



みやまマルシェ



2025年 10月 31日(金) 開催!!

10月



2025年
みやま

第329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/>



講演する院長



はちまるサポートについて説明する石橋科長

令和7年9月3日に八王子家族会(わかくさ)でお話をしてきました

院長 平川 淳一

NPO 法人 わかくさ家族の会 理事長 橋本清明さんに頼まれて、講演をしてきました。何を話せばいいかわからなかったので、橋本会長の「精神的な障害をもって生活することの病院への思い」というテーマをいただきました。病院への思いというのは、家族会から病院への思いということのようで、やや方向が違う感じもしましたが、橋本会長の熱い思いをそのまま受け止めてこのままお話しすることにしました。今、病院がどんなことを考え、家族の皆様の思いをどのように理解しているかご意見を聴く会という位置づけにさせていただき、お話ししました。今後の日本の人口減少、少子高齢化など、八王子でも進行している問題や地域包括ケアの中で、2040年を見据えて精神科病院がどうしていくのか、そして、そのうえで私が伺っているご家族の思いは何か等々、話をさせていただきました。ご家族様にも精神科病院が変わろうとしていることを知っていただき、ご家族の期待に応えたいと訴えました。はちまるサポートなど八王子市の取組についても、当院の地域生活支援科科長の石橋からご説明しました。まだまだ発信力が足りないのと、精神障害は他の身体、知的に比べて、支援が質的にも量的にも不足していることは共有しました。なんとか共同して、精神障害があっても地域で安心して暮らせる八王子を作っていきたいと橋本会長と一致しました。精神障害にも対応した地域包括システムをきちんと構築し、目に見えない精神障害を持つ人たちが幸せに暮らせる街づくりをしていこうと思いました。

【表紙】院長あいさつ 【P2】家族会特集①看護における家族支援とは 【P3】家族会特集②第1回発達障害家族会～デイケアの家族支援の紹介～ 【P4】「こころの扉」～その227～
【P5】(臨床研修医より)臨床研修を終えて 【P6】東京精神科病院協会学会演題紹介・編集後記

特集
家族支援

看護における家族支援とは

内科病棟 看護師 鈿持 寿美江

私たちの看護・介護の現場では、患者さまご本人だけでなく、その方を支えるご家族もまた大切なケアの対象と考えています。病気や老いと向き合う日々の中で、ご家族は大きな不安や負担を抱えることがあります。介護や療養に伴う心身の疲労、将来への心配、そして「大切な人の最期をどのように迎えるのか」という切実な思いに寄り添うことは、看護における重要な役割の一つです。

家族支援とは、単に退院後の看護、介護方法をお伝えするだけではありません。ご家族の気持ちを受け止め、安心して看護、介護に向き合えるように情報を提供し、ときには休息を勧め、ご家族自身の健康を守ることも含まれます。ご本人にとってご家族の存在は何よりの力となり、そのご家族を支えることは結果的にご本人を支えることにもつながります。特に看取りの場面では、ご家族の心の準備や理解がとても大切です。内科病棟では「看取りパンフレット」を家族支援の一環として積極的に活用しています。現在は他病棟でも取り入れているので実際に活用された方も多いのではないのでしょうか。パンフレットの活用

の際には医師、看護師間で十分に協議し、必要だと判断した際に初めて家族に紹介をさせていただき、ご家族の希望があった場合には看取りパンフレットの説明を行っています。看取りパンフレットでは最期が近づいたときにみられる体の変化、患者さまがどのような人柄であったか、何が好きだったのか、家族の希望するケアなどイラストを用い、できるだけわかりやすい言葉でまとめています。ご家族が希望されたケアの例では、「〇〇の歌手が好きだったので歌を聞かせてあげて欲しい。」「飼っていたペットの写真を飾ってほしい。」「苗字ではなく愛称で声をかけて欲しい。」「お酒が好きだったので最後に少し飲ませてあげたい。」「孫の顔をみせてあげたい。」等さまざまです。なるべく希望に添えるようご家族を巻き込みながらケアを実施しています。ご家族自身が患者さまの最期に何をしてあげたいかを考え行動に起こす事が、不安や無力感を軽減しご家族の癒しにも繋がっていると感じています。

大切な方にとって最期の時間は、かけがえない瞬間です。その時間をご家族が少しでも穏やかな気持ちで過ごせるよう、これからも家族支援を大切にし、共に歩んでまいります。



【カンファレンス風景】



【看取りパンフレットより】

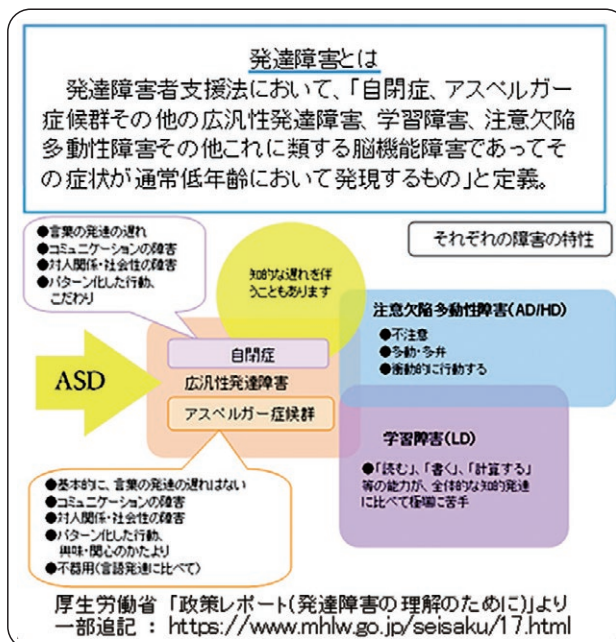
特集 家族支援

第1回発達障害家族会～ディケアの家族支援の紹介～

地域生活支援科 公認心理師 丹原 佳折

当院ディケアでは、発達障害をお持ちの方（未診断の方も含む）を対象に、「ASD（自閉スペクトラム症）専門プログラム」「ADHD（注意欠如多動症）専門プログラム」「発達レクプログラム」を行っています。利用される方の多くは、特性によって学校や職場で人間関係がうまくいかない、仕事や課題をこなせないなどの困りごとを抱えて来所されます。また、その半数ほどはご家族と同居しており、自立を目指している方も少なくありません。そのため、ご本人への支援に加え、ご家族を支えることが非常に重要となります。

ディケアでの家族支援としては、主に4つの取り組みを行っています。



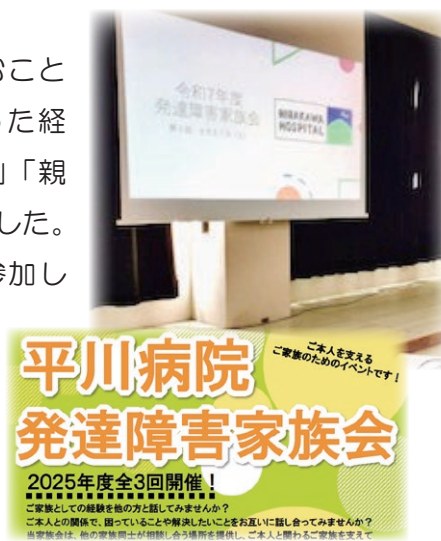
ディケアでの家族支援

- ①ご本人の了承を得た上でディケアでの様子をお伝えし、取り組みを知っていただくこと
- ②今後の方向性についてご家族の意見を伺い、ディケアとしての方針をお伝えすること
- ③ご家族が抱える悩みや困りごとに耳を傾け、必要に応じて助言や支援を行うこと
- ④他のご家族と交流や情報共有を行う場を設けること

今年度は、その一環として約3年ぶりに「発達障害家族会」を開催しました。当日は6家族7名の方にご参加いただき、「他の家族の話を聴きたい」「ディケアについて知りたい」といった声が寄せられました。内容は「ディケアプログラムのご報告」に続き座談会を行い、日常生活での困りごとや家族としての関わり方について意見が交わされました。

参加者からは「本人が自分でやろうと決めたときに物事が進むことがある」「親の工夫が本人の成長を促すことにつながる」といった経験談のほか、「思うようにいかず自分を責めてしまうことがある」「親自身の気持ちの余裕が大切」といった率直なお気持ちも語られました。

終了後のアンケートでは、約9割の方から「満足した」「また参加したい」との回答をいただきました。スタッフとしても、ご家族同士が語り合い、悩みを共有し、互いを認め合う時間を持つことが、保護者の支えにつながることを改めて実感しました。今年度は残り2回の開催を予定しており、今後もご家族への支援を継続し、ご本人の生活や目標の実現を後押しできるよう努めてまいります。



こころの扉 その227 ～つながりとレジリエンス～

心理療法科 科長 公認心理師 淵上 奈緒子

今年の夏、久々に大きな音楽ライブに行ってきました。そのバンドのボーカルは近年うつ病に罹っていることをオープンにしている、発症による活動休止から復活に至るまでの経過が、昨年テレビでドキュメンタリーとして放送されました。いわくコロナ禍で危機に瀕した音楽業界を何とかしたいと考え、これまで以上に‘アクセル全開’で頑張り、あるイベントを終えた時に「どっと疲れてしまい」、そこからいつまでたっても回復できなかったそうです。その様子を見た周囲の勧めで精神科受診に至ったところ、うつ病の診断を受けたとのことでした。

当初は「精神科通院には、ためらいがあったこと」、また「最初のうちは処方されていた薬も服用しなかった」とも率直に語られていました。しかし状態はさらに悪化していき、予定していたツアーは延期、そして最終的には中止と活動休止が決定。「いよいよまずいと感じて薬を飲みはじめた」とのことでした。

やがて少しずつ調子のよい日が続くようになってきたものの、世の中は依然コロナの感染拡大を繰り返している状況…「なんとか人と関わらなければ」との思いからインターネット配信を始め、そこで「まずは『心の病気』であることを発表しよう」、そして視聴者とのやりと

りを通して、「自分と同じような悩みを持つ人たちはたくさんいると知り、そのことにも支えられた」とインタビューで回想していました。

昨今、精神科治療や心理支援において「レジリエンス」という概念の重要性が指摘されています。レジリエンスとは「大きなストレスや逆境などを経験しても押しつぶされず、適応状態を取り戻していく過程」と定義されています。このアーティストの病気の罹患から活動再開までの経過は、まさにこの過程そのものだと思います。そして、その過程においては、やはり人との‘つながり’が欠かせないのだということも、あらためて実感させられるエピソードだと思います。（ちなみに10月10日の世界メンタルヘルスデーのキャッチコピーでも、下記のように‘つながる’がキーワードの一つになっています）

8月号の『うつ病治療特集』では、当院で行われている治療プログラムをご紹介しましたが、各職種で行う専門的アプローチの効果はもちろんのこと、治療に臨む患者さんにとって、チーム医療としての‘つながり’がレジリエンスに少しでも寄与するものになれば…そんなことにも思いを馳せた、ライブの帰り道でした。



世界メンタルヘルスデー 2025
～つながる、どこでも、だれにでも～

感想を一言

平川病院での臨床研修を終えて

平川病院での研修を終え、指導いただいた先生方やスタッフの皆様にも心より感謝申し上げます。日々の診療の中で先生方が患者さんに真摯に向き合っている姿から医師としての言葉や態度が患者さんとの信頼形成に直結することを痛感し、コミュニケーション能力の重要性を改めて認識しました。患者さんの語る言葉の裏にある思いを汲み取ることの難しさと、その中に見出せる小さな変化の喜びを体験できたことは、私にとって大きな学びでした。また多職種カンファレンスやデイケア、往診等に参加しチーム医療の重要性や連携のあり方を実感しました。温かく丁寧にご指導くださった先生方のおかげで、医師としてだけでなく、一人の人間として成長する機会を頂けたことに深く感謝しております。この経験を糧に、今後の研修にも真摯に取り組んでまいります。



東海大学医学部付属八王子病院
初期臨床研修医 黒田 遊



1か月間、平川病院の精神科で研修をさせていただきました。地域医療の中核として、入院治療だけでなく退院後の生活支援にも力を注いでおり、患者様が地域で安心して暮らし続けるための包括的な医療を学ぶことができました。医師、看護師、心理士、ソーシャルワーカーなど多職種が連携し、治療から社会復帰までを一貫して支援する体制に深い感銘を受けました。精神科医療を通じて、心のケアにとどまらず、生活全体を見据えた支援の重要性を改めて実感いたしました。この研修で得た学びを今後の臨床に生かそうと思います。ご指導くださった先生方をはじめ、スタッフの皆様、患者様とご家族の皆様に心より感謝申し上げます。



独立行政法人国立病院機構 災害医療センター
初期臨床研修医 富野 みのり

第37回 東京精神科病院協会学会 演題紹介

開催日 令和7年10月28日（火）

会場 京王プラザホテル



- ◆ 反復経頭蓋磁気刺激療法（rTMS療法）を用いた
多職種連携によるうつ病治療の実践報告
南3病棟 看護師 主任 黒部 美恵
- ◆ NPWT 実施後の褥瘡治癒率・改善率の調査
内科病棟 看護師 横山 一成
- ◆ 八王子市医療福祉連携型早期訪問支援モデル事業における
精神保健福祉士の取り組み
地域生活支援科 科長 精神保健福祉士 石橋 さおり
- ◆ ゲーム行動症の治療プログラム（CAP-G）後の当院における
フォローセッションの取り組み
心理療法科 公認心理師 高梨 豊
- ◆ 精神疾患を有する当事者へのクライシスプラン介入による
地域生活支援の実践報告
作業療法科 作業療法士 水落 耕

編集後記

気温も徐々に下がり、漸く秋らしい季節感が漂い始めた10月。ハロウィンやスポーツの日、秋祭りといった行事が盛んになるこの季節、当院でも昨年に続き、10月31日に『みやまマルシェ』を開催します。当日は、職員駐車場にて模擬店や病院職員による体験型ブース、そして物販ブースを設け、お待ちしております。詳細については、院内掲示及び当院ホームページをご確認ください。是非、この機会に平川病院へお越しください。

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

