2016/1
No.20
医療法人　成精会
刈谷病院

ハーモネット
Harmo-net

年頭ご挨拶

院 長
垣田 泰宏

新年あけましておめでとうございます。本年も刈谷病院をよろしくお願いいたします。

昨年３月からB1病棟が認知症周辺症状などに対応する第２の精神科救急入院料病棟として稼働を開始し、病院全体で５病棟から４病棟、231床から207床とベッド数を減らしました。2012年11月の新病棟・外来管理棟のオープン以来、さまざまな病院機能の変化に職員一丸となって取り組んでまいりました。ひとまず病院内の大きな変化はこれで最後となります。

認知症には、もの忘れ（記銘力障害）、場所や時間がわからなくなる（見当識障害）、理解力や判断力の低下、今までできていたことができなくなる（失行、失認）などの認知症に必ず出る中核症状と、周辺症状と呼ばれる、幻覚、妄想、抑うつ、徘徊、暴言、暴力など自宅や施設で介護をする上で非常に困る症状があります。周辺症状は必ず出る症状ではなく、人によって出方もさまざまです。激しい認知症周辺症状に対する入院治療のニーズが年々増してきており、高齢化社会をこれから迎える今後、このニーズはますます増えていくことが予測されています。そのためB1病棟では、ユマニチュード（フランスのイヴ・ジネスト氏によって開発された認知症ケア）、認知症クリニカルパス（標準治療計画書）、認知症家族教室など新たな取り組みを始めました。

９月には刈谷病院で初めてとなる内科常勤医が着任いたしました。これにより身体合併症の治療がより充実したものになりました。今までは餅は餅屋ということで、総合病院との連携を強化して身体合併症の治療をお願いしておりましたが、今後、国の施策でも求められているように、身体合併症の対応力の強化に努めねばなりません。刈谷病院でも、内科常勤医を中心にして医師、看護師など職員の身体管理能力の向上はもとより検査体制など設備面でも充実をはかり、先ほど来述べている認知症周辺症状に対する新たな取り組みを軌道に乗せ、さらに向上してまいります。

また、デイ・ケアについて新たに見直しをしていきます。もともとは長期入院患者さんが退院して地域で生活をする際に、再入院・再発予防、居場所、生活リズムの維持などを目的に実施してまいりました。1971年に医療保険に導入され、刈谷病院では1992年から開始しました。現在では、地域の障害福祉サービスが徐々に増えてきており、内容が重複するところもあり、刈谷病院のデイ・ケアとしてどうあるべきか見直す時期に差し掛かっております。もちろん、今まで刈谷病院のデイ・ケアを好んで通ってきてくださる利用者さんも大勢いらっしゃるので、これまでの良さを大切にしながら、今年の大きなテーマとして取り組んでまいります。

最後に、2016年が皆様にとりまして実り多き１年となりますよう祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

ゆたかな心、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、障害と支援に対する説明と意思決定のもとに医療と福祉を実践します
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. 障害者の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、福祉施設をはじめ、すべての社会資源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
8. 安心、安全な医療福祉環境作りに積極的に取り組みます

発達障害親子教室の紹介

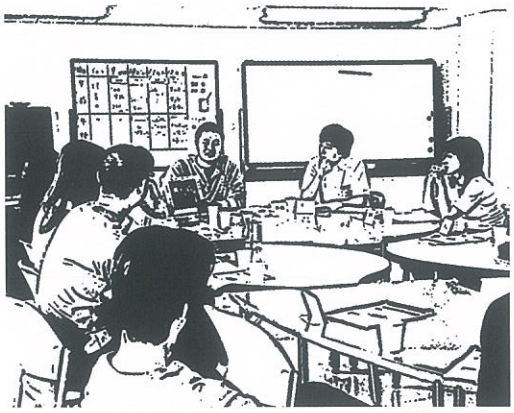
刈谷病院では、自閉症スペクトラム障害のある入学前のお子さんとその家族への心理教育として、2006年10月より発達障害親子教室（以下、親子教室）を開催しております。「心理教育」とは、病気や障害の性質や治療法、対応方法などについて、当事者や家族の病状や気持ちに配慮しながら段階を踏んで伝えていく方法です。病気や障害について正しい知識を持ち、将来への適切な見通しを持っていただくことは、お薬を飲むことと同程度に大切です。

親子教室は、保護者に発達障害とその支援について学習の機会を提供する「親教室」と障害を持つお子さん（以下、対象児）に保護者とは別の空間で集団活動を体験してもらう「子教室」から成るプログラムです。

親子教室は５回を１シリーズとして、隔週土曜日に開催し、ひとつのシリーズに、6～8家族が集まります。同じ家族が繰り返し会って、知識を共有した上でお互いの思いを受けとめあう体験を持っていただいております。親教室では、刈谷病院の職員と地域のボランティアからなるスタッフと共に、さまざまなことを学びます。１回２時間の活動時間は、前半を講義、後半をディスカッションにあてています。

これまでに19シリーズの親子教室が開催されました。事前に家族とインタビューを行い、対象児の特徴、親子教室に期待することなどについてまとめ、参加スタッフで検討し情報を共有しています。活動後には、スタッフでその日の講義やディスカションについて点検をしたり、更に工夫すべき点について検討をしています。

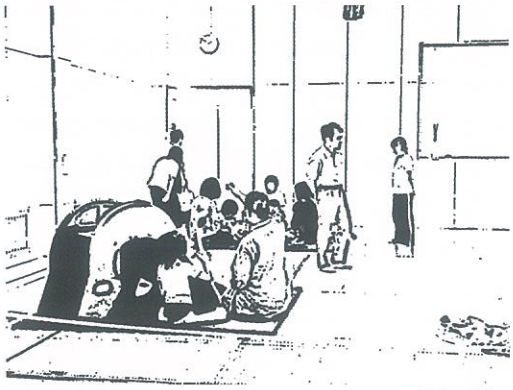
親子教室は、「地域の関係者を積極的に取り込んで運営すること」を基本方針としてきました。発達障害の支援にたずさわる地域のボランティアと刈谷病院の職員が親子教室の運営にあたっています。ボランティアには広い年齢層の障害児・者に関わる各種の施設・機関の職員が参加しています。医療、福祉分野だけでなく、保育園、学校、市役所、学生などさまざまな分野の人たちが参加しています。そのため、地域の広い視点から情報の提供ができていると思います。子教室では、広く安全な空間で専門性の高いスタッフが関わることによって、対象児はそれまでとは違った行動や表情を見せます。日々障害児と接していても気づかなかった子どもたちの柔軟な反応に出会い、子どもたちの可能性を発見したボランティアが少なからずいました。


親教室の様子

このような実践を通じて、親子教室の意義が単に子どもとその家族の支援にとどまらないことを実感しています。その他の意義として、地域における人材の育成、地域ネットワークづくりが考えられます。

地域の関係者が発達障害児とその家族への支援の体験を共有することでネットワークが生まれ、①知識と情報の共有、②問題意識の共有③地域での継続した支援がもたらされます。

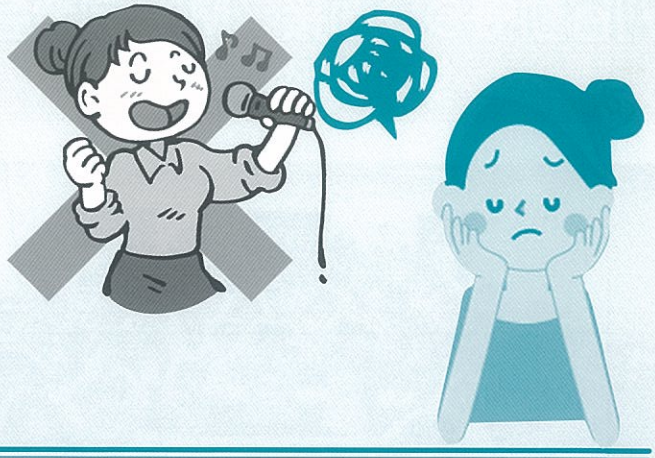
今後も児童精神科の地域ネットワークの発展を目指し、親子教室を継続してまいります。


子教室の様子

（医師　平野 千晶）

知っておきたい 精神科基礎知識 社交不安障害

vol.14



「社交不安障害」とは、大勢の目に晒されたりするような社会的な場面で不安や恐怖を過大に捉えてしまう病気です。思春期頃の発病が多く、1980年代のアメリカで病気として認識がされるようになった比較的新しい病気といえます。ひきこもりと呼ばれるようなケースにおいても、根底にこの疾患を抱えている場合もあるようです。

＜具体的なケース＞

会社の朝礼の挨拶を任されることになったＡさん。元々几帳面な性格で入念にセリフを考えて当日を迎えました。いざ、朝礼の場面を迎えましたが、Ａさんは緊張のあまり手が震え、しまいには頭が真っ白になって何を話しているのか自分でもわからなくなってしまいました。それ以来、Ａさんは人前で話をする度に同じ事が起こるのではないかと不安でたまらず、人が大勢集まる場で話をすることを出来る限り避けるようになってしまいました。

＜人前での強い緊張や不安は誰しもあるけれど…＞

大勢の人の前で何かをするといった社会的な行為は、誰しも不安に思う場面です。過度であったとしても、従来「内気な性格」「あがり症」などといわれ、性格的な問題として済まされてしまう事が多かったようです。

＜実は性格的な問題だけではないかもしれない…＞

過度に緊張や不安を感じる原因は、脳の機能に関連があることがわかってきています。神経伝達物質のバランスの崩れや、脳内にある扁桃体と呼ばれる不安や恐怖に関連する部位の異常な活動がこの疾患の発症に関与している可能性があると言われています。

＜治療は？＞

薬物療法と精神療法があります。抗うつ剤や抗不安薬の有効性が示されており、当院でもこれらの薬を処方して治療を始める事が多くあります。薬を使用して、苦手なことに挑戦出来る環境を整え、１つ１つ「成功した！」という体験を積み重ねていただく事が大事です。安全性の高いお薬ですが、適切に用いなければ副作用などの問題はありますので、医師とよく相談して使用することが大切です。精神療法としては、「認知行動療法」の有効性が示されています。自分自身で不安や恐怖を感じる理由を探り、不安を制御していく方法です。細かな手続きが必要で、残念ながら当院では行っていない治療法になりますが、ご自身で簡易的に行う事が出来る本なども出版されています。

＜治療期間や経過＞

長く性格の問題と考えて過ごされていた方も多く、治療も長期間に渡る事が多いようです。半年から１年かけ苦手だった場面に対応出来るようになられる方が多いですが、症状が完全には消失しなかったり、薬を止めると再発したりすることはありえます。社会生活の質を大きく下げる病気ですので、性格の問題だと考えて諦めるのではなく、じっくりと治療をつづけて行くことが大切でしょう。

（医師　矢森　真）

刈谷動機づけ面接（MI）学習会、集中基礎講座

8月1、2日にＭＩ集中基礎講座の研修会が行われました。磯村先生、菅沼先生他、トレーナーの方々のおかげで、暖かく楽しい雰囲気の中、多くの実践的スキルを演習できました。院内外の参加者66名の中には、はるばる富山からみえた方もいました。ＭＩスピリットである**思いやり・共同・受容・喚起**をそれぞれの現場に持ち帰り、実践に役立てたいと思います。

文責　宮下　優子（看護師）

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

5分で完成！レンジで簡単あったかスープ！

簡単（カンタン）ヘルシー　お手軽！レシピ　vol.19

冬の寒さに負けない「ほうれん草とコーンのミルクスープ」

材料〈1人分 70Kcal〉

- 冷凍カットほうれん草 ……20g
- 冷凍ホールコーン ……10g
- カットハム ……10g
- Ⓐ
  - 水……100ml
  - 牛乳 ……100ml
  - コンソメ ……小さじ1/2
  - かたくり粉……小さじ1/2
- 粗びき黒こしょう……少々

作り方

① 大きめのカップや深めのスープ皿に、ほうれん草、コーン、ハム、Ⓐを入れる。
② ラップをかけずに、そのまま電子レンジで3分加熱する。
③ やけどをしないように取り出し、ひと混ぜしてから粗びき黒こしょうをふる。

＊電子レンジで加熱すると、牛乳が吹きこぼれることがあるので、大きめの器を使ってください。

ワンポイント

体をあたためる効果のある、簡単スープレシピの紹介です。コーンにはビタミン、ミネラルが豊富に入っていて、風邪を予防する効果もあります。また、牛乳にはカルシウムが多く、神経の興奮や緊張をほぐして、イライラを和らげる効果もあります。

体も心もあたためて、寒い冬を乗り切りましょう！（豆乳やブロッコリーでも代用できます）

管理栄養士　大石　眞琴

編集後記

新年あけましておめでとうございます。ハーモネット２０号を無事、発刊することができ、今号は巻頭言を病院長からいただきました。時代のニーズに合わせ変化を続ける刈谷病院ですが、「ハーモネット」も皆さまのご要望に沿うよう内容を充実させ楽しい広報誌となるよう委員一同、努力してまいります。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

広報委員　山田　いつ子

神経科・精神科
医療法人　成精会
編集・発行／刈谷病院
〒448-0851 愛知県刈谷市神田町二丁目30番地
TEL(0566)21-3511　FAX(0566)21-3536
http://www.kariya-hp.or.jp　携帯HP／http://www.kariya-hp.or.jp/i

交通のご案内

車で
- 国道23号線
  野　田ICから車で10分
  上重原ICから車で10分
- 無料駐車場　117台

電車で
- JR東海道線刈谷駅南口より徒歩10分
- 名鉄三河線刈谷駅南口より徒歩10分