



2018年

みやま

第247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



平成30年 平川病院忘年会の様子（平成30年12月11日京王プラザホテル八王子にて）

【左】上：開演挨拶 下：裏方で活躍する職員 【中央】上：余興の演者 下：ピンゴ！【右】標語受賞者

平成最後の年末です

来年は元号が代わるので、平成最後の年末になります。若い人のことを平成生まれと言っていました。平成元年生まれの人はもう30歳、それほど若くない年です。バラエティー番組では、ノスタルジックに昭和を取り上げます。私も年齢を感じるようになりました。よく元号の年を西暦に置き換えることがあり苦労する時がありますが、新しい元号となればもう考えるのを諦めるしかありません。さて、平川病院の今年の一番大きな目標であった新しい人事評価制度もギリギリでしたが前田事務部長が形を作ってくれました。来年から本格的に稼働しますのでどんな風に院内の雰囲気が変わるか期待してください。また、予定していたCTスキャンやエアコンの入れ替えなどの設備工事も無事に終了し、さらに温冷配膳車もほぼ機種も決まり、導入に向けてのタイムスケジュールも見えてきました。来年は今年より機能向上した平川病院になると思います。

皆様のお蔭で、平川病院の平成30年が無事、過ぎようとしています。本当にありがとうございました。また、来年もよろしく願いいたします。

院長 平川 淳一

【表紙】院長挨拶【P2】病棟たより（南3病棟）【P3】歯科から【P4】発達障害専門プログラムの報告【P5】当院訪問看護について【P6】こころの扉【P7】eまちサミットに参加して【P8】入職のご挨拶（東京慈恵会医科大学精神医学講座 准教授 布村明彦）

こころとからだの治療を提供する南3病棟

南3病棟はその名の通り、南館の3階に位置し、病床数40床、全室個室の男女混合の精神科閉鎖病棟です。基礎疾患となる精神科疾患は、統合失調症、うつ病、てんかん認知症（アルツハイマー型、脳血管型、レビー小体型）、脳器質性精神障害など多様で、その精神疾患を持つ患者様が、骨折、多発外傷、脳血管障害、内科的疾患（肺炎、糖尿病、イレウス）等の疾患を併発し、大学病院や一般病院での急性期治療を終え、回復期といわれる時期に集中的なリハビリ訓練を行う病棟です。

病棟では患者様に対して精神科治療をしながら、機能の回復やADL（日常生活動作）能力の向上を図り、社会や家庭への復帰を目的とした患者様のリハビリテーションプログラムに基づき、医師、看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が協働で集中的なリハビリテーションを提供しています。また、骨折、多発外傷の整形外科的疾患や内科的疾患などの合併症の治療も行っています。誤嚥性肺炎、脳梗塞後の嚥下障害の場合、嚥下訓練を行い経口摂取が出来るように言語聴覚士が介入しています。

精神科の中のリハビリテーションであり医師をはじめ、看護師など病棟スタッフ、リハビリ科スタッフも精神疾患のある患者様への対応を熟知しているため、余計なストレスを感じることなく安心してリハビリ

に専念することが出来ます。

精神科の閉鎖病棟は安全上、行動制限、物品制限が必要で病棟の出入りの制限や危険物をナース室で預かるなど、自宅や一般病棟にはない制限の中での入院生活が通常となります。南3病棟では病棟医の治療方針の元、安全に配慮した上で出来る限りの制限はなくし、自宅での生活に近い状態での治療を提供するようにしています。病室も全室個室のため、プライバシーやアメニティーが重視されています。精神状態が落ち着いていれば主治医指示の元、単独でリハビリ室へ行ったり、病棟外で電話したり危険物である髭剃りや爪切りを自己管理して頂いたり、院内散歩を単独で行かれる患者様もいるほど開放病棟に近い状態で治療



筆者：最後列右

に専念してもらっているのが特徴です。

南館は築年数が十数年のため、外観も内観も綺麗です。患者様が過ごしやすいのはもちろんですが、スタッフにとっても働きやすい環境となっています。ぜひ御縁があれば平川病院へお越しください。

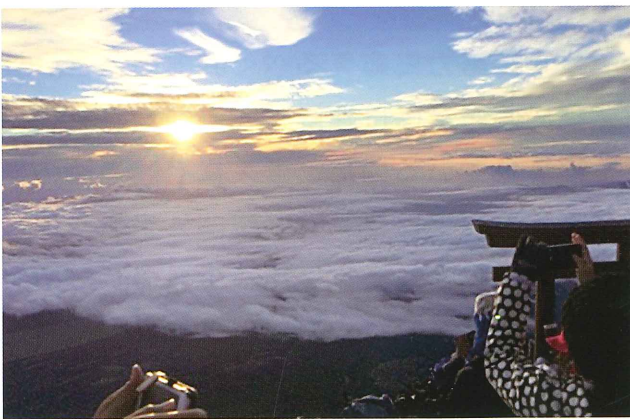
南3病棟 看護師 岩田 真明

山の頂を目指して

歯科から

「富士登山は最高だよ！」と山登りが好きな人は言います。私はかつて大学生だった頃、なんで辛い思いをして登山なんてするんだろう…とっていました。そんな私も一昨年、現在所属している大学の医局員とともに、半ば嫌々ながら（笑）富士山に登りました。6号目付近で大雨に遭い、仲間らは高山病に苦しみながら…しかしながらなんとか山頂に辿りつき御来光を眺めた時は最高の、表現できない達成感でした。日の出直後の朝5時に山頂小屋で仲間と共に食べた、おそらく袋ラーメン（1,000円くらいしました）は、今でも人生で一番ウマイラーメンです。

小さな頃の父の話を思い出します。「幸せとは、山の頂上を目指すようなものだ。東洋・西洋医療であれ、宗教であれ、登山道が違っただけで目指す幸せという到達点は同じだ」といったものだったと思います。



私は現在、摂食嚥下（食べること飲むこと）が難しい方へのリハビリを主な診療としています。力が衰えてしまった方にとってのリハビリは、ゴールである山頂がみえず心が折れそうになることもあると思います。私は患者さん、ご家族とともに、同じ目線で、足並みを揃えてゴールを目指していくような医療を行いたいと思っています。

私の妻（旧姓熊倉）は平川病院に3年ほど勤務し、摂食嚥下の診療を行っておりました。この度11月より私事で恐縮ながら妻は産休に入らせていただき、代わりに私が平川病院にて摂食嚥下の診療をやらせて頂いております。入職してまず嬉しかったのが入院されている患者さんも、平川病院のスタッフの皆様も、いつも笑顔で見ず知らずの私にもご挨拶して下さる事です。平川病院は、仲間として、ひとつのチームとして患者さん、ご家族、病院職員が一丸となっている素晴らしい病院だと思います。

この度そのチーム入らせて頂き、心より感謝申し上げます。皆様が「人生は最高だよ！」と言って下さることを目指して。

歯科 摂食嚥下 歯科医師 平井 皓之

就労を目指すメンバーのための 発達障害専門プログラムの報告 その2

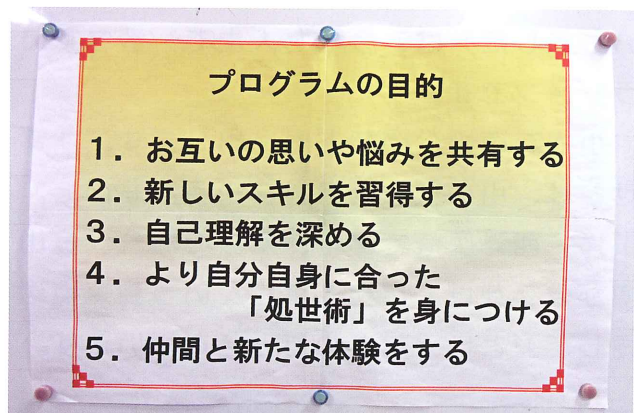
地域生活支援科より

今年7月から、就労に向けて発達障害特性の理解や障害特性から生じる課題解決を希望される方を対象とした発達障害専門プログラムが始まりました。その第1期目が11月に終了しました。登録したメンバー8名全員が、殆ど欠席することなく全20回のプログラムを修了されています。昭和大学付属烏山病院で開発された発達障害専門プログラムを使用し、障害特性の理解・コミュニケーションの練習・他メンバーとの支え合いの体験という3つの側面を大切にしながら過ごす20回となりました。障害者雇用で就労を目指すとき、自分の障害特性を理解し、それを職場にいかに伝えるかということがとても大切になります。

「自分の特徴を知る」という回では自身の障害特性について各々自己開示してくれました。“伝えたいことがあっても対人場面になると言葉が出てこない”、“ちょっとしたことで感情的になってしまう”、“感覚が過敏である”、“書字が苦手である”など。それらについて職場の人や支援者あるいは家族に対してどのように伝えて理解を求めか皆でアイデアを出し合いました。

「言葉でのコミュニケーションが苦手なのであればハローワークの障害者窓口で相談して、あまり話す必要のない仕事がないか一緒に探してもらうのはどうか」「感情的になってしまわないように努力していることを伝え、職場の障害者雇用担当者に

協力を求めてみてはどうか」「感覚過敏については環境調整さえしていただければ能力を発揮できることを面接などで伝えてみてはどうか」「書くのは苦手だがタイピングは得意であることを履歴書で強調してみてもどうか」など。メンバーそれぞれが自身の障害特性に真剣に向かい合うことは、苦痛を伴う作業であると思います。ただグループで行うことで互いに支え合いながら、継続できることがあると感じました。



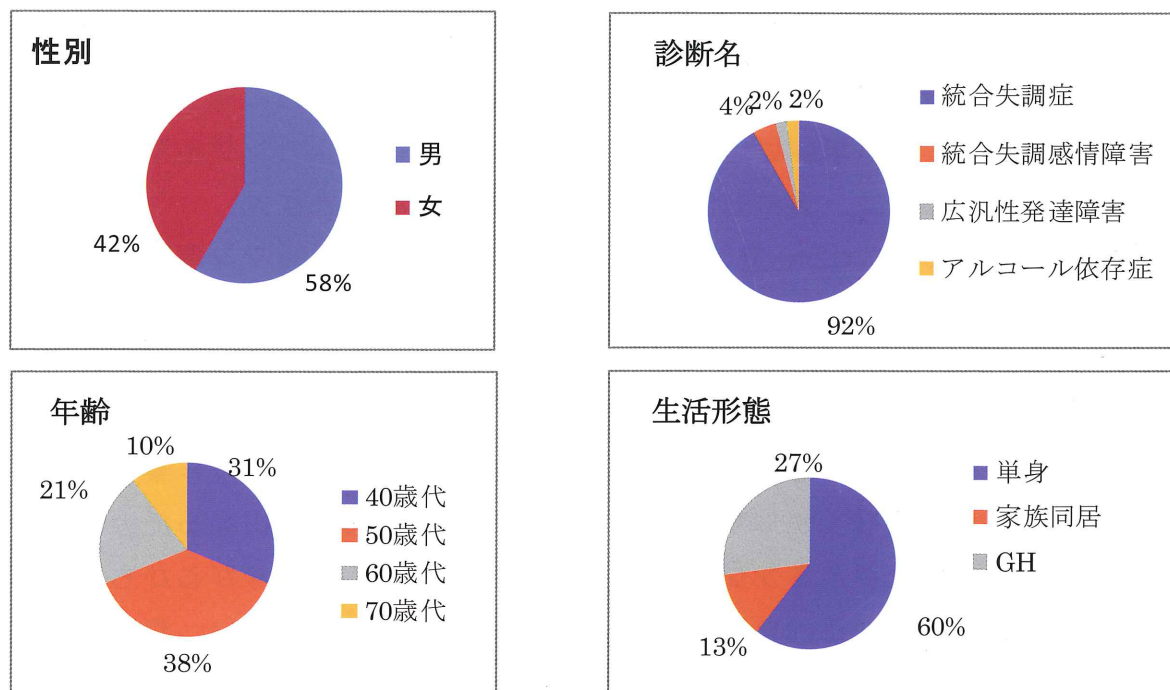
そうした努力に応えるべく発達障害という体験に関心を向け理解する姿勢が、社会に求められているのだと考えます。当院の発達障害専門プログラムも専門外来と一体となって、障害とそれに伴う生活のしづらさを正確に理解し、求めている支援ができるよう努力していきたいと思います。尚、第2期発達障害専門プログラムのオリエンテーションが12月に開催され、1月にはプログラム開始の予定となっております。

地域生活支援科 デイケア 科長 井出 学

当院訪問看護について

今月号では、昨年度家族教室にてお話した当院訪問看護についてご紹介したいと思います。当院訪問看護では、精神障害のある方が地域で安心して生活できるように支援しています。利用者の概要は平成29年度現在利用者数46名で、性別では男性58%、女性42%と少し男性が多い状況です。年齢は50歳代が多く38%、次に40歳代が31%、60歳代が21%、70歳代が10%となっていますが特に年齢制限があるわけではありません。診断名別では統合失調症が92%、統合失調感情障害が4%、広汎性発達障害2%、アルコール依存症2%と利用者の診断名は統合失調症の方が圧倒的に多いです。生活形態としては6割が単身生活者となります。次いで多いのはグループホームに入居している方です。グループホームから単身生活に移行した後も、引き続き訪問を利用されることが多いです。現在単身生活をしている半数がグループホームを利用して今の一人暮らしに至っています。

利用者の概要（平成29年現在）



開始された当初平成5年には利用者2名でしたが、平成29年度には46名となりました。そのうち2名は現在も訪問を利用し、訪問が入っていたから生活できたとの声を頂きました。病院は365日24時間稼働しています。しかし、地域はそうでない為、日曜訪問や入浴介助を行うなど必要に応じて支援体制をつくってきました。また、訪問看護担当の作業療法士も加わり、生活全般にわたる支援だけでなく、運動・リハビリによる筋力の維持・向上や認知機能の維持・改善に向けての支援も始めています。これからも患者様がより安心して生活できる環境づくりを目指していきます。

医療の質向上促進委員会

こころの扉

メンバーが多いほど人は手を抜く?!～リングルマン現象について～

集団心理についてのお話を一つしたいと思います。人は生活の中で当たり前のように集団に属し、共同で作業する体験があるはずですが、毛利元就の“三矢の教え”のように集団のメリットに関する言葉はたくさんありますが、果たしてメリットだけなのでしょうか。

集団は個人の活動を高めるという考えがある一方で、集団が個人の活動を低める結果を示した研究があります。リングルマンは、一人、二人、三人、八人のグループに分けて綱を引いてもらい、引く力の強さを比べました。当然、人数が増えれば引く力も強くなりますが、引く力は単純に倍になっていくわけではないのです。彼の報告によれば、一人の時の引く力が63kgで、二人の時は118kg(一人当たりの引く力:93%)→三人だと160kg(85%)→八人では248kg(49%)というように、人数が増えれば増えるほど一人当たりの引く力は下がっていくのです。この現象をリングルマン現象と呼び、人数が増えるとタイミングのズレや方向性の違い等で協調がとれなかったり、手を抜く人が現れたりするせいで生じると考えられています。

このリングルマン現象は常に発生するわけではありません。カーとブルウン、ウィリアムという方々によれば、自分の作業が他者に知られる状況と認知していると、この現象は抑制されるようです。

リングルマン現象を調べていて運動会の綱引きを思い出しました。幼い頃、私は小柄で痩せ細っていました。みんなが綱を引くと、私は体が浮いてしまい地面から足が離れないようにするのがやっとで、力にもなれず「もういいや」とやる気も下がっていきました。初めはうまく協調がとれず、それから手を抜くようになり、結局一人当たりの力が減った＝リングルマン現象が発生したことになります。

運動会でのリングルマン現象は些細な事ですが、集団での作業場面、意思決定の場面では重大なロスにつながる可能性があります。その一助の例としてミーティングの場は、誰もが相手にどんな作業をしているかチェックされる状況になるため、リングルマン現象の抑制につながるかもしれません。互いに意見を出し合い、互いの作業をチェックできる枠組みがパフォーマンス向上につながると考えられます。



心理療法科 臨床心理士 内田 竜人

eまちサミットに参加して

認知症疾患医療センターの動き

12月9日（日）『eまちサミット ～認知症になっても、みんなが笑顔になるまち～』が八王子労政会館で開催されました。（当センターは「後援」として協力）

開催が決まってから、認知症当事者の方、ケアラーズカフェわたぼうし、八王子市内の「認知症支援推進員」の方々と八王子市で毎月話し合いを重ね当日となりました。

今回は基調講演、司会を全て当事者の方中心でおこなわれました。「生活の中でそれぞれ思うこと、考えること」と題して基調講演をしてくださった丹野さんは、30代後半で診断を受け、現在40代でお仕事も部署をかえることで続け、全国各地で講演を行っている方です。

お話の中で「自分の中にも認知症に対して偏見があった」「認知症だからといって何もできないわけじゃないことを分かってほしい」「病名ではなく、目の前の人を見てください」といわれ、自分自身ハッとさせられ、私の中にも偏見や思い込みがあったことに気づかされました。

その後の当事者8人の方が壇上で「生活の中でそれぞれ思うこと、考えること」などを、冗談を交えながら明るく話してくださいました。会場にいた参加者の方々もお話の楽しさに引き込まれ、笑いがたびたびおきていました。

午後は「パートナーシップについて」というテーマで、丹野さん、広島からいらした丹野さんの師匠で当事者の竹内さんを中心にトークセッションが行われました。

いいまちサミット！
主 催 八王子ワーカーズカフェ わたぼうし × 八王子市 HACHIOJI CITY

eまちサミット

～認知症になっても、みんなが笑顔になるまち～

開催日 平成30年 12/9 (日)
10:00～15:00 参加 無料
※車、お昼付き有り。任意は後援可能です。

基調講演 「笑顔で生きる-認知症とともに-」
お話し 丹野 智文 さん (NABA CFP 実行委員会代表)

基調講演者プロフィール
丹野さん(ご本人) 1974年、宮城県生まれ。ネットショップ勤務、営業、フルタイムで認知症と向き合い、仕事を続ける。子育てもしているご本人のため、認知症を克服し「笑顔になろう」(自由) 実行委員会代表を務める。休日を利用して、自ら経験を仲間と力を合せている。書籍に、月刊文芸 掲載されている認知症と向き合う。

基調講演者プロフィール
CAST
竹内 裕さん 「認知症の専門家」
中川 和良さん 「認知症の専門家」
中川 和良さん 「認知症の専門家」
守谷 卓也さん 「認知症の専門家」
前田 隆行さん 「認知症の専門家」

○ D7 プラス1「認知症当事者からの発信」
「認知症を語り、一部6歳を語り、八王子が認知症地帯」
○ トークセッション「パートナーシップについて」
登壇者 丹野智文さん × 竹内裕さん × 前田隆行さん
○ 座談会
認知症当事者の方、参加者の皆さんと座談会をお願いします。

会場 八王子労政会館
〒206-8501 東京都八王子市南大沢町3-5-1
申込み 裏面の申込用紙をご記入の上、FAXまたは郵送にてお申込み下さい。(定員200名)

協賛
八王子市医師会、八王子市歯科医師会、八王子市薬剤師会、東京都多摩区認知症疾患医療センター、宇川病院、認知症の人と家族の企業家連盟、八王子市社会福祉協議会、八王子市障害者就業・生活支援センター、八王子市障害者就業支援協議会

協賛
八王子市高齢者あんしん相談センター-認知症疾患支援協議会



みなさんにとって「パートナー」はどんな存在ですか？そんな投げかけもされ、参加者に笑顔と宿題をいただいた1日でした。

医療相談科 精神保健福祉士 下山 恵美

入職のご挨拶 東京慈恵会医科大学精神医学講座 准教授 布村 明彦

平川淳一院長ならびに繁田雅弘教授（慈恵医大精神医学講座）の御高配により、本年9月から出張医師（毎週火曜日）として勤務しております。当初より、医局の諸先生方をはじめコメディカル・スタッフ、病院事務の皆様にご親切なサポートをいただき、この誌面をお借りして厚く御礼申し上げます。

東京精神科病院協会会長、日本精神科病院協会常務理事として国家的な精神医療施策に関わる平川院長の崇高な理念のもと、温かさや活気に満ちた病院との印象を出張のたびに深め、その一員として勤務できることに喜びを感じております。院内をご案内いただいた折に、身体的リハビリテーションや歯科との連携、給食の工夫など、精神疾患治療において近年益々重要性が認識されてきたロコモーションや摂食嚥下・口腔ケアの問題に先進的に取り組まれていることに感服いたしました。さらに、もの忘れ外来診療では、ケースワーカーの病歴聴取の綿密さ、臨床心理士の記録の丁寧さに目を見張りました。

私は北海道旭川市の生まれで、地元の高校、旭川医大を卒業し、同大学の精神科に20数年勤務しました。それから縁あって山梨大学精神科に10年勤務し、今回、慈恵医大勤務をスタートすると同時に平川病院勤務にも恵まれました。専門分野は老年精神医学であり



（日本老年精神医学会および日本認知症学会の専門医・指導医）、早速11月に平川病院認知症疾患医療センター主催の事例検討会にて症例呈示の機会を与えられ、熱心にご討議いただきました。

認知症診療を中心に、微力ながら貢献できるよう努力してまいり所存でございますので、今後とも皆様のご指導・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

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、東京都公式ウェブサイト『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](#)

編集後記

多くのクリスマスソングがありますが、昭和代的には山下達郎の「クリスマス・イブ」でしょうか。この曲が発売されたのは1983年、1988年にJR東海「X' MAS EXPRESS」CMソングに起用されクリスマスにカップルで過ごすのがトレンドに……人身には悲しく寂しく響く歌にもなりました（涙）。また今年でオリコンチャートに33年連続でトップ100入りし、ギネス記録を更新中である。来年チャート100にランクインすれば、昭和、平成、〇〇と三元号でのチャート100入りの曲となります。ちなみに娘のクリスマス・イブは、昼間学校で夜はバイトと言っていました？。今年も「みやま」ご愛顧頂きありがとうございました。皆様よい年をお迎え下さい。

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@hhsp1966.jp

