

2009/9

No. 7



医療法人 成精会

刈谷病院

Harmo-net

ハハモネット

「第5回 あったかハートまつり」を開催して

第5回あったかハートまつり実行委員長

石黒 直生



子どもたちがスタンプラリーのポイントを探して病院の中を駆けていました。200名を超えるボランティアのうち、4分の1は高校生で、学校のホームページをのぞいてみると、生徒さんたちの楽しそうなスナップ写真が踊っています。そんな光景を目

にすると、これが刈谷病院かしらと、感慨深いものがあります。

あったかハートまつりは、地域の皆さんに病院の中まで足を運んでいただくことを目的に4年前に始まり、今年でもう5回を数えました。障害を抱えながらも、分け隔てなく暮らしていけるような地域社会であってほしい、そしてその実現のために協力し合っていきたい、そうした願いのもとに、地域の様々な立場の方にも委員として企画運営に参加していただけてきました。当初の目的は少しずつ達せられているように感じます。

もちろん、年に一度のおまつりで大きな変化が期待できるとは考えていません。精神障害というものを、そしてその大変さを、理解していただくのはものすごく難しいことです。でも、何かを動かすためにはまずとりかかりが必要です。そしてそれは楽しいものであった方がいいでしょう。ですから、このおまつりをどう活かしていくか、が私たちにとって重要なテーマなのです。

精神科の病院は怖いというイメージは今でもまだあるかもしれません。気軽に受診というわけにはなかなかいきません。しかし、一方で、こころの病は多くの人がかかる身近なものだという認識も徐々に広まっています。ですから、刈谷病院ももっと身近な存在となることで、地域に貢献できるのだと知ってもらいたいです。

今回のまつりで新しく取り入れたポイントは大まかにいうと三つあります。一つは刈谷駅前商店街に参加していただいたことです。当然これは地域との関係を密接にしたいということの延長線上にあります。

二つ目はバザーの特設ブースで、作業所の自主製品を展示して来場された方々にご意見をいただくという試みです。これは作業所がよりよい商品を作っていくためのお手伝いで、就労支援の可能性をひろげることにつながるとりくみだと考えています。

そして三つ目、これが今回の最大の特徴で、「交流ひろば」という、病院でのとりくみを紹介するコーナーを設けたことです。まずは手始めにリハビリ活動を知ってもらおうと、リハビリ科のスタッフと通所メンバーの皆さんで企画してもらいました。その一部としてデイケアOBによるうつ病の体験発表も行いました。病気のつらさ、復職の大変さなどが語られ、この企画は多くの方に興味を持っていただけたと感じています。

こころの成長発達、そしてこころの健康にとって、大切なのは人と人のかかわりです。相互作用がなければ人は育ちません。人だけではないでしょう。組織も、あるいは地域社会も、バラバラに問題を抱えているのではなく、お互いにほどよくかかわり合い、支え合うことで成り立っていくものではないでしょうか。

あったかハートまつりを通して、新しいかかわりが生まれ、次へつながる力になっていくことを願っています。

豊かな心、こまやかな関わり、最新の医療

当院の理念

- ① 患者さんに差別のない目、ゆとりのある態度で接すること
- ② 患者さんに、患者さんの立場にたった思いやりのある態度で接すること
- ③ 従来の自分たちの治療に満足せず、常に新しい医療に目を向け、より良い治療を目指すこと

当院の基本方針

- ① 病気と治療に対する十分な説明と了解のもとに医療を実践します
- ② 精神科救急に積極的に取り組みます
- ③ 精神科リハビリテーションに積極的に取り組みます
- ④ 地域生活支援に積極的に取り組みます
- ⑤ 地域の医療機関、行政、福祉施設等との連携に積極的に取り組みます
- ⑥ 精神保健医療福祉についての啓蒙活動に積極的に取り組みます
- ⑦ 職員の研修と研鑽に積極的に取り組みます

ナイト・ケアってどんなところ?

ナイト・ケアとは、在宅で生活されている通院患者さんを対象とした、夜間帯の外来リハビリテーションです。
月～金（祝日以外）16:00～20:00の時間帯で実施しています。

どんな人が通っているの?

外で交流したいと思
っているけれど、決
まった時間に起きら
れない……。



日頃の疲れやストレスが溜まって
いるけれど、それを発散できる場
所がない……。



人と話しをするのが苦手で、大勢の人
たちと一緒に過ごすことが不安……。

利用する頻度や期間は特に決まっていません。一人一人にあった利用方法をスタッフと一緒に考え、より良い生活が送れるように援助していきます。

どんなことをしているの?

【レクリエーション】

- ・ビリヤード
- ・カラオケ
- ・マーじゃん など



イベント(月1回)

- ・食事会
- ・料理会
- ・デザート作り



ナイト・ケアは決まったプログラムがなく少人数でゆったりと過ごすことができます。
日中の活動で疲れた心と身体を休め、気分転換をしながらリラックスした時間を過ごしましょう。

どんなスタッフがいますの?

医師、看護師、臨床心理士、精神保健福祉士、作業療法士と多くの職種のスタッフがいます。
いろんな年代のスタッフが対応しているので、
“相談しやすいな”と思うスタッフに声をかけてください。

どうしたら利用できるの?

まずは主治医にご相談下さい。
日頃の疲れをナイト・ケアの仲間・スタッフと
一緒にリフレッシュしませんか?



文責：鈴木 美郷(作業療法士)

知っておきたい精神科 基礎知識 自閉症・アスペルガー障害

vol.6

★自閉症とは？

「自閉:自ら閉ざす」という言葉から、引きこもりなどと誤解されやすいですが、自閉症は生まれつきの障害で環境や育て方で起こるものではありません。自閉症は、暗い顔で引きこもっている状態でもありません。ニコニコして元気に走り回っている自閉症児もおり、むしろこの方が多いくらいです。しかし、母親が呼んでも止まらない、振り向きもしない。公園の柵をこえて、自動車の通る道路も渡ってどんどん行ってしまふ。母親があわてて追いかけても、どんどん逃げてしまうことがしばしばみられます。

母親も含めて人に対する興味関心が著しく乏しく、人間も、犬や猫も、机や椅子も、自動車も同じに見える。そのような状態が自閉症の自閉です。その結果として、あやしても笑わない、母親を求めない、言葉が出ないなどの特徴があらわれます。自閉症の子ども達のすべてが、このような状態にとどまっている訳ではないのですが、

少なくとも自閉症の乳幼児期はこのような状態から始まっているようです。



★自閉症の中心症状

自閉症の症状は3つに分類して考えます。

一つ目は、先にも説明した**人に対する興味の乏しさ(自閉)**です。社会性の障害と呼んだりもします。他者に興味を持たないわけですから、友達をつくらない、いっしょに遊ぼうとしない。さらに、独特のひとり言や一人遊びが目立ちます。

二つ目は、**他者とコミュニケーションを取ることの障害**です。言葉の遅れとして表れることが多いですが、表情やゼスチャーなど言葉以外の方法でも他者とコミュニケーションを取ろうとしません。また、言葉をおぼえてもコミュニケーションの目的で使おうとしないで、CMのフレーズや駅の放送などを暗唱してどこへ行っても繰り返したりします。長いフレーズも、やすやすとおぼえて繰り返すのに、人とのやり取りには使えず、「ミルクが欲しい」のような簡単な要求を示す時でも、言葉ではなく冷蔵庫を叩いて唸り声を上げることしかできなかつたりします。

三つ目は、**想像力の障害**です。ままごとやチャンバラ(戦いごっこ)、人形遊びなどのごっこ遊びやみたて遊びをせず、やったとしても他者とのやり取りのない、ひとり芝居のようなものが多いです。そのかわりに、独特な遊び方が目立ちます。例えば、回転する物や点滅する物が好きでいつまでも眺めていたり、振動や肌触りだけを面白がったり、手を振るとか体を揺るなどの動作にいつまでも没頭していたり、物を並べたり物を斜めに眺めることに執着するなどの行動です。また、事物の細部に執着しやすく、道順、手順、物の位置などへのこだわりが強く見られます。

また、これら3つの中心症状のほかに、苦手な音や触れない物があるなどの感覚過敏が多くの子ども達にみられます。さらに、このような苦手な刺激にさらされたり、こだわっている事物を制止されると、容易にかんしゃくを起こし、いつまでも激しく泣いていたり、時には自分の顔を叩いたり、頭を打ちつけたりするパニックの状態になります。

★アスペルガー障害とは？

自閉症の診療と研究は、1943年にアメリカの児童精神科医であるレオ・カナーの報告によってはじまりました。1年後の1944年、オーストリアの小児科医ハンス・アスペルガーは、カナーが報告した子ども達と共通した特徴がみられるが、それよりも軽度で、特に言葉の障害がまったく無いか極めて軽微な子どもたちを報告しました、しかし注目されることはありませんでした。

1981年に、自閉症の娘の母親でもあった英国の医師ローナ・ウィングが、アスペルガーが報告した子ども達を「アスペルガー症候群」と命名して紹介したことで、この障害についての関心が高まりました。現在では、この障害は「アスペルガー障害」とも呼ばれています。

★自閉症・アスペルガー障害の子ども達の成長発達

自閉症やアスペルガー障害の子ども達は、ずっと人に興味を持たず言葉が遅れたままではではありません。多くの子ども達は、障害を持ちながらも、その子なりに成長・発達していきます。少なくとも幼児期についてはその障害は固定的なものではなく、**早期発見して療育(環境を整えて、子どもの能力を引き出すかかわりを持つこと)を開始することで成長発達が期待できると考えられています。**人に対する興味がでてくること、独特な動作やこだわりが減少すること、必要な事物について言葉によって周囲とやり取りが出来るようになることなどが、それです。

しかし、残念ながら発達しながらも残る部分があります。他人の気持ちになって事物を考えることが苦手なところ、状況音痴で集団の中で浮いてしまいやすいところ、細部にこだわりやすく事物の変化を嫌ったりしゃくし定期的な態度を取りやすいところ、言葉の微妙な言い回しに無頓着で意味を取り違えやすいところなどがそれです。

改善が期待できる部分については、希望をもって努力していくとともに、将来も残る部分については、個性として受入れて、適切な進路を選んでいくことがその子どもの幸せにとって大切だと考えます。

刈谷病院は、医師、看護師、臨床心理士、作業療法士、精神保健福祉士など多くの職種が協力し、また地域の諸機関と連携をとりながら、家族とともにこのような子ども達の成長発達を支えていきたいと考えています。

(医師 平野 千晶)

障害者相談支援事業が始まりました

刈谷市障害者相談支援センター ころ悠々

伊澤 紀明

→ の4月に刈谷市より障害者相談支援事業の委託を受け
 「刈谷市障害者相談支援センター ころ悠々」が始動しました。当センターは、刈谷市在住の方で、こころの病気を持つ方、そのご家族の方を対象とした相談窓口です。刈谷病院以外の医療機関を利用されている方ももちろん対象となっています。費用は無料です。継続してご利用いただく場合には登録が必要となります。

「今抱えている問題をどこに相談していいのか分からない」、「どんな福祉サービスがあるのを知りたい」、「日常生活に困りごとがある」等の状況を、専門のスタッフが一緒に考え、ひとりひとりにあった生活を見つけるお手伝いをさせていただきます。

開所5ヶ月を経過し、月を追うごとに寄せられる相談件数は増加傾向にあります。刈谷病院に限らず、医療機関に届いていない相談事項が、地域の中にはたくさん埋もれています。届いていない相談事項をたくさん拾い上げ、地域の関係諸機関の皆さまと手を携えながら支援していくことが、当センターの役割だと思えます。

刈谷市障害者相談支援センター 「ころ悠々」

【所在地】 刈谷市下重原町3丁目32番地
心身障害者福祉会館3F
【連絡先】 TEL (0566) 24-7017
FAX (0566) 21-0078
【開所日】 月曜日～土曜日
【開所時間】 9:00～16:30
*土曜日は12:30まで



カリヤ病院物語

第6回 作画: Qちゃん

注: このマンガはフィクションです。



カンタン vol.6 カロリー控えめ!
簡単レシピ
 ~包丁いらすの簡単メニュー~
 カロリー413kcal (1人分)
ビビンバ風炊き込みごはん



【材料】(3合炊きで2人分)
 米 …… 1合 焼肉のたれ…大さじ2
 牛薄切り肉… 70g しょうゆ…小さじ1
 もやし …… 1/4袋 A塩小さじ… 1/4
 にんじん… 1/4本 ごま油… 小さじ1
 きゅうり …… 1/2本 一味唐辛子… 少々

★炊飯器で簡単クッキング!
 韓国風の料理が専用の調理器具無しで炊飯器で出来ます。
 野菜とお肉も一度に摂れてスタミナもボリュームも満点♪
 1品でバランスも良いです。ぜひお試しください。
 (栄養士 西 香織)

- 作り方
- ①米は洗って水けをきる。もやしは根をとり、にんじんは太めのせん切りにする。牛肉はひとくち大に切って焼肉のたれを混ぜる。
 - ②内がまの底に牛肉をはりつけ、米を入れてAを加え、水を炊飯器の目盛りまで注ぎ、にんじん、もやしをのせてふつ々に炊飯する。
 - ③きゅうりはななめせん切りにし、塩をふってしばらくおき、しんなりしたら水けをしぼり、ごま油をまぶす。
 - ④②が炊きあがったら蒸らし、③をまぜて器に盛り、お好みで一味唐辛子をかける。

ワンポイント
 きゅうりをチンゲン菜や、冷蔵庫にある野菜で代用してもいいですね!辛いのが好きな方は、焼き肉のたれをトーパンジャンにしたり、調味料をかえるだけで、いろいろな味が楽しめます。

- 患者さんの権利
- 人間としての尊厳が認められる権利
 - 平等に医療を受けられる権利
 - 十分な説明を受け、知る権利

- 医療を選択し、自己決定する権利
- 治療スタッフを知る権利
- 個人情報の秘密が厳守される権利

- 患者さんの責任
- 治療上のルールを守り、治療に参加する責任
 - 治療上で必要な情報を提供する責任
 - 医療費を支払う責任

編集・発行 /



神経科・精神科
 医療法人 成精会

刈谷病院

〒448-0851 愛知県刈谷市神田町2-30
 TEL (0566) 21-3511
 FAX (0566) 21-3536
 http://www.kariya-hp.or.jp
 携帯HP http://www.kariya-hp.or.jp/i/



- JR東海道線刈谷駅南口下車 徒歩10分
- 名鉄三河線刈谷駅南口下車 徒歩10分

編集後記

「ハーモネット」7号はいかがでしたか。今回の知っておきたい精神科基礎知識は自閉症についてです。精神科の病気について知っていただく機会となれば幸いです。また、障害者相談支援事業として刈谷市障害者相談支援センター「ころ悠々」が始まりました。ハーモネットを読んでいただき精神科医療について少しでもお役に立てれば幸いです。

(広報委員会 青山 博之)