

3月



みやま

2024年

第310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

医療法人社団光生会 平川病院

〔ホームページ〕 <http://www.hirakawa.or.jp/>



降雪時の東館(2024年2月6日)

暖冬ですが、雪が2回も降りました

院長 平川 淳一

雪が降るとすぐテレビ局が八王子駅前からの中継をします。美山町といえどもっと寒いだろうと思うかもしれませんが、実際は昔ほどではありません。暖冬のときによく発生する南岸低気圧は南側を通るので八王子の北の方は免れるのかなと思っています。

さていよいよ令和5年度も終わりです。4月からは新型コロナの制度も変わり、薬も検査も保険診療になります。また、令和6年度診療報酬改定で入院患者さんの食事療養費が1食30円値上げされたり、岸田総理のご指示で医療従事者の処遇改善ということで、初再診料や入院費の引き上げが行われる一方で、通院精神療法の引き下げと新たな早期診療体制充実加算、心理支援加算などが始まります。そして精神保健福祉法も改正され、医療保護入院の手続きや虐待防止に向けた取組など病院が良くなる方向への転換が開始されます。精神科病院もどんどん良くなっていきます。どうかご期待ください。

【表紙】院長あいさつ 【P2】ADHD専門プログラムについて 【P3】認知症疾患医療センターの動き
【P4】検査科から 【P5】平川病院の10年の軌跡～心理検査の件数からみる入院・外来患者の推移～
【P6】第74回全関東八王子夢街道駅伝大会に参加しました

ADHD 専門プログラムについて

地域生活支援室より

地域生活支援科 公認心理師 鎌田 哲司

昨年の6月よりデイケアにてADHD専門プログラムが始まり、今クールで3クール目になりました。今回はADHD専門プログラムではこういった内容のプログラムなのかをお話できればと思います。まず、ADHD（注意欠陥・多動性障害）の特徴としては、主に集中力が続かず、細かいミスを犯しやすいといった「不注意」、静かに座っていることが困難で、常に動き回っている感じがある「多動性」、思いついたことをすぐに行動に移し、結果を予測せずに行動してしまう「衝動性」があげられます。これらの特徴に対応した内容となるように、クールごとに内容を少しずつ変えながら現在まで行っています。

第1クール：参加メンバーの実体験についてミーティングを行いました。その中では困った場面だけでなく、その対処法として行っている工夫についても語られました。

第2クール：自身の日常生活の活動について認知行動療法を活用した振り返りを行いました。その中で、日常生活のどの部分で自身の特性が関連しているのかをメンバー同士で話し合い確認しました。

第3クール：ADHDの特性を含めた自己理解、就労場面を想定した実践を通したスキルの獲得を目的とした内容となっています。活動を楽しみながら、コミュニケーション、自己内省、そして就労に役立つ具体的な技術を育んでいきます。例えば、時間と予定の管理をテーマにしたプログラムでは、予定の管理や優先順位のつけ方について復習し、就労場面を想定した業務内容に優先順位をつける実践に取り組んでいます。

上記以外にも、同じ特性を持った仲間とコミュニケーションや活動をすることで、ADHD専門プログラムがお互いに悩みや困りごとを共有しやすい居場所として機能することも期待しています。参加される方の多くは、失敗することで叱責を受けるのではと常に緊張していると話されます。悩みを話しても大丈夫という安心感を得られることは、その後のステップに進む際の環境の変化にも対応できるような精神的な土台作りになります。また、安心感のある場所で試行錯誤することで、失敗しても大丈夫なんだという感覚も身に着けてもらえたらと考えています。

第3クールの目的と内容

目的	ADHDの特性を含めた自己理解、就労場面を想定した実践を通したスキルの獲得	
1	オリエンテーション	7 ストレス：ストレスコーピング
2	ADHDとは	8 ピア・サポート
3	時間と予定の管理	9 社会資源について
4	物の整理	10 計画してみよう
5	計画するとは	11 計画したことの実践
6	ストレス：ストレッサー	12 まとめ：実践の感想と振り返り

だれもが住みやすい町をめざして

認知症疾患医療センターの動き

南多摩医療認知症疾患医療センター センター長代理 精神保健福祉士 椎名 貴恵

八王子市では「e(いい)まちサミット」という認知症をテーマにしたイベントを行っています。目的は認知症の方も介護者の方も、また、認知症でない方も誰もが住みやすい町を目指すことです。令和5年度には2回のイベントが開催されました。当センターも八王子市高齢者福祉課や認知症地域支援推進員のみなさんと一緒に運営に携わりました。

いいまちサミット 主催 わたぼうし 八王子市

忘れた心は生きている認知症
～大切な人との日々～

認知症になる時、介護者になるとき 一緒に生きていってよかったと思えるように
「出会ってつながる」が大切だとす
関心のある方、専門家などご参加いただけます

11月4日(土) 13:30～15:30

会場:八王子市中央図書館 地下展示室
八王子市千人町3丁目3-6

基調講演 『認知症の人と家族の会 神奈川県支部 世話人』と『若年性認知症家族会・彩葉(はし)の会 世話人』
三橋 良博氏
近き親戚と認知された認知症の患者と仕事しながら介護。認知症を減らすことが何よりも大切なこと。多岐からの支援を受けられたという自らの体験から、同じ境遇の家族や支援する人に伝えたこと。地域支援や介護施設などの活動とつながりについて。

トークセッション ～八王子市内の家族会を主催する「チームKNOW」の皆さんと～

【申し込み】 定員 80名(要申し込み・先着順)
●八王子市福祉部高齢者福祉課:申し込みフォーム→
●メールまたはFAX:「認知症イベント・氏名・電話番号」記載
メール: koureishafukushi-ninchisho@city.hachioji.tokyo.jp
FAX: 042-624-7720

【問合せ】
●八王子市福祉部高齢者福祉課:042-620-7244

1回目は、令和5年11月4日に八王子市中央図書館で「介護」をテーマに開催されました。認知症地域支援推進員や八王子市内の家族介護者の会の代表の方々と「日々を受け入れて共に歩む認知症の本人と家族は二人三脚、車の両輪。一緒に生きていてよかった、というテーマで臨みたい」と話し合ってきました。講師に認知症の人と家族の会 神奈川県支部 三橋 良博氏をお招きし、認知症の奥様を介護されているご経験から地域の方々に助けられたこと、家族会の大切さ等についてお話しいただきました。その後、八王子市で家族介護者の会を運営されている代表者の方々が登壇され、家族会の活動をご紹介いただきました。一人で頑張りすぎず「出会ってつながる」ことの大切さをみなさまからお話しいただきました。

2回目は、令和6年1月27日にクリエイイトホールで開催されました。前半は「仲間とともに未来をつくる おれんじドアはちおうじ」と題した基調講演では、認知症のご本人である さとう みきさんにお話しいただき、後半は「認知症があっても自分らしく暮らすことについて」をテーマに「おれんじドアはちおうじ」に参加して下さっている方やフロアでお話を聞いてくださっている方々を交えてトークセッションをしました。参加されたみなさまの心にとて響くお話だったようでアンケートにも「認知症のイメージが変わった」等たくさんのご意見を書いていただきました。

認知症疾患医療センターでは、病院としての診療や相談等の役割と共に様々な関係者のみなさんと一緒に、より住みやすい町づくりに貢献したいと思っています。

いいまちサミット 参加無料

認知症になってもみんなが笑顔になるまち
「認知症になっても暮らしやすいまち八王子」を一緒に考えてみませんか?

1月27日(土) 13:00～15:30

定員100名 先着順 手続通知 要約筆記あり

基調講演 仲間とともに未来をつくる おれんじドアはちおうじ
認知症と共に生きる人との出会いを通して感じたこと、考えたこと...
もの忘れが気になる人、認知症に関心がある人、家族、すべての人に贈るメッセージ
【お話し】さとう みきさん 【聞き手】堀田 聡子さん

トークセッション 「認知症があっても自分らしく暮らすこと」について
おれんじドアはちおうじ 参加者のみなさんと

●おれんじドアはちおうじとは●
認知症からしれないと思ったり、認知症と診断されたとき
これらの事を、認知症のご本人と語り合えます
ご家族と一緒にどうぞ
※毎月第3土曜日 午後1時半より開催中!

さとう みきさん
おれんじドアはちおうじ代表
さとうみき認知症支援大使
43歳の時、近き親戚と認知された認知症の患者と仕事しながら介護。認知症を減らすことが何よりも大切なこと。多岐からの支援を受けられたという自らの体験から、同じ境遇の家族や支援する人に伝えたこと。地域支援や介護施設などの活動とつながりについて。

堀田 聡子さん
認知症の人と家族の会 神奈川県支部 世話人
認知症のある方の心や体験、加齢を
中心に、その子で認知症になる様子を
探求する。
2020年から、さとうみきさんの
活動パートナー。

【会場】 生涯学習センター(クリエイイトホール)5階
八王子市東町5番6号 JR八王子駅北口から徒歩4分(地図は裏面)

【申し込み】 「eまちサミット」氏名・住所(町名)・電話番号」を記載し、FAX、メールで
八王子市高齢者福祉課へ
【Mail】 koureishafukushi-ninchisho@city.hachioji.tokyo.jp
【Fax】 042-624-7720(フォームは裏面) 申し込みは要

【問合せ】 八王子市福祉部高齢者福祉課 TEL:042-620-7244

☆おれんじドアはちおうじ☆
認知症と診断されたり心配に思ったりして
いる方が語り合える場です。

入職して1ヶ月半が経ちました

検査科から

中央検査科 臨床検査技師 後藤 穂香

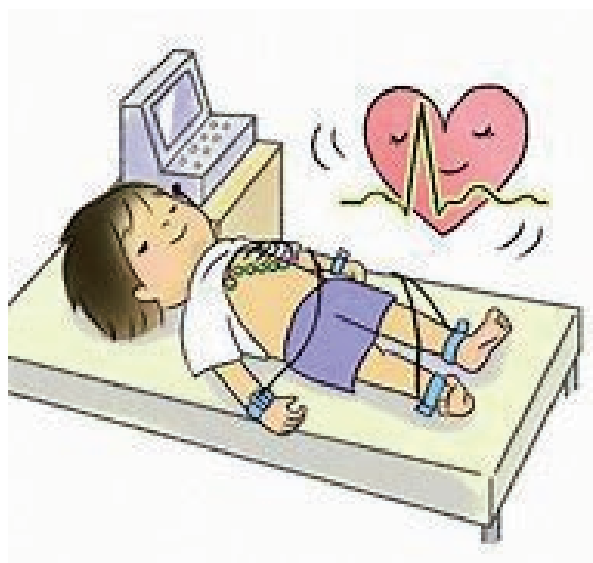
今年1月に新入職し、中央検査科に所属しました。前職では、検体検査と病理検査を中心に業務を実施していました。

現在、中央検査科では主に検体検査と生理機能検査を実施しています。検体検査に関しては、業務をしていましたが、幅広く深い知識を持っていなかったと現在の業務を通して気が付きました。聞かれたときにしっかりと根拠を持って説明できるようにしていきたいと思います。

生理機能検査に携わることは初めてのため、検査方法から検査結果の見方などを教本や諸先輩方に聞いています。業務をする中で学生時代に習得した内容や知識だけでは足りないことを痛感しました。また、生理機能検査は、患者様への対応力も必要不可欠となります。検査は患者様との信頼関係で成り立つものであり、患者様にも協力

してもらうことで、より質の高い検査結果をご提供することが出来ると思います。様々な患者様がおり、それぞれ対応も異なることが多く、今まで患者様に携わることが少なかったため戸惑うことも多いです。できる範囲で実施し、患者様によっては難しいこともありますが、可能な限りで患者様に寄り添うことも大切であるということも学びました。

今後の課題として、受付業務をはじめ、全ての業務を効率よく回せるようにしていきます。平川病院は精神科病院の中では珍しい自動分析機器を入れており、検査項目が多様であることが魅力です。自己分析をして基礎となる土台をしっかりと固め、応用力を身につけ自分のものにしていきます。迅速丁寧に対応し検査をできるように日々、先を考えて行動できるようにします。



平川病院の10年の軌跡

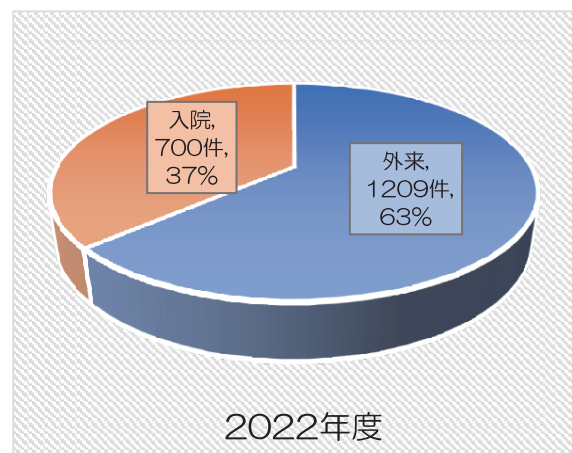
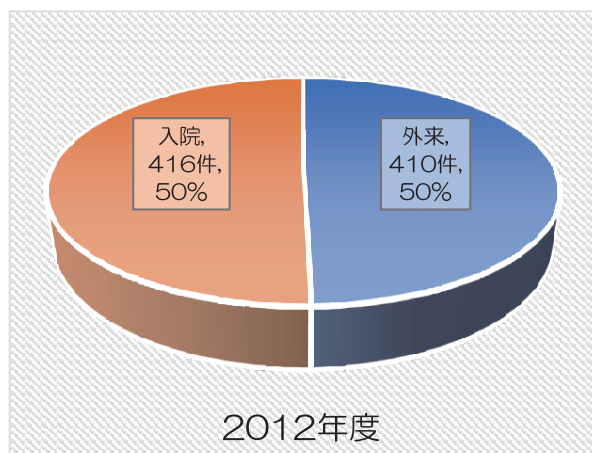
～心理検査の件数からみる入院・外来患者の推移～

医療の質向上促進委員会 心理療法科 内田 竜人

今回の記事では「この10年で平川病院がどのような変化したか」色々な切り口から紹介していきます（第一弾は「激増する認知症患者～診断からみる入院患者の変化～」でした。気になる方はみやま2023年2月号をご覧ください）。今回は心理検査の実施件数と入院・外来の比率を切り口にしたいと思います。

本題に入る前に。適切な医療を提供するためには、医療の対象となる方の身体状況、性格傾向、得意不得意、思考や行動のパターン、認知機能、気分状態など、言い換えれば「どういう人物？どういう状態？」を評価して診断を下し、治療方針を定めます。このような評価から治療方針の決定までの流れを見立て（あるいはアセスメント）と呼びます。主観や直感だけでは、思い込みや勘違いによって不適切な見立てにつながる恐れがあります。そのため、私たちは見立ての際に客観的な評価を行います。心理検査とは、先にも挙げた「どういう人物？どういう状態？」を客観的に評価するためのものであり、観察や面談では分からない見立ての部分を補うものとなります。

さて閑話休題、話を本題に戻します。下記の円グラフをご覧ください。どちらも心理検査を実施した件数、入院と外来の比率を示したものです。左のグラフは2012年度、右のグラフは2022年度のものとなります。



2022年度の心理検査の実施件数は入院と外来を合わせて1909件でした。2012年度が826件であり、10年で実施件数が倍以上増えました。入院と外来の比率を見ますと、2012年度は半々でしたが、2022年度は外来が6割以上となりました。相談される方のニーズは多様化しており、また、相談される方々の見立てを行う際に、面談や観察だけでは評価が難しいため、心理検査による客観的な評価の需要が高まっています。そうした需要に応えられるよう、病院の体制として認知症や発達障害をはじめとした専門外来を増やしてきたこと、心理検査の実施と解釈のできる専門職（臨床心理士・公認心理師）が増えたため、10年間で心理検査の件数が増えたのだと考えられます。

第74回全関東八王子夢街道駅伝大会に参加致しました

リハビリテーション科 主任 作業療法士 鈴木 淳一

2月11日、4年ぶりに夢街道駅伝に参加致しました。メンバーは院長先生、長澤さん（東4）、奥出さん（PT）でチャレンジ致しました。当日は春の近づきを感じさせる気候でした。しかし、実際に走り始めると苦しさ半分、楽しさ半分でした。この相反する気持ちがマラソンの魅力だと思います。

今回の駅伝で一番感動したのは院長先生の激走で、4年前より早いタイムでした。院長先生が真摯に走っている姿を見ていると、私自身「より一層精進して参ります」以外の言葉が見つかりませんでした。

もう一つ、私が楽しみにしていたのは他職種の方と絆を繋ぐ事でした。これまでは働いていても横の繋がりが少なく悩んでおりました。そこにタイミング良く、私にマラソンの話題を話しかけて下さったのが長澤さんです。とても嬉しく直ぐに駅伝に誘ったところ、参加して下さいになりました。奥出さん→鈴木→長澤さん→院長先生と職種や立場が異なる中、スポーツを通じて隔たりなく絆を繋ぎゴール出来た事をととても幸せに思います。必ずや来年も参加したいと思います。また夢街道駅伝に興味ある方は、是非お声掛け下さい。一緒に走りましょう。

当日、お手伝いに参加して下さいだったスタッフの方々、並びに大会関係者の皆様に感謝しております。



八王子市民のための発達障害支援 総合ポータルサイト

子どもから大人まで八王子市民が発達障害の支援サービス情報を包括的に取得できるサイトができました！

アクセスはこちらから



<http://hachioji-hattatsu.jp/>

編集後記

今年は寒暖差が激しく、体調管理が難しく、新型コロナ、インフルエンザ予防と気が抜けない冬でした。久々に平川除雪隊が出動する積雪がありましたが、今冬（12月～2月）の平均気温は、最近30年の平年値を1.27度上回り、明治31年の統計開始から2番目に高かく、暖冬でした。東京の桜の開花予報は3月17日頃、お彼岸前に桜が開花とは「暑さ寒さも彼岸まで」も死語に・・・春の訪れは足早にやって来るようです。

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

