

さくらそう

北陸の冬 あれこれ



連載
vol.3

あこれの健康
ソレ!

「当病院診療部（医局）について」

便利は不便？

さくらニュース

桜フェスタ（文化祭）開催！

地域住民の皆さん対象の「いきいき健康教室」継続して行っています。

第30回石川県リハビリテーション風船バレーボール大会に参加！

石川県かかりつけ医等認知症対応力向上研修に参加！



最新ニュースもチェック→ 桜ヶ丘病院スタッフブログ <http://e-sakuraho.com/staffblog/>



桜ヶ丘病院
Sakuragaoka Hospital



ひょっとして 精神障がい者は苦手ですか？

精神の障がいの最大の特徴

目に見えない

「一見、普通に見える」
「怠けているのでは？」
と思われたりしているかも…



ひょっとしたら

「どうしてこんなことが
できないの？」
「何を考えているの？」
と言われたりしている
かも…

きっと、歩けずに車椅子に乗っている障がい者を見たなら
誰も「何故走れないのですか」とは言わないですよ。

…といったことで精神障がい者は、なかなか理解してもらえない。



さらに…

一般社会に馴染めないということに繋がっているかも…かもしれません。

統合失調症の方々の例を挙げてご紹介しますと…

①適度に休むことが出来ず、疲れやすい。

もともとの病気の症状としての疲れやすさに加えて、適度に休むことや力の抜き方がわからない。(例えば、いつも全力疾走だったりする)

②新しいことや変化が苦手で、臨機応変に対応できない。

③状況の変化に弱く、課題に直面すると混乱し、新しい環境や変化に慣れるのが苦手。

④過去の経験から得られた知識や教訓を経験として自分のものにすることが苦手。

⑤「オモテ」と「ウラ」、「本音」と「建前」を使い分けることが出来ず、 「適当に…」というのが苦手

⑥自分というものがなく他人の意思に流されやすかったり、すべて他人任せにする傾向がある。

精神障がい者はちょっと苦手だな…というあなたに…
この本をオススメします。

2016年12月発売されたばかり…の

「ケアマネ・福祉職のための精神疾患ガイド
～疾患・症状の理解と支援のポイント」(中央法規出版)
山根 俊恵(山口大学大学院医学系研究科保健学専攻教授) 編著

↑ 実は精神科認定看護師の大先輩(精神科認定看護師第1号!)です。



で、世の中には4つのパターンの方々がいるわけです。

- 1, 自分の中で起こっている(病気の)ことが理解できずに、閉じこもったり、他人のせいにしたりして上手く関係がとれずに困ることが多い精神障がい者。
- 2, 病気の症状のことは知っているけど、精神障がい者の病気のことばかりに目がいって、障がい者の生活のしづらさを理解できなかったり、障がい者との人間関係が出来ていないのに、治療を勧めようとしがちな医療関係者。
- 3, 障がい者の生活のしづらさを身をもって感じて、精神障がい者を守る為に、社会から目立たないように隠そうとしたり、医療関係者に全て任せきりにしたくなってしまう身内。
- 4, 病気のことも、障がい者の生活のしづらさも、身内のつらさも知ることが出来ずに、見なかったことにしてしまいたくなるその他のの方々。

ですから…

今、大きな注目を浴びている「フィンランド」の一地方での実践「オープン・ダイアログ」…『依頼があったら「24時間以内」に精神科の「専門家チーム」が出向き、患者・家族・関係者を交えて状態が改善するまで、何度でもただ「ダイアログ(対話)」をする』手法で、初期段階でこの実践を受けた80%以上の方が、薬物の助けなしに、症状の再発がなかったり、あっても軽微な状態にとどまっている夢のようなお話が…、実は夢でもないのです。

2017年(平成29年)2月25日「第24回精神科看護管理研究会in金沢」でオープンダイアログについてのシンポジウムがあります。詳しくは、お尋ね下さい。

「当病院診療部（医局）について」

現在、6名の精神科医(うち5名は精神保健指定医)と2名の内科医(うち1名は精神保健指定医)が在籍しており、496床(稼働444床)の病棟業務と外来業務を全力でこなしています。精神科医は精神疾患全般はもちろん、特に近年の超高齢化社会に伴い急速に増加している認知症治療や自殺対策にも繋がるうつ病治療に対するニーズにも積極的に対応しています。精神科病院でしか成し得ない治療を展開すべく、医師を中心として看護師やリハビリテーション専門職、栄養士、薬剤師、精神保健福祉士など多職種と連携し業務に当たっています。内科医は、精神障害患者の合併症治療にも対応しています。

また、週間行事としては、毎週月曜日には抄読会、水曜日には医局会(新患入院患者および死亡退院患者紹介と症例検討会(ケースカンファレンス))、金曜日にはD.I.(薬剤情報検討会)を開催し、毎回活発な討論を展開しています。教育面では、指導医が大学や関連病院から派遣された研修医、精神保健指定医や精神科専門医を目指す医師への丁寧な指導を行っており、院内外での精神科疾患や治療についての講演などにも幅広く取り組んでいます。



(毎週水曜日開催の医局会)

記事:診療部 岩崎真三

新人医師の紹介

平成27年4月に入局しました、大平です。

主に女子閉鎖病棟、開放病棟、認知症治療病棟を担当し、外来診療も行っています。

目下、日常業務に加え精神保健指定医の資格取得のためのレポート作成などに日々奮闘中です。

よろしくお願いします！



便利は不便？

こんにちは。精神科AM(アンガーマネジメント)看護師の袋井修平です。

今回は「便利」について考えていきたいと思います。近年IT化が進み、「便利」なものやサービスが本当に多く存在します。その代表がスマートフォンではないでしょうか？電話するという目的だけではなく、インターネットやゲーム、その他アプリなど、日常生活を送る中で必需品になっているといっても過言ではありません。こうした「便利」なものは、実は「怒り」を生み出すきっかけとなることが多くあります。スマートフォンを使いたい時に充電がなくなったり、インターネットへの接続が途切れたりしたことをイメージしてみてください。「便利」なものが使えない不便さが「怒り」の感情を生み出すわけです。世の中「便利」になるとストレスが減るように感じますがそれは諸刃の剣のようなもので、ちょっとしたことがきっかけでさらに大きなストレスを抱えることになりかねません。「便利」は新たな不便を生み出し、「怒り」の感情を生み出しやすい状況を作り出している。現代社会の特徴であり、永遠の課題ともいえるのではないのでしょうか。

P.S.

アニメ映画の『アングリーバード』もう見ましたか？

飛べない鳥たちが暮らす平和な島バードアイランドを舞台に、太い眉毛がトレードマークの怒りんぼうのレッド、おしゃべりでお調子者のチャック、身体は大きいが小心者のボムの3羽が、盗まれた大切なタマゴを取り返すため、伝説のヒーロー「マイティ・イーグル」を探す旅に出る姿を描いています。この3羽がアンガーマネジメントを体得して、怒りの力をパワーに変えて盗まれた大切なタマゴを取り返すため奮闘します。

(H29年1月29日DVD発売予定)



TOPIC OF anger management

記事：看護師、CVPPPトレーナー、アンガーマネジメントファシリテーター、
アンガーマネジメントキッズインストラクタートレーナー、
アンガーマネジメントアドバイザー 袋井 修平

★TOPIC.1★

桜フェスタ(文化祭)開催!

10月15日(土)に桜フェスタ(文化祭)を開催しました。

患者さん・ご家族・地域住民の皆さんに、病院のことをもっと知って頂く機会として、開催しました。今回の桜フェスタも、作業療法の活動で作った手芸作品のバザーやゲーム体験、喫茶、ちぎり絵など、手作り感のある暖かな雰囲気になることができました。

今回は例年以上に多くのご家族や地域住民の皆さん、地域のお子さんが来場され、活気のある桜フェスタとなりました。患者さんたちの作品が売れていくたびに、患者さんの喜ぶ顔と自信を取り戻していく姿を見れたことに、頑張って桜フェスタを開催して良かったと思いました。



★TOPIC.2★

地域住民の皆さん対象の

「いきいき健康教室」継続して行っています。

「いきいき健康教室」は、熱心な地域住民の皆さんのおかげで継続することができています。

10月「2025年問題」超高齢社会とは?」、11月「体操で健康になろう!」、12月「認知症サポーター養成講座」のテーマで行いました。

地域の皆さんの認知症に対する意識の高さと、学ぼうとする姿勢に感銘を受けました。地域の皆さんの元気と熱意に支えられ、いきいき健康教室は楽しく健康になれる素晴らしい活動となっています。



★TOPIC.3★

第30回石川県リハビリテーション風船バレーボール大会に参加！

平成28年10月8日(土)、いしかわ総合スポーツセンターにて、第30回石川県リハビリテーション風船バレーボール大会が開催されました。石川県作業療法士協会では、昭和62年から年1回県大会を開催し、今年で30回という節目の大会となりました。当院は長きにわたって風船バレーボール大会に参加しており、今大会を含めて20回以上出場している施設に送られる『施設功労賞』を頂きました。

障害や年齢を問わず参加できる競技であり、参加する患者さん達も毎年楽しみにされています。最善を尽くしましたが、予選敗退という悔しい結果となりました。しかし、患者さん達は清々しい表情をされ、『来年は優勝するぞ!!』と前向きに励まし合っていました。たくさんの方の元気がもたらした貴重な機会となりました。



★TOPIC.4★

石川県かかりつけ医等認知症対応力向上研修に参加！

去る11月24日、「平成28年度 石川県かかりつけ医等認知症対応力向上研修」の第1回事例検討会が浅ノ川総合病院であり、当院からは5名が参加しました。今回は天野副院長と地域医療連携室の道村が、徘徊を伴う認知症患者さんご家族などへの対応について苦慮している1事例を提供しました。頻回な徘徊によって日々お困りであるものの、精神科に入院させるのは可哀想と思うご家族の思いを聞きながら、地域包括支援センターの方とどう連携し問題解決をしていくかが課題の事例でしたが、参加者の方々の今後の関わり方の参考になるような、貴重なご意見とアドバイスをいただける場となりました。

今後このような機会には積極的に参加し、地域の関係機関のみなさんと知り合い、多職種のみなさんの専門性に触れ、より良い支援ができるよう努めていこうと思っています。



病院理念

精神科専門病院として、心のケアから高齢者医療にいたるまで、
心のこもった医療を行います。

基本方針

- 1) 優れたスタッフを充実させ、質の高い医療を提供します。
- 2) 安全性、信頼性を常に考え、十分な説明と理解と同意に基づいて治療を行います。
- 3) 地域医療の充実に貢献する病院を目指します。

患者さんの権利

- 1) あなたは、良質な医療を受ける権利を持っています。
- 2) あなたは、医師、病院を自由に選択する権利を持っています。
- 3) あなたは、十分な説明を受けた後に、治療を受け入れるか、または拒否する権利を持っています。
- 4) あなたは、ご自身の情報を得る権利を持っています。
- 5) あなたは、ご自身の情報について守られる権利を持っています。
- 6) あなたは、健康教育を受ける権利を持っています。

※なお、皆さんは権利とともに義務も発生いたします。

入院生活を送っていただくうえでは必ず病院規則はお守り下さい。

《外来診察スケジュール》

診療時間	診療科目	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:00)	精神科 一診	岩崎	橋本	林	大平	天野	大平
	精神科 二診	中川					廣澤
	内科		宮内				
午後 (13:30~17:00)	精神科 一診	富岡	中川	天野	岩崎	林	
	精神科 二診				天野		
	内科			宮内			

《外来受付時間》

○ 初診 午前 8:30~11:00 ◎ 再診 午前 8:30~11:30
午後 13:00~16:00 午後 13:00~16:30

・初診の受診について、事前に電話相談をさせていただいておりますので、お気軽にお電話下さい。
・初診については、診療時間が長くなる場合がありますので余裕をもって来院して下さい。



医療法人社団浅ノ川



標榜診療科 精神科 内科 歯科

●精神科デイケア・デイナイトケア 「さくらんぼ」
●グループホーム 「プリムラ」 「ハイツ北金沢」

TEL:076-258-1454

〒920-3112 石川県金沢市観法寺町へ174番地