



2018年 みやま

第243号

病院理念
『患者さまの不安をとること』
当院の基本方針
「地域に根ざした安心できる医療」
「精神科医療の充実」
「老人医療」医療と福祉の結合

病院目標『時代が求める価値ある病院づくり』～ネットをつなごう医療の和～

医療法人社団 光生会 平川病院

〔ホームページ〕 <http://www.hirakawa.or.jp/> 〔e-mail〕 hhsp1966@violin.ocn.ne.jp



第32回平川病院納涼盆踊り大会の様子 【左】美山町会の皆様と院長（平成30年8月1日）

大型物流拠点、整備始動

平成30年8月1日の日本経済新聞に八王子市西部の川口地区で物流を中心とした大型拠点の整備が動き出すという記事があった。新聞によれば圏央道と中央道が交わる立地の利点をPRし企業誘致したいという八王子市などの考えがあるという。また保税地域（外国からの貨物を課税しないで保管する場所）とし差別化も図るといふ。さらに、流通ばかりでなく、製造業などの進出も受け入れるという。規模は、八王子西インター周辺の29ヘクタールの土地に総事業費169億円で2018年度に着工し2021年1月に最初の区画造成が完了すると書いてある。これが進行すると当院はその真っ只中に存在することになる。人里離れた山の方の病院のイメージから、急に立地の良い場所に変貌し、今まで通っていた砂利トラから、世界中から運ばれてきた大型コンテナを積んだトレーラーが走り回り、合わせて活発な製造業のメッカになるのかもしれない。これを好意的にとらえて、障害者雇用を含めて病院機能を向上させる戦略を練るか、もしくは土地を高く売って移転するか、夢は大きく膨らむ。しかし、私はもう61歳である。流通拠点が形になるのに10年かかるだろうし、それに合わせて何かをすれば20年、30年の話である。もう私の代での計画ではないのかなとも思う。でも、この美山町は大きな局面を迎えていることは確かであり、楽しみなことである。

院長 平川 淳一

【表紙】院長挨拶【P2】病棟たより（認知症に対する関わり方）【P3】薬剤科から【P4】地域生活支援科より【P5】摂食・嚥下リハビリテーションについて【P6】こころの扉【P7】作業療法科プログラム刷新【P8】認知症疾患医療センターの動き

認知症に対する関わり方

原稿依頼を受けた時、病棟のイベントを毎回掲載してきましたが、今回は認知症に対する私の思いを書いてみました。

認知症の人の「その人らしさ」を最期まで尊重することが大切であります。リハビリの本来の意味は、障害のある人たちの「人間らしく生きる権利の回復」であり、治療や訓練といわれるものは、その目的を達成するためのひとつの手段に過ぎません。しかし、認知症の人の場合は、人生や能力を拡大・構築していくことが難しい場合も多く、そのような場合に考えなくてはいけないのは、「人間らしさ」であります。「人間らしさ」を広く捉えると、歩行や他者とのコミュニケーション、服を着たり、道具を使ったり、ものを作ったり、考えて行動したり、などがありますが、何よりも忘れてはいけないのは、「人間らしさ」の根底



にある感情、すなわち「笑顔」であると思います。たとえ、独りで更衣や食事ができず、認知機能が改善せず、歩行ができずこれらの機能や能力が取り戻せなくても、

「笑顔」という大事な「人間らしさ」を取り戻すことは可能であることを忘れてはいけません。認知症の人のリハビリにおいてこそ、「人間らしさ」は「自分らしさ」でもある。認知症の理解には、長谷川式やMMSEの点数をはじめとする医学的な情報が必要ですが、認知症の人を理解するためにはその人を知る必要があります。認知症の人の生活歴や職歴やもともとの性格傾向などの背景情報を知ることが認知症の人の「自分らしさ」につながる。認知症の人たちと関わっていく中で、ただ単に〇〇テストの点数が変わったということだけで一喜一憂するのではなく、点数以上に認知症の人のこれまでの人生をナラティブ（相手の語る物語）として理解することや、行動の背景を知ることがとても大切です。認知症の人は重度になればなるほど、その時その時を生きるようになります。その時その時が笑顔でいられるように、これからも関わっていきたいと思います。

認知症治療病棟 師長 真島 智

「お薬手帳」を有効利用していますか？

薬剤科から

以前、「みやま」で、「お薬手帳ってご存知ですか？」というタイトルで原稿を書いたことがあります。「お薬手帳」が使われ始めてから、約20年が経ち、知らない方はいないくらい普及されています。

しかし、中にはお薬手帳を持っていても有効利用できていない場合があります。例えば診療科（病院）ごとに「お薬手帳」を作り、その科（病院）に行くときは他の診療科（病院）の「お薬手帳」を持っていかない。このような場合は時系列で、ある科（病院）の薬歴は管理できますが、他の病院からの処方薬との飲み合わせや重複投与の確認ができません。



- 複数の科（病院）にかかっている場合には手帳を分けずに一冊にまとめましょう。
- 病院にかかるときには忘れずに持って行きましょう。

では、ここで確認です。「お薬手帳」とはどのようなもので、これを活用すると、どのようなメリットがあるのでしょうか？

「お薬手帳」とは？・・・自分に処方されたお薬の名前や飲む量、回数、飲み方、注意事項などを記録するための手帳です。

活用することのメリットは？・・・この記録があると、医師・歯科医師や薬剤師が、どのようなお薬をどのくらいの期間使っているのか等が判断できます。

また、他の病院でお薬をもらうときにも、医師・歯科医師や薬剤師に「お薬手帳」を見せることで、同じような薬が重なっていないか、飲み合わせが悪い薬がないか等についての確認も行ってもらえます。

病院や歯科医院、薬局に行ったときには、毎回、必ず医師・歯科医師や薬剤師に提出してください。お薬について、わからないこと、困ったこと等があるときには、「お薬手帳」のメモ欄に記載しておき、受診時に相談しましょう。「お薬手帳」は処方されたお薬の記録（薬歴）になりますので、大切に保管してください。携帯していると、災害時や外出先で急に具合が悪くなった時などに、自分の薬の情報を正確に伝えることができます。

「お薬手帳」はしたらもらえるの？・・・処方せんをもらったら、保険薬局でつくってもらいましょう。「お薬手帳」は無料でもらえます。当院では、院内処方の患者様へは必要に応じて、「お薬手帳」や手帳用シールをお渡ししていますので、外来受診時に薬剤科窓口にてご相談ください。

皆さんも「お薬手帳」を有効に利用し、安心・安全に服薬しましょう。

薬剤科 薬剤師 遠藤 希世

デイケア「発達障害者専門プログラム」

地域生活支援科より

前号のみやま巻頭記事において、デイケアで主に就労を目指している成人の発達障害者向けのプログラムを開始することについて院長から紹介させていただきました。7月4日からスタートし、まだ間もないですが、立ち上げの経緯や活動内容をご報告致します。

デイケアにはこれまでも、自閉症スペクトラム障害や注意欠如多動性障害などの発達障害で苦悩されているメンバーが通所されてきました。コミュニケーション・社会性・行動等における障害の影響で、学校や職場の中で問題が生じやすく、少しずつ社会参加の場を失ってデイケアに通所するようになったメンバーや、発達障害に加えて他の精神疾患を発症し、その治療の一環としてデイケアを利用されるようになったメンバーなどです。デイケアはグループの力を活かす治療形態でありながら、発達障害の問題に対して集団で体系的に向かい合うツールがなく、個別での対応に留まっていました。



しかし今回、昭和大学附属烏山病院で開発された発達障害者専門プログラムを使用することで、発達障害者のグループ活動の第一歩を踏み出すこととなりました。プログラムはコミュニケーションの練習（自己紹介、あいさつ、会話、表情訓練など）、発達障害理解のための心理教育（感情のコントロール、ストレスコーピング、社会資源など）、ディスカッション（日常の困り事や問題解決技法による対処法の検討など）

で構成されています。開催日は毎週水曜日の午後の時間帯です。自己紹介や1分間スピーチ、ロールプレイなどプログラム内の至るところで自分の気持ちや考えを発言することが求められます。参加している皆さんにとっては苦手な事が求められるわけですが、「普段の生活では思ったことを発言する機会がないので練習になる」と感想を述べてくださるメンバーも出てきています。

プログラムは全20回と長丁場になりますが、複数のメンバーが参加を希望されて、スタッフ2名とともにプログラムを行っています。新しい試みを大事にスタートして、当院のデイケアらしい発達障害者専門プログラムに成長していくことができると考えています。

デイケア 科長 井出 学

摂食・嚥下リハビリテーションについて

摂食嚥下とは食べ物を認識してから飲み込むことで、当院入院患者様の中には食事をする事が困難な方もいらっしゃいます。1人ひとりの患者様に誤嚥事故等の心配の少ない適切な嚥下食を提供するためには、それぞれどのレベルの嚥下食を提供すべきかの的確な判断が必要です。当院では医師・言語聴覚士・歯科・栄養科・病棟で嚥下チームを編成し、嚥下内視鏡検査（VE）や嚥下造影検査（VF）など、機器による精密な検査を実施し1人ひとりの患者様に適切な嚥下食を提供しています。

今回は、摂食嚥下リハビリテーションの取り組みについてのデータを報告したいと思います。

H28.4.1～H29.3.31

対象人数	120名	平均訓練実施日	45日
男女比	男79名 女41名	嚥下内視鏡検査（VE）実施件数	28年度 125件 29年度 179件
平均年齢	64.5歳		

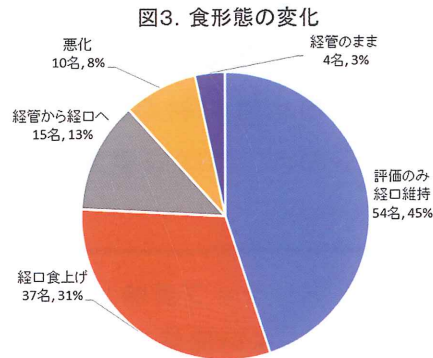
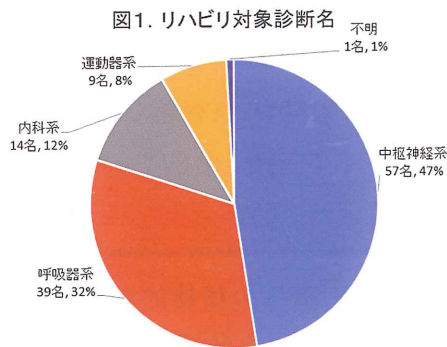
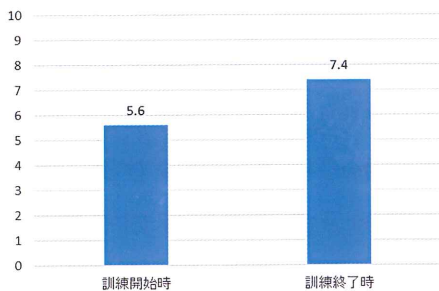


図2. 摂食・嚥下グレードの比較



I 重症	経口不可	Gr.1～Gr.3
II 中等症	経口と代価栄養	Gr.4～Gr.6
III 軽症	経口のみ	Gr.7～Gr.9
IV 正常		Gr.10

※摂食・嚥下グレード（Gr）とは、どのくらい食べられる機能があるのかをGr1～Gr10で評価し、低いほど重度である

リハビリ対象診断名は、脳梗塞や脳出血などの中枢神経系が最も多く、次に肺炎等の呼吸器系でした。（図1）摂食・嚥下グレードは、開始時が5.6点で1日1-2食の経口摂取（口から食べる）が可能なレベルでしたが、終了時には、7.4点となっており3食全て経口摂取が可能なレベルまで向上しています。（図2）また、食形態の変化をみると、31%の方が全粥から刻み食や常食などへ変更となり、食上げができています。さらには、今まで経口摂取が難しく経管栄養だった方が経口へと改善出来た方も13%います。（図3）

患者様にとって、食事は入院生活での楽しみの一つでもあります。しかし、無理な食事形態のまま提供すると誤嚥し肺炎に至るリスクもあります。それらを防ぐためにも現状の食事形態が合っているのかしっかり評価し、適切な食事を提供する事が必要となってきます。今後も、患者様にとって安全で楽しい食事出来るよう的確な評価をして取り組んでまいりたいと思います。

こころの扉 その193 ～ 幸福感を向上させるには？ ～

みなさんはどのような時に「幸せだな」と感じるのでしょうか？幸福と聞くと、なんだか大げさに聞こえるかもしれません。またその一方で、日々の中にある些細な事柄に幸福を感じることもあるかもしれません。今回は、幸福感について心理学の研究から紐解いていきたいと思います。

上記で書いたように、幸福感は主観的な概念の代表とも言えるでしょう。1900年代中頃までの心理学においては客観的行動としてとらえられる現象を主な研究対象とする行動主義という考え方が主流であり、幸福感は心理学者が扱うべき概念ではないと考えられていたようです。しかし、その後は感情や幸福感といった主観的な概念も徐々に研究対象として取り上げられるようになっていきました。

幸福に関する理論や研究は、心理学の一分野であるポジティブ心理学に代表されます。ポジティブ心理学の提唱者であるセリグマンは「普通の人々がより幸せになるためにはどうしたらよいか」というテーマを掲げ、人間の長所や強みに注目することの重要性を主張しています。ここでいう幸福とは、刹那的なものではなく持続的な状態を言います。

持続的な幸福感には以下の5つの構成要素が挙げられており、PERMA（パーマ）モデルとされています。

P（Positive emotion、ポジティブ感情） E（Engagement、物事への積極的な関わり）
R（Relationship、他者とのよい関係） M（Meaning、人生の意味や意義の自覚）
A（Accomplishment、達成感）

ポジティブとは単に“前向き”という意味ではありません。ポジティブ感情に該当するものとしては、『喜び』『感謝』『安らぎ』『興味』『希望』『誇り』『愉快』『鼓舞』『畏敬』『愛』が挙げられます。ポジティブ感情を高めることは幸福感の向上に効果があるため、例えば周囲に対して感謝や喜びを伝えるという行為は、人間関係の質や量を増やすことにもつながり大変効果的と言えるでしょう。また、「満喫する」ことも幸福感を向上させると言われています。例えば見慣れた通勤時の風景を満喫してみることはその典型で、新たな発見や喜びを感じることに繋がります。

普段、「もっと幸せになりたい！」と思うことはそんなに多くないかもしれませんが、「何か良いことないかな」と思うことはよくある気がします。そんなとき、今の生活をより充実させるためにポジティブ心理学やPERMAモデルは役に立つと思います。



心理療法科 臨床心理士 高倉佑紀子

TOPICS! 作業療法科 プログラム刷新

作業療法科 科長 阿部 孝之

当院では平成6年9月に精神科作業療法が開始されました。作業療法の目的は患者様個々に異なりますが、大枠としては、安定した入院生活を送り、退院後の生活に向けた準備をしていくこととなります。これらの目的に到達するためのプログラムとして、①社会復帰を目指した日常生活動作訓練や外出準備訓練等、②作業を介して目的到達を目指す工芸や陶芸、絵画等、③楽しむことを目的としたスポーツ、音楽、映画鑑賞、季節行事等を提供してきました。その都度プログラム内容を見直してはきましたが、やはり24年が経過したことによる患者様の層や、環境の変化は大きく、プログラム全体の再編成をする時期がきたと考え、昨年度から作業療法科の事業計画として取り組んできました。今年度から開始したプログラムの詳細は、作業療法科の中堅である土屋から紹介させていただきます。

作業療法科 作業療法士 土屋 貴裕

今回、プログラム全体の再編成を行う上で、

“個別性を重視した内容を取り入れていく”
ということを念頭において取り組んできました。例えば、今回、新たに導入したクラブ活動というプログラムでは、既存の工芸プログラム（個別活動）の時間内に小グループで様々な活動に取り組んでいます。内容は、散歩、棒体操、昔の遊び、ハンドセラピー、ヨガ、レジン工芸、つまみ細工…と参加者間で交流を図り、楽しみながら取り組むことができる内容から、高い作業レベルをお持ちの方向けの内容まで多岐にわたります。これらは月間でスケジュールを組んでおり、患者様自身で興味、関心のある活動を選択していただいたり、スタッフから患者様個々に適した活動への参加を提案させて頂いています。

他にも、運動器具の設置、急性期病棟内プログラムの充実化、そして、7月24日に分散教育を行った、心理療法科、デイケア科と合同で実施している認知機能リハビリテーション等、一新しております。

ここでの紹介は一部となりましたが、改めて、作業療法科で普段行われていること、作業療法の効果等をテーマとした分散教育を企画しております。是非、作業療法について知っていただければと思いますので、多くの方のご参加をお待ちしております。



作業療法科

協議会・研修会の実績と予定

認知症疾患医療センターの動き

当センターでは、認知症の方やご家族を地域で支える環境づくりのために、関係者による協議会や医療・介護専門職の人材育成のための研修会を行っております。

今回は、今年度これまでの実績と直近の予定（協議会・研修）をご紹介します。

◆東京都看護師認知症対応力向上研修 I

急性期医療に関わる看護師が、入院から退院後の在宅生活まで視野に
入れた認知症ケアに関する知識とスキルを取得することを目的とした
研修会です。7/9（月）八王子市にて開催しました。



7/9（月）八王子市学園都市センター

◆東京都かかりつけ医認知症研修

高齢者が日頃より受診する診療所等の主治医（かかりつけ医）が適切な認知症診療の知
識・技術や認知症の人本人とその家族を支える
知識と方法を習得するための研修です。

8/24（金）八王子市で開催します。

【特別講演】

認知症・パーキンソン症候群：早期の鑑別診断と対処法

演者：葉の花クリニック 佐藤 猛 先生

（東京都 地域連携型認知症疾患医療センター 葉の花クリニック センター長
順天堂大学 客員教授）



◆南多摩医療圏 認知症疾患医療・介護連携協議会

医師、歯科医師、薬剤師、家族会、行政機関、地域包括支援センター、介護サービス事
業者といった各カテゴリからの代表者により構成され、課題を共有しながら意見交換を行
っております。9/28（金）今年度1回目を開催します。

当センターではこの他にも、独自企画の事例検討会（毎月開催）、勉強会等の開催や講
師派遣も行なっております。

認知症疾患医療センター事務局担当・事務部総務課 主任 杉本 貴史

当院は南多摩医療圏の地域拠点型認知症疾患医療センターです

東京都では、平成24年に指定された「地域拠点型認知症疾患医療センター」12カ所（当院含む）と
平成29年11月迄に指定されている「地域連携型認知症疾患医療センター」40カ所、合わせて52カ所
の医療機関において、認知症の人とその家族が安心して暮らせる地域づくりを進めています。

認知症に関するご質問がありましたら、各地域のセンターまでお問い合わせ下さい。

尚、センター指定状況や役割の詳細等については、東京都公式サイト『とうきょう認知症ナビ』で
ご確認いただけます。

[とうきょう認知症ナビ](#) 🔍 検索

編集後記

盛り上がりを見せた高校野球100回記念大会が終わりました。
最後は、金石農が全てを持って行ってしまいました(^^)。農業高校
といえば最近では、銀の匙というアニメでも話題になりました。
農業高校と言っても後継者は少数派で、都内にも農業高校はあり
ますが、花や動物好きな女子も多く入学するなど人気があるよう
です。昔々？に農業高校に関わりがあった身としては、懐かしく
もあり、感動をもらいました。9月になればきっと暑さや和らぐこ
とを期待して……暑い夏お疲れ様でした。

医療法人社団光生会 平川病院

東京都八王子市美山町1076
電話 042-651-3131
FAX 042-651-3133

編集 平川病院 広報委員会

ご意見ご感想はこちらへお願いします
kouhou@hsp1966.jp

