

# さくらそう



こころの病の『症状』と『障害』ってなんやろ？



「私たちの病棟」について



暑いから夏バテ??



さくらニュース



桜ヶ丘病院  
Sakuragaoka Hospital

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-sakurahp.com/staffblog/>





## 今夏の表紙 ～大悲山観法寺～

当院の背後の小高い山、稲荷神社と並んで小さな御堂があります。

現在の御堂は昭和61年に建て替えられたとのことですが、御堂内には「正観世音菩薩立像」他2体が安置されており、旧暦の7月9日には地元の皆様により、参詣すると4万6千日参拝したのと同じ功德があるという「四万六千日」が催されます。

境内にある由来碑によりますと、聖武天皇・天平年中といたしますから奈良の文化華やかなりし頃、「行基」が当国行脚でこの地を通りかかった折、感ずるものありて草庵を結び一心に祈ったところ眼前に観世音菩薩が現れ、仏法有縁の地ならんと自ら霊木を探り彫ったのが、御堂内に安置されている尊像で、開山は天平2年といたしますから今から1,288年前となります。

その後七堂伽藍が整備されましたが、木曾義仲が陣を張った折の戦や、その後の火災でことごとく失われましたが、昭和に入り再興の気運が高まり地元の住民の手によって大切に守られています。(当院から400m 徒歩6分)

付近には古墳時代から奈良時代の須恵器や瓦を焼いた窯跡(観法寺ジンヤマ窯跡)や、古代から中世の集落跡(観法寺ヤツタ遺跡)もあるとのこと、現在、(公財)石川県埋蔵文化財センターによって発掘調査が開始されたところです。

遺跡の情報は(公財)石川県埋蔵文化センターのホームページ(<http://www.ishikawa-maibun.jp/>)、最新発掘情報で見ることができます。



## こころの病の「症状」と「障害」ってなんやる？

言葉を聞くと何やら難しいですが…統合失調症の例で紹介しましょう。

統合失調症の症状は大きく分けて三つ ①陽性症状(ようせいしょうじょう)、②陰性症状(いんせいしょうじょう)、③認知機能障害(にんちきのうしょうがい)です。

①陽性症状:現実にはないものをあるように感じる「幻覚(げんかく)」、現実にはあり得ないことを信じる「妄想(もうそう)」、誰かに支配されていると感じる「自我意識の障害(じがいしきのしょうがい)」など、いわゆる「陽性症状」…これは目立つ症状でもあるので一般的によく知られているかもしれません。

②陰性症状:感情の表現が鈍くなる、周囲への関心が薄くなる、人付き合いが苦手になる。

③認知機能障害:空調の音にとらわれて会話に集中できないなど情報や刺激を選んで、それに注意を向けることができない「選択的注意の低下(せんたくてきちゅういのていか)」、Aさんがもっている本と同じものをBさんがもっているという理由だけで、AさんをBさんと思い込むといった過去の記憶と比較して判断できない「比較照合の低下(ひかくしょうごうのていか)」、衣類の整理整頓や手際よく料理を作ることが苦手になるなど物事をグループ化して概念化できない「概念形成の低下(がいねんけいせいのでいか)」があります。

「障害」というのを簡単にまとめると、そういった症状のせいで、他人と上手くコミュニケーションがとれず、ギクシャクしてしまって上手く社会で立ち回れない状態です。

障害には、コミュニケーションが上手くとれず、自分の想いを適切に表現できない一次的な障害、さらに上手くコミュニケーションできないことで、行き場を失った感情や葛藤が生じ、社会との交わりを避けたり拒絶する二次的な障害があります。

残念なこと現代の世の中ではうまくコミュニケーションできない人は劣っているとみられがちです。農業や漁業、林業などの第一次産業、製造業、建設業、鉱業といった第二次産業が中心だった時代に比べ現代社会では対人スキル、つまり人付き合いの能力が要求される第三次産業が中心になっているせいかもしれません。

大人になってからはそうでもないと思っていた距離…子供の頃には、遠いな～と感じていませんでしたか？子供の足では遠く感じた距

離も、大人の足だとそれほど遠くは感じないでしょうし、交通機関を利用できたり、車を運転できるようになると荷物が増えても苦にはなりませんね。

でも、自動車がなかったら…交通機関が麻痺したらどうでしょうか？

昔なら、人付き合いが苦手でも生きられる場所や、仕事が沢山あって努力さえすれば食べていけたのですが、今の世の中は、社交上手＝仕事上手という風な世の中になってしまっています。

誰もが歩いて行ける範囲に仕事があり、買い物も近所で済ませていましたが、交通が発達するようになって、通勤が難しかったようなところへもより良い条件を求めて通い、目新しいものや流行っているもの、より安いものを求めて人が集まるようになり、スマホがあってネット環境につながれば、その場に居ながらにして欲しいものや、世界中の情報に触れることができますが、私たち人間の能力は、実際にはちっとも進化していません。ネットや交通機関や車がなければ、私たちの立ち回れる範囲は、子供の頃に見聞きした範囲とそう変わらないはずです。

精神障害者の方でも仕事ができる、それも独特な能力を示す方は沢山います。ただ、同時に社会に馴染めない、人間関係を作れない、口下手で社交が苦手なのに人付き合いをしなくてはならないために、生活のほとんどを限られた場所でしか過ごせず、社会での役割を果たせずに苦しんでいます。表から見ると甘えているように見えるかもしれませんが、実際には甘えているのではなく立ちすくんでいる状態なのです。

そんな障害を持つ方々に、どう手を差し伸べるか…避けるべきは「孤独」です。

孤独で立ちすくんでいる障害者へのかかわりかたの有効的な手段のひとつとして、「本人がどう変わるか」ではなく、「関わっている人たちが、どのような生活を送っているか」を見せるという方法があります。

障害者の家族がいるから不幸なのではなく、障害者を抱えることによって、ご家族が自分自身の幸せを願うことを忘れてしまっていることは、ひきこもっている障害者と同じように家族もひきこもっている状態で、そういった障害者、障害者をもつ家族が社会へ出ることを良しとしないコミュニティーもまた大きな社会から引きこもっている状態なのです。

幸せとは、どのような不幸に対しても、それを乗り越えられるという心を持っていること、そのためには、家族や周りの人が生き活きと人生に希望を持って生きることが大切です。



記事：コーブランドセンター認定WRAP®ファシリテーター  
(一社)日本精神科看護協会 精神科認定看護師 藪 一明



# 暑いから「夏バテ」??

夏祭りのおはやしがどこからか聞こえてきそうな季節となりました。

皆さんいかがお過ごしでしょうか？

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。

湿度の高い石川県の夏。「夏バテ」してませんか？暑くなると、さまざまな形で体調不良を訴えるケースが多くあると思います。夏だから体調不良になりやすい??暑いことだけが原因なののでしょうか？

「夏バテ」の原因について確認してみましょう。

## “「夏バテ」の原因

冷房の無かった時代は猛暑による体力低下・食欲不振など、いわゆる「夏やせ」と呼ばれる症状が主であったが、空調設備が普及した現代では気温と湿度の急激な変化により自律神経のバランスが崩れ、起こることが多い。ストレスや冷房による冷え、睡眠不足なども原因となる。「夏バテ」という名称から夏のための病気であると思われがちだが、気候の変化が激しい梅雨や初夏にも起こりやすい。

”  
Wikipediaより

つまり「夏バテ」は、外気温が高いことだけが原因なのではなく、時代や文明の進化によりクーラーなどの冷房設備が充実したがゆえに、外気との寒暖の変化が顕著に見られ、結果として自律神経の不調をきたす結果となっていることがおわかりになると思います。便利や快適さに慣れてしまうと、それ以外の事が許せなくなってしまいイライラしてしまうケースも多くありますね。

暑い季節だからこそ、自分の体調管理に気をつけ、イライラせずに過ごしたいものです。

自分の感情に責任をもって行動していきたいですね。



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

# 「私たちの病棟について」

1-1 病棟編

私達1-1病棟は認知症治療病棟で、60名の患者さんが療養生活を送られています。患者さんの平均年齢は81.2歳で約半数の方が、日常生活で車椅子を必要とされています。

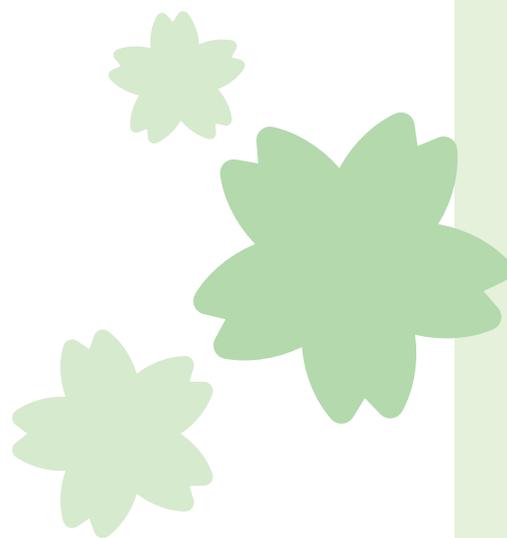
当病棟スタッフ26名が他職種とスクラムを組み、患者さんの日常生活を援助させて頂いています。

病棟目標として、「転倒を防ぐ」・「窒息防止」を年間スローガンに掲げて奮闘中です。

安全な療養生活を提供できるように、日々、患者さんの言動に目配りを欠かさないように努めています。

硬い話を長々と述べましたが、当病棟で是非ともアピールしたい点があります。スタッフ・作業療法士が患者さんと一体となる作業療法の実施です。誕生会ではスタッフが仮装したユニークな踊りに、患者さん一同が手を叩き大爆笑する。5月の運動会にご家族も交えて大声援を送りました。今後も年間を通して季節感を肌で感じる事が出来る催し物が計画されています。このことはどこの病棟にも引けを取らないと自負してやみません。

患者さんの安全を考慮しつつも、笑いの絶えない温かみのある病棟であり続けていけるように努力しています。



## 医師の紹介



まだち  
眞館周平医師

平成21年に金沢大学を卒業し、同附属病院、石川県立高松病院、公立能登総合病院を経て、本年4月より入局しました。

主な担当は月～水の外来と、女子閉鎖病棟、認知症治療病棟、身体合併症病棟です。

宜しくお願いします。



★TOPIC.1★  
今年に残念ながら天候に恵まれず、当院の体育館で運動会を開催することになりました。患者さんの元気一杯の選手宣誓にはじまり、紅白に分かれ各病棟の患者さんやデイケア利用者の皆さんと一緒にホールインワンゲーム・フリースロー・ココロ玉入れ・Xクイズ・おやつ釣りレースの種目を行いました。どの種目も患者さんの笑顔が溢れる楽しい種目となりました。毎年恒例の職員競技は、仮装レースが行われました。なかなか膨らまない風船を一生懸命に膨らます姿や職員がさまざまなコスチュームに仮装している姿に、患者さんは大笑いをしていました。患者さんも職員もたくさん笑顔になれた、とても楽しい病院行事となりました。



さくらニュース

## ★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。

観法寺町のいきいき健康教室では、4月「転倒予防体操」、5月「楽しく体を動かして健康に!」、6月「認知症あれこれ!」についてお話をさせて頂きました。いきいき健康教室は、私たち病院職員が地域住民の皆さんの声を直接聞ける貴重な時間です。これからも地域住民の皆さんと一緒に笑い成長できる時間になりたいと思います。

# 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) 優れたスタッフを育成し、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) 地域医療の発展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
		二診	眞舘	眞舘	眞舘	南野		南野
		三診						康山
	内科		内科医					
	午後 (13:30~17:00)	精神科	一診	中川	中川	天野	岩崎	林
			二診	康山			天野*	
内科								

※予約制

## 《外来受付時間》

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

・初診の場合は、待ち時間短縮のため、必ず前日(土・日・祝日を除く)までに「地域連携室」にご連絡下さい。

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