

10月



2024年

みやま

第317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/>



みやまマルシェ

令和6年11月9日(土) 10:00~15:00

場所: 平川病院職員駐車場 (雨天の場合は室内)



模擬店

焼きそば、豚汁、フランクフルト、チュロス、ポターージュ
コーヒー、麦茶



部門ブース

認知症疾患医療センター
(高齢者あんしん相談センター恩方)
(はちまるサポート恩方)

たくさんのご来場を
お待ちしております



体験型ブース

DIY ケア ゲームコーナー
造形教室 クラフト体験
作業療法科 参加型イベント



景品・参加賞あります



物販ブース

衣類、食品、日用品
など

協力企業ブース

八王子市内の作業所
衣類、食品、作業体験など
千本木農園
鉢花、花苗など
ミドリ安全株式会社
災害対策用品など



第1回 みやまマルシェを開催します

院長 平川 淳一

秋の恒例行事として文化祭を開催してまいりましたが、精神科病院は早く治療して地域に帰っていただくことが目的に変わり、長期入院される患者さんも減ってきています。一方、長期入院せざるを得ない患者さんは高齢化し行事参加が厳しくなっています。そのような中、コロナ明けで秋の行事の見直しをした結果、地域の皆様にも好評なマルシェ（市場）を開催することになりました。焼きそば、フランクフルト、コーンポターージュ、豚汁、チュロス、コーヒー、麦茶などの模擬店や、物販ブース（衣類、おやつ、飲み物、マスクなど）、また、当院の作業療法士として勤務されていた職員さんが運営している千本木農園から生花、そして協力企業ブースとして衣類販売、パンなどの販売、作業所の体験コーナーが2カ所、さらにはミドリ安全様から非常食の試食コーナーなど盛りだくさんです。どうか、秋の美山を楽しんでください。

【表紙】院長あいさつ 【P2】 ネット・ゲーム症専門プログラムCAP-Gとは？ 【P3】 (リレー記事) リハビリテーション科より 【P4】 (病棟たより) 東4病棟より 【P5】 ころの扉 【P6-7】 (特集記事) 摂食嚥下リハビリステーション 【P8】 第36回 城西(シロニシ)病院来訪報告・編集後記

ネット・ゲーム症専門プログラムCAP-Gとは？

地域生活支援室より

作業療法科 主任 山岸 真沙美

CAP-Gは、久里浜医療センターで開発された、ゲーム症に対する認知行動療法をベースとした包括的治療プログラムです。当院では昨年度からこのCAP-Gを用いた専門プログラムを開始し、現在3クール目に入っています。今回はCAP-Gについて、これまでの様子を交えながら簡単に紹介したいと思います。

CAP-Gは11のセッションで構成されており、当院では途中にミーティングを加えた全14回を1クールとしています。プログラム前半でゲームの使用状況について振り返り、後半で今後どのように改善すればよいかを考え、日常生活の中で活かしていけるように支援しています。また、ゲームの問題に付随するストレスや怒りの対処方法についても学びます。そこでは本音で正直に話してもらうことが大事です。ゲームの楽しさも受け入れながら、参加者同士で同じ悩みを共有共感し、そしてゲームに依存する個々の原因を探って

改善に繋げていきます。これまでの参加者からは「自分の他にも同じような人がいるのだと安心した」「ゲーム以外の楽しみ、目標ができたから頑張れそう」「ゲーム時間を減らすために何をしたらよいか考えるきっかけになった」「今までゲームに費やしてきた時間とお金もったいないと思えた」等の感想が聞かれ、理解の深まりを感じています。

とはいえ、それを生活の中で実践していくことはなかなか難しく、回復には時間がかかるというのが実状です。また、現代ではネットやゲームの使用は誰もが生活の一部となっているため、完全に断つことは現実的ではありません。日常生活に支障がない範囲で適切に使用できるようになることを目標に、焦らず少しずつの変化を捉えながら、回復まで医療に繋がりに続けてもらえるように支援していくことを心掛けています。

プログラム内容

- ①ゲームについて振り返ってみよう
- ②一日の生活を振り返ってみよう
- ③起きていた問題を振り返ってみよう
- ④ゲーム依存について考えてみよう
- ⑤ゲーム使用の良い点・悪い点
- ⑥ゲームを使いすぎる引き金
- ⑦ゲーム以外の楽しい活動を増やそう
- ⑧これからの生活をさらによくするためには
- ⑨日々のストレスにどう対処するか
- ⑩アサーションのスキルアップ
- ⑪「怒り」の感情とうまく付き合おう



プログラムの様子

リハビリテーション科の班活動について



リハビリテーション科 主任 理学療法士 奥出 聡

リハビリテーション科では、患者様が安心してリハビリに取り組めるよう班活動を通じて質の高いケアを提供しています。当科には「運営班」と「臨床班」があり、それぞれ異なる側面から患者様のリハビリを支援しています。

「運営班」は、新人教育班、リスクマネジメント班、卒後教育班、データベース班、実習生班の5つの班で構成されています。

新人教育班では、新しい職員がスムーズに職場に馴染み、実力を発揮できるよう丁寧な研修と指導を実施しています。

リスクマネジメント班は、職場の安全を守るためにインシデントの分析や急変時対応の訓練を行い、安心して働ける環境づくりを支援しています。

卒後教育班は、職員が継続的に成長できるよう教育プログラムの企画・運営を担当しています。データベース班は、治療結果や成果のデータを管理し、それを学術的な発表に役立てています。

また、実習生班はリハビリ関連職種を目指す学生が円滑に実習を行えるようスケジュール管理や指導体制の調整を行っています。

「臨床班」は、多発外傷班、中枢班、内部障害班、呼吸嚥下班、メンタルスケール班で構成され、各々の専門分野に基づいたリハビリのサ

ポートを提供しています。

多発外傷班では、複数の外傷を負った患者様に対し、身体的なリハビリだけでなく、精神的なケアも大切にしています。定期的なカンファレンスで治療方針を共有しながら、治療を進めています。

中枢班は、脳や脊髄の疾患をお持ちの患者様が再び自立した生活を送れるよう個々の状態に合わせたリハビリを提供しています。

呼吸嚥下班は、誤嚥性肺炎を患われた方に対して、肺炎後のリハビリや安全な摂食嚥下の再獲得を支援しています。内部障害班では、心臓や呼吸器などの疾患を抱えた患者様が無理なく丁寧にリハビリを進められるよう支援しています。

メンタルスケール班は、患者様の精神面の変化に注目し、日々の関わりを通じて心の状態を細やかに見守りながらケアできるようサポートしています。

こうした取り組みは、施設見学に来られたお客様にも好評をいただいています。私たちは班活動を通じて患者様に寄り添い、学術的知見を活かした心身の回復を支援しています。患者様一人ひとりが安心してリハビリに取り組み、少しずつ元気を取り戻せるような、丁寧で思いやりのあるケアを心がけています。



リスクマネジメント班主催の一次救命勉強会の様子



新人教育班による勉強会の様子

東4病棟における入浴について

病棟だより

東4病棟 師長 古谷 圭吾

今回は東4病棟の入浴についてお話ししてみようと思います。

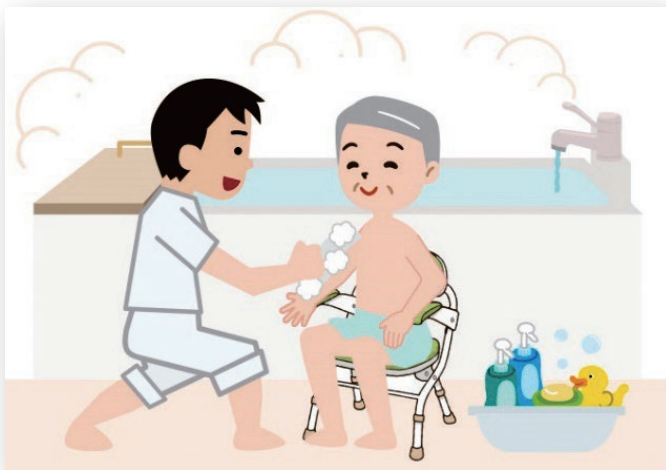
当病棟では毎週3回、月曜・木曜・土曜（シャワー）に入浴支援を行っています。入浴の頻度については、さまざまなご意見があるかと思いますが、入院患者様の中でも毎日入りたいという患者様もいれば、入浴をしたくないという患者様もいらっしゃいます。支援としては、できるだけ患者様に気持ちよく入浴していただけるよう心掛けています。

最近の工夫としては、毎週1回行っている『カステラの会』という、患者様と職員で行う話し合いで“入浴”について話し合いました。患者様からは色々なご意見がありましたが、その中でも入浴剤入りのお風呂に入りたいという希望が多くあり、その後も何回か話し合

いを重ね、最終的に【緑の入浴剤入りのお風呂】ということで患者様の希望がまとまりました。

現在、作業療法科にも協力してもらい入浴剤の準備をしているところで、9月30日（月）の入浴日に【緑の入浴剤入りお風呂】を提供する予定です。

普段入浴できない患者様が入浴してみようと思っていただいたり、気持ちよく入浴していただいたり、気分転換になったり…、そんな入浴日になることを期待しています。今回は、予定段階（9月20日時点）でのお話のため、結果のご報告はできませんが、何かの機会でご報告できればと思います。また、入浴に限らず、患者様の療養生活がより良くなるよう患者様のご意見も聞きながら、創意工夫していければと思います。



東4病棟にて導入した入浴剤入りお風呂

こころの扉 ～その224～ SNSと承認欲求

心理療法科 公認心理師 伊藤 冬花

残暑も落ち着き秋の訪れを感じる日々ですね。私にとって秋といえば食欲の秋ですが、少々食べ過ぎが気になる今日この頃ですので…今年は運動の秋に切り替えて、紅葉狩りにも出かけたくなあと考えております。

さて、先日私は東京精神科病院協会の心理部門定例研修会に参加してきました。講義内容はゲームインターネット依存についてでしたが、今流行っているSNSについても紹介されていました。皆さんはWhoo、BeReal、SnapchatというSNSをご存じでしょうか(私はどれも知りませんでした…)。今何をしているのか・どこにいるのか、動画や画像をアップしたり位置情報を発信したりして共有できるものです。『良いね』がもらえたり、見てくれた人のアカウントが表示されたりするそうです。

心理学の分野においてSNSは承認欲求との関連が指摘されてきました。そして近年では、承認欲求は2種類あるとされており、「自分の存在を目立たせたい」「充実しているとアピールしたい」といった賞賛獲得欲求と「周りの人に嫌われたくない」「イケていない奴だと思われたくない」といった拒否回避欲求が挙げられます。SNSが広く普及した背景には拒否回避欲求も多いにかかわっており、むしろ最近の若者は「自分のことを分かってほしいけど、話すときつい・迷惑と思われる・まわらないか不安」「嫌な反応をされると傷つく」といった、好かれないよりも嫌われたくない

という思いの方が強いと指摘されています。そういった若者にとって、自分が見せたい自分を加工して共有できる、自分が選んだフォロワーが良いねをくれる(悪いね、という反応はSNSには設定されていません)、といったSNSの世界は居心地が良いのかもしれませんが。

今後は、学校や習い事先よりも、SNSから広がる対人関係が当たり前となる日は近いのでしょうか。そういったSNS上の友人から『良いね』を渴望するようになると、新たなストレスやSNS疲れに繋がると思われます。その時には私たちも、SNSとの付き合い方を心理教育的に伝えたり、集団で話し合ったりするような心理支援が必要となるかもしれません。

ちなみに私は、対面でいただける『良いね』は特別嬉しいです。この記事を読んで面白く感じていただけたら『良いね』の声掛けをお待ちしています！



陵南診療所

摂食リハビリステーション

陵南診療所摂食リハビリステーションは「お口から食べる」を支援する歯科として2024年4月に開設いたしました。乳幼児からご高齢の方まで年齢を問わず、病気や障害によって、うまく食べ物を噛めない、飲み込めない、むせてしまうなどの症状がある方に歯科医師、理学療法士、言語聴覚士が中心となって診療とリハビリテーションを提供し、「おいしく・楽しく・美しく」食生活が送れるように支援します。



歯科診療

ステーション内には歯科ユニットがあり、虫歯の治療や義歯の調整などの歯科治療を行います。認知症や発達障害など、一般の歯科医院では対応が困難な患者様の歯科診療、口腔管理にも対応しています。



車いすの方も移乗しやすい歯科ユニットです。移乗の際にはスタッフがお手伝いいたします。



摂食嚥下機能評価

最近、水分でむせることが増えた、食事に時間がかかるようになったなど、食べることに不安を感じている方に、口腔機能低下症の検査や嚥下内視鏡検査（VE）を行い、摂食嚥下機能を評価します。評価結果から適切な食事形態や食事時の姿勢などを提案させていただきます。



★★嚥下内視鏡（VE）に加えて、口腔機能精密検査（口腔乾燥、舌圧など）の機器もそろえています★★

「口腔機能低下症」とは、加齢だけでなく、疾患や障害など様々な要因によって、口腔の機能「感覚」「咀嚼」「嚥下」「唾液分泌」等が複合的に低下している疾患です。放置していると咀嚼障害、摂食嚥下障害など口腔の機能障害をきたします。「口腔機能低下症」を早期に発見することが、豊かな食生活と健康の維持につながります。摂食リハビリステーションは口腔機能低下症にも積極的に介入しています。

摂食嚥下リハビリテーション（摂食機能療法）

全身機能の底上げをはかりながら、摂食嚥下機能の維持、改善を目的に理学療法士と言語聴覚士がリハビリテーションを行います。



摂食嚥下障害に対するリハビリテーションをサポートする機器もそろえています。

7月から訪問診療を開始しています

病気や障害などで通院することが難しい方には、訪問診療を行っています。訪問診療でも外来同様に、歯科治療、摂食嚥下機能の評価に対応しています。外来に来ていただいていた方が通院困難になった際には、訪問診療で対応できますので、安心です。訪問診療にもリハビリスタッフが同行し、リハビリテーションを提供しています。



摂食リハビリステーション 嚥下部長 歯科医師 植田耕一郎よりご挨拶

当ステーションが開設して、5ヶ月が経過いたしました。週2日ないし3日の診療日のアPOINTは、午前、午後と埋まり始めました。

セラピストからすれば、当たり前なことかもしれませんが、歯科医師の私としては、餅は餅屋で、さすがだなといつも側で拝見しています。ベッド上で寝たきりだった方に、寝返り、起き上がり、座位、そして立位をとらせます。声かけをしながら、呼吸を整え、体幹、肩部、顔面周囲にストレッチ、マッサージを施します。理学療法士、言語聴覚士さんのアプローチで生活意欲が回復し、摂食機能にも好循環を与えてくださいます。

平川病院退院後のフォローが必要な患者さんがいらっしゃいましたら、是非、当ステーションにご一報ください。外来、あるいは訪問診療にて平川病院での機能回復を引き継ぎ、生活の場における健康維持の支援をさせていただきたく存じます。



住所 八王子市千人町2-20-2 4F
○西八王子駅より徒歩1分

042-673-5652





シロニシ

城西病院が当院へご訪問されました。

介護職員（外国人）採用を開始された長野県にある城西（シロニシ）病院が当院へ見学に来られました。理事長・総長をされている関健先生も来院されました。当日は外国人雇用に力を入れている当院の施設見学（平川病院、ぐらんぱぐらんま）と共に、勤務している外国人へのインタビューに熱心に耳を傾ける場面がありました。



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

国民の祝日『スポーツの日』がある10月。皆さんは、10月というとな何を連想しますか？都民の日（1日）、体育の日（10日）と学校の休校日が続き、ワクワクした幼少期。暦上、秋に位置する10月という、イベント（運動会・ハロウィン）や食べ物（秋刀魚・栗・松茸）を連想する人は少なくないでしょう。とは言え、ここ数年物価高騰も影響してか消費を抑える傾向があり、食欲の秋が遠く感じます。記録的猛暑であった今年、例年以上に夏バテで食欲不振や疲労感を感じているので、奮発して味覚の秋を満喫しようかな。

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

