来る関係を作ること
②ゲームも含めた日常生活を話し合っていく必要があることを伝えるためです。

自分の大切にしているものに対してネガティブな話によってくる子どもはほとんどいないので、ルールを含めたゲームの話をするときに、子どもと落ち着いて会話が出来ると関係を作るのはとても大切です。また、子どもの問題行動の背景には、別の問題が隠れていることがあります。実際、ゲームの問題行動のある子どもには、リアルの世界で別の問題を抱えている子どもが多くいます。ゲームの問題が先なのか、リアルの問題が先なのかは難しいですが、どちらにも問題は存在するという考えながら接していくことが大切だと思います。

私のルール作りで大切にしていることは、子どもに守れて、大人が守らせることが出来ることと話しています。約束は守られたことによって初めて価値が出ます。なので、子どもが自分のルールを守れる力を考えながらルールを作り、大人は、子ど



ものルールを守れる力と大人の守らせる力のバランスを考えながら、そのルールが達成できそうなものかについて一緒に考えるアドバイザーのような役割で関わるようにと話しています。大人が守らせるというのは大切な視点と考えています。

よくあるルールの一つで、「1日〇分、〇時間」というルールがありますが、これは大人の労力(自分のやっていることを止めて、ゲームを上手くやめる手伝い)を多く必要とする大変な約束だと思います。なぜなら、ゲームは時間通りに始まって、時間通りに終わることはないですし、楽しいことをやめるのは難しいからです(その後に苦手なことが待っているとさらに…)。また、時間が短いほど子どもの満足度は少ないので、一層大人の労力は増します。ゲームにはそれぞれ区切りのポイントがあるので、区切りも併用する方が子どもは守りやすく、大人も守らせやすくなると思います。

そして、もう一つ話しているのは、ルールは変えていく必要があるということです。最初は上手くいって

1 研修を行いました 第7回くまもと子どものこころ研修会

- 日付：2025年3月19日(水)
- 講師：木下 直俊 先生
(兵庫県中央こども家庭センター)
- 演題：児相と良好な連携のために
一連携のための基礎知識一
- 座長：比江島 誠人(向陽台病院 院長)

2 ポスター完成

第47回 日本アルコール関連問題学会
熊本大会のポスターが完成しました。



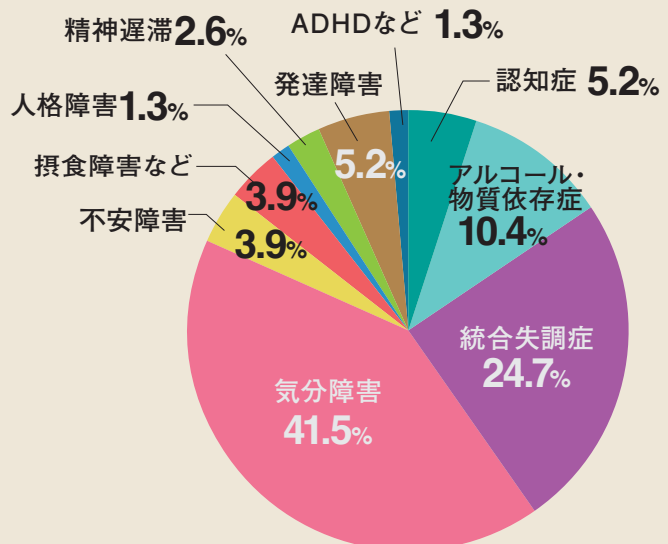
当院のホームページからも
ご覧いただけます



- 会期：2025年9月5日(金)、6日(土)
- 会場：市民会館シアーズホーム夢ホール
(熊本市市民会館)
- 大会長：比江島 誠人(向陽台病院 院長)

3 救急病棟の疾患別割合 (2024年12月～2025年2月)

発達障害の方の割合が減り、統合失調症と気分障害の方の割合が増えています。



でも、子どもも親も環境も変わっていくので、ルールが合わなくなっていくことは当然あります。子どもが守ることが、大人も守らせることが難しくなったときには、出来るだけ早めに話し合い、守ることが、守らせることが出来るルールに変えるのが望ましいと話しています。そんなときに注意したいのが、一方的に厳しいルールにしてしまうことです。今まで守れず、守らせることが難しかったのに、より厳しくすれば守れなくなることは当然です。本人の現状(ゲームや日常)を知るためにも、話し合いが大切です。まずは、本人が今やっている現状を認めるのも一つだと話しています。

先日、子どものADHDに対する治療アプリの国内での製造販売承認を了承という記事がありました。今後、病院でゲームを処方する日がやってくるかもしれません。ゲームを楽しくやり続ける方法を一緒に考えていくことがより重要になってくると思います。子どものやっているゲームに「興味」と「知識」を持って近づき、楽しくやり続けるための方法を話し合い、また、リアルの活動「も」楽しめるように働きかけていくことが大切だと思います。



Worksみらいの新しい挑戦

●就労継続支援 B 型事業 Works みらい 所長 阪本匡聰

就労継続支援B型は、障害者総合支援法によって定められた障害福祉サービスのうちのひとつで、そのなかでも、訓練系・就労系と呼ばれるカテゴリーに含まれます。一般企業などでの就労が困難な人に、就労する機会を提供するとともに、能力などの向上のために必要な訓練を提供します。現在27名の利用者が就労を通して、それぞれの目標や課題に向けて取り組んでいます。

Worksみらいの就労活動の内容は、下記の3つの作業に分けて行っています。

●**環境美化**：隣接する向陽台病院敷地内の清掃や除草作業、病院その他関連施設のエアコン清掃など多様な作業に取り組んでいます。年に数件は一般のご家庭の除草や剪定の依頼をいただくこともあります。近年の夏季はとて暑く長いので、体調に気を付けながら実施しています。

●**喫茶**：店名は「向(さき)」です。淹れたてのコーヒーや手作りマフィン、アイスクリームが好評です。素敵な笑顔で丁寧な接客、提供を心がけており、「おいしかったよ」と言ってもらい、やりがいを感じています。

●**印刷**：輪転機やコピー機を使用して資料などの印刷や、簡易的な製本作業、名刺の作成などを行っています。印刷以外にも、ナスビの出荷用ビニール袋に会社のシールを貼付したり、チャック付き袋の検品をしたりなどの内職的な作業も行っています。地域の企業や各種団体か



印刷可能です。

製作を開始するのに先立って、スタッフのペットの写真やイラストを持ち寄って練習をしました。プリントしたいデータを昇華転写印刷専用のプリンターで出力して、用紙をマグカップに固定します。それをヒートプレス機という機械にセットして、数分間、高温で用紙のインクをマグカップに転写させます。やけどに気を付けながらマグカップを取り出し、用紙を外したら完成です(※写真をご参照ください)。

ちなみに、ヒートプレス機の部品を交換することで、マウスパッドやTシャツにもプリントができます。この作業を利用者さんとうまく分担して、オリジナルマグカップ販売を広げていきたいと思っています。

Worksみらいでは利用者さんを募集しています。見学もお受けしています。

ら依頼される仕事が多くなっています。

最近の新しい取り組みとして、印刷作業でオリジナルマグカップの製作を始めました。真っ白な専用のマグカップに、好みの写真やイラスト、文字がプリントできます。

これは『昇華転写印刷』といって、熱と圧力を利用してインクを生地や素材に染み込ませる印刷技術です。昇華転写印刷は、白や淡いポリエステル生地や、ポリエステル加工された陶器や金属板に



緑化プログラム

～花好きのためのプログラムをご紹介します～

- リハビリテーション部 デイケア科 副主任 小堀 牧子
- 作業療法科 鎗流馬 那津

デイケア編

『ゆる～っとガーデニング』を楽しむグループが、ゆるガーデニンググループ。ですが…たくさん散る枯れ葉をいつの間にか掃いて美しい中庭へ変身させてくれる方、「水やとったよー!!」と元気にスタッフルームへ水やり報告をしてくれる方など、プログラム日以外にも率先して作業をしてくださるグループメンバーさんのおかげで綺麗な中庭が保たれています。活動内容は、デイケアの中庭・玄関の飾り棚のお手入れ、そして北3病棟との花を介した定期的な交流が主です。コロナ禍に感染対策上、外出する機会が減っていた北3病棟へ、「育てた季節の花を届けよう!」というのが最初の始まりでした。やはり誰かに喜んでもらえる、やりがいや活力に繋がります。日々、自分が出来ることを出来る範囲で、それぞれ役割を持って取り組んでいます。

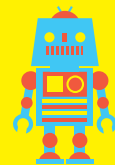


南1病棟編

ガーデニング初心者集団ではじめたのが南1病棟中庭プロジェクト。以前の中庭は、紫陽花の葉だけが生い茂った寂しい状態でした。慣れない環境での生活で気分が塞ぎがちになる患者さんも多いため、癒しの空間作りができればとの思いから、南1病棟中庭プロジェクトをスタートしました。紫陽花の撤去、草取り、タイル磨き、土壌整備、花を植えられるようになるまでが一苦勞。土壌整備が終わり、種蒔き開始。初心者の私たちは、種を蒔けば勝手に花が咲くだろうと考えていましたが、大間違い。種蒔きのタイミング、光の量の調整など花はとても繊細だという事を痛感しました。去年は患者さんとともに向日葵、朝顔、千日紅を種から育てました。千日紅は活動内でドライフラワーにし、ハーバリウムの材料として使っています。患者さんの反応も良く「朝見たら、花が咲いていたよ」「もう少し追肥してあげた方が良いかも」「中庭の花を見るのが楽しみ。次は何を植えるの?」と声をかけられることも増えました。今後も患者さんと一緒に花が咲き誇る中庭作りを行っていきたいと思います。



Q&A



スタッフ見習いロボットの「ハル」くん。今日は指導係の「ひなたさん」と地域連携室の相談員さんにレクチャーを受けています。どうやら、「診断書」に関する事の様です。

ひなたさん 今日は診断書を希望されたときの流れについて、相談員さんから教えてもらいましょう。

ハルくん よろしくお願ひします!この間、患者さんから「職場に出す診断書を願ひしたいんだけど…」と尋ねられて、どうしてよいか困ってしまったんです。

相談員さん 任せて!ハルくん。

いろんな場面で診断書が必要になるわ。自立支援や障害年金、精神保健福祉手帳などの制度の申請をするとき、お子さんの場合は特別児童扶養手当の申請のとき、あとは職場や学校に出す一般診断書が必要な時…。

ハルくん 診断書がほしい時はどうすればいいの?

相談員さん

- ①まずは診察で相談してください。
- ②病院の受付で「診断書の申込み」を行ってください。
- ③必要に応じて相談員が聞き取りを行います。
- ④作成には2週間くらいかかります。
- ⑤次回の診察で診断書を受け取ってください(場合によってはできあがり次第、連絡を入れることもあります)

こんな流れよ。診断書の種類によって値段も違うの。詳しくは受付に表示してある案内をみて下さいね。

ひなたさん もし、なかなか病院に来られない場合はどうしたらいいの?

相談員さん その時は、まずはお電話でお問い合わせください。代表電話は音声ガイダンスが流れるので【1:初診の相談、地域連携室への相談】を押してつないでもらってくださいね。

ハルくん そうそう、病院に電話をかけると僕と同じロボットの声でした!

相談員さん スムーズに電話をおつなぎできるよ、音声ガイダンスが流れるの。

- 1:初診の相談、地域連携室への相談
- 2:再診予約、症状の相談
- 3:その他

ハルくん そうなんだ～。もし、患者さんに聞かれた時に答えられるよう、覚えておこうと。

ひなたさん 私も勉強になりました。相談員さん、どうもありがとう。

わたしの細胞

●臨床心理部 臨床心理科 主任 辻 翔太



はたらく細胞
清水茜著
シリウスコミック(講談社)

『はたらく細胞』が実写映画化されて話題になっているようだ。原作は漫画で、私も漫画やアニメは見たことがある。耳にしたことのある人も多いのではないかな。体内の細胞やウイルスが、生命活動維持のために、日夜働く様子を擬人化して描いている。細胞たちの生き生きとした様を見ることによって、普段目に見えない身体の内側がありありとイメージされ、その働きを身近に感じることができる。視聴すると自分の身体の内側に目を向けたくなること請け合いだ。

「年をとると健康の話ばかりしてしまう」というが、同級生が集うとまさにその現象が起きる。私が「血圧が130を超えるんだ」と話すと、友人は「俺は140を超えるよ」と。なぜだか得意げだ。上には上がいるものだと撫でおろした胸の先に、ぽっこりお腹が目入るので「メタボもあるんだ」と言ってみる。すると別の友人が「俺は睡眠時無呼吸症候群もある」と。必殺技の名前のようだ。こんな不健康のマウント合戦を細胞たちはどのように聞いているのだろう。胃腸周りで細胞たちが金切り声をあげるに違いない。「よく嘔ん

でから飲み込んでって、いつも言ってるよね。あと一味(唐辛子)かけすぎ、ふざけんな」。肺の周りの細胞たちはこう嘆くかもしれない。「たまには運動して、新鮮な空気をいっぱい吸ってほしいな」。筋肉周りの細胞たちが叫んでいる。「刺激が足りない!」。思えば細胞たちにはお世話になってばかりで恩返しができている。自分のことは疎かになりがちだが、健気な細胞たちのためと思うとうまく労える気がする。

自分の内側にあるものが擬人化によって取り出されると、これまでと違った付き合い方ができる。心理学的には“外在化”という作用だ。『はたらく細胞』の作者も読者や視聴者に健康を意識してもらいたいと願ってこの作品を手掛けているのかもしれない。皆さんも良ければ一度はこの作品を視聴して(読んで)、自分の内側に目を向けてみてはいかがであろうか。わたしの細胞たち、待っていてくれ。十分な運動と栄養、規則正しい生活を心がけるよ。明日から…。来月には必ず……。2026年までにはきっと。

向陽台 PICK UP

●褥瘡防止対策委員長
中村 知美 (北3 看護師長)

褥瘡防止対策委員会

～目指すは褥瘡^{ゼロ}、『患者さんの笑顔を守り隊』～

こんにちは! 褥瘡(じょくそう)委員会では、患者さんが快適に過ごせるように目に見えないけれど大切なケアを行っています。褥瘡とは、長時間同じ姿勢でいることでできる傷のことです。これは放っておくと大きな傷になってしまいます。でもご安心を! 我々委員会がしっかりサポートします。委員会のメンバーは、専任医師・専任看護師・作業療法士・管理栄養士・薬剤師で構成されています。

私たちのモットーは「予防が一番」ですが、それだけではありません。「どうしたらもっと早く効果的にケアができるのか」を常に考え、患者さんが少しでも快適に苦痛なく過ごせるように日々努力しています。患者さんの状態に合ったケアを行い、その人に合った方法でサポートしていきます。常にチーム一丸となって柔軟に対応しています。みんなで褥瘡^{ゼロ}を目指し、患者さんが痛みや苦痛から解放されることを心から願いながら、今日も『患者さんの笑顔を守り隊』は戦い続けています。



それぞれのお仕事の紹介



専任医師 傷が本当に褥瘡なのかを診断をします。そして感染していないか、壊死していないかなど確認し、治療の方針を決めます!



専任看護師 褥瘡の発見は任せて! 患者さんの皮膚を毎日チェックして褥瘡が発生していないか常に目を光らせています。



薬剤師 褥瘡は塗り薬で治療します。どの塗り薬を使えばいいか、軟膏選びは薬剤師に任せてください!



管理栄養士 褥瘡の予防や回復には食事からきちんと栄養を摂ることが重要です。私たちが考えた栄養満点のご飯を召し上がれ!



作業療法士 褥瘡は皮膚が圧迫されることでできるので、ポジショニングと除圧を定期的に確認します。患者さんの皮膚は私たちが守る!



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23回



社会医療法人愛育会 福田病院

病院長 河上祥一 先生

向陽台病院の皆様、関係者の皆様、初めまして。熊本市中央区にあります「福田病院」の病院長の河上と申します。福田病院は、産婦人科を中心とした病院で、女性はご存じの方も多と思います。

以前は、精神科の薬剤によっては、月経不順や無月経を来たすことがあり、婦人科で受診されていた方もおられました。最近では、薬剤の進歩により、妊娠が可能となり、産科で受診される方も増えてきました。

近年、妊産婦のメンタルヘルスケアについては、注目されており、向陽台病院の皆様方には、当院からの紹介でもお世話になっております。使用薬剤については、妊娠中では胎児への影響をご心配される方もおられますし、産後は、授乳への影響を心配される方もおられます。最近では、上記期間中でも使用できる薬剤も増えており、当院薬剤部と協力しながら、よりよいマタニティライフを送っていただければと思っております。

また、産後のマタニティブルーなどの早期発見もほとんどの産婦人科で行われております。当院では、公認心理師も在院しておりますので、心理師面談や漢方薬の処方、状況によっては、向陽台病院へのご紹介も行っておりました。ついに2025年4月からは、月2回ではありますが、周産期メンタルヘルスケアの予約制外来を向陽台病院の協力にて開始する予定です。

お互いの病院が協力して、地域の方々へ心身共に、より良き医療を提供できることに努めてまいります。



院内学級
ひかり

魔法のマイク?!



「構造化」という言葉を聞いたことがあるでしょうか。主に視覚を利用して、物事や時間の流れなどの理解を促す合理的な配慮を指します。当院の児童思春期病棟でも、この方法が随所に使われており、病棟活動の一つであるコミュニティーミーティングが最たる例です。ホワイトボードに会の流れを示し、子どもたちの想像力を掻き立てます。加えて、「褒めの構造」。子ども同士で良いところを見つけ合う“いいねボックス”が場を和ませます。ミーティングの最後には、スタッフからの“表彰”の時間があり、手伝いや食事の完食を褒められた子どもたちはまんざらでもない顔で退室していきます。一貫した構造の中で見通しを持ち、安心した生活を送るための工夫です。

そんな南3病棟に最近新たな強敵が出現しました。その名も『ハイ・テンション』。とにかく騒がしいのです。ざわつきの合間に飛び交う「うるさいよ」「しずかにー」の声。自分たちで声を掛け合えるのは素晴らしい。ただ残念なことにはその声が一番大きい。

病棟の課題としてコミュニティーミーティングで扱うことにしたものの、話し合いの最中にも「静かにして」「そっかがうるさい」とピリピリ。統制されたはずのコミュニティーミーティングに歪みが生じました。ミーティング後の振り返り。ため息混じりに状況を分析し合います。「他の子の声に反応していますよね」「聞く番だとわかりづらいのかもしれないですね」…「おもちゃのマイクを使ってみますか!」

そんなひらめきで始まった“マイク作戦”。発言したい人は挙手をして、マイクを受け取り発表するというものですが、その効果やいかに…?

「今日は落ち着いていましたね!」「ほかの人の発言を待っていました!」

そう、効果は抜群。いつも聖徳太子のように方々の声を拾っていた司会者も、その日は余裕の生還です。これぞ構造化の力!と自画自賛したいところですが、新しいアイテムも楽しんで取り入れられるのが、子どもたちの素直さと柔軟さです。会が終わればまた賑やかな日常に戻るけれど、ささやかな変化と成長を喜ぶ日々です。

(臨床心理士 佐藤 紗史)

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。



春が来た
花より団子? いや、花も団子も!
癒しのガーデン

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12月から2025年2月の動向を掲載しています。

集計月	2024年 12月	2025年 1月	2025年 2月
外来延数	2,480	2,372	2,348
新患者	35	39	38
1か月ごとの入院患者数			
入院	41	44	51
退院	49	46	52

編集後記

病院の情報雑誌の編集後記。こんな小さな一説まで読んでいる人は「通」な方だと思います。きっと機微に富み、物事に造詣の深い方であると思います。『KOMOREBIマニア』を名乗る資格があることでしょうか。私共が丹精を込めて編んだ雑誌をあなたのような方に読んでいただけたことをとても幸せに思います。今後とも益々のお引き立てを賜りますようお願い申し上げます。

(辻翔太)

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。皆さまの率直なお意見をお聞かせください。(広報委員会)

診察のごあんない (2025年4月現在)

月	火	水	木	金
比江島 (13:30～17:00)	比江島 (9:30～15:00)	横田(晃) 【隔週】	兼氏	武藤
伊藤	田仲	兼氏	河津	田仲 (10:00～12:00)
白濱	武藤	伊藤	後藤	島貫
	坂本	町田	宮崎 【隔週】	伊藤
	森並	大熊 【月1回】		

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

※担当医は予告なく変更になる場合がございます

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)

依存症治療の相談は、代表電話 (096-272-7211) へご連絡ください。

※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。