

2026年

みやま

第338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/>



平川病院創設者
平川 健龍(けんりゅう) 先生



開院当時の平川病院



開院記念日の昼食



第122回 日本精神神経学会
学術総会(濱田科長撮影)

創立60周年を迎えました

院長 平川 淳一

昭和41年（1966年）7月1日に平川病院は、先代の平川健龍によって建てられました。この八王子に来るまでは、8カ所の土地を買っては地域の反対運動や土砂崩れで駄目になったと聞いています。ほとんど無一文で上京してきた人でしたから、たいへんな借金を抱え、8回も失敗をして、それでも諦めなかったことで、今、この地に平川病院が立っていることにつながっていると思います。亡くなった安倍晋三元総理も回顧録で、自分は普通の人間だった、でも諦めなかったことで総理にまでなれたと仰っています。当院の理念にも、「諦めない医療」というものを掲げているのも、この精神です。私も今年で32年目の院長です。いろいろな事がありました。今思えば潰れていたかもしれない局面もありました。それでも、職員の協力と患者さん、ご家族の皆様の支えでやってこれました。60周年という節目でお伝えしたいことは、本当に「感謝」の一言です。本当にありがとうございます。これからも職員一丸となって、より良い医療を提供できるよう努力してまいります。どうか、よろしくお願いします。

追記；6月18、19、20日の3日間、パシフィコ横浜で日本精神神経学会が開催され、副会長をさせていただきました。精神科医のあり方などについての教育講演、精神科における身体リハビリの必要性についてのシンポジスト、また、自殺対策についての院内体制の必要性についての指定発言などをさせていただきました。

【表紙】 院長あいさつ 【P2】 認知症病棟での取り組みについて 【P3】 こころの扉 その229 ～心の天気は行動から変えられる？～ 【P4】 日本リハビリテーション医学会に参加して 【P5】 ネット・ゲーム症専門プログラムについて 【P6】 お知らせ・編集後記

認知症病棟での取り組みについて

病棟たより

AX病棟 医師 加藤 英里

AX病棟は、45床の男女混合の認知症治療病棟です。長期療養ではなく、3か月程度の短期集中治療を原則としています。

入院の契機は、徘徊による警察の介入、夜間頻尿によるご家族の疲弊、物盗られ妄想、介護サービスの利用拒否など多岐にわたります。また、他院での暴力行為により、精神科治療が必要となった患者様の転院相談にも応じています。

治療にあたっては、薬物療法、精神療法、作業療法、理学療法などを多職種連携で実践しています。医師である私の役割は、主に周辺症状（BPSD）を改善するための薬物調整です。高齢な患者様は薬剤に敏感なため、ふらつきや誤嚥（ごえん）のリスクに配慮し、非常に繊細なコントロールを行っています。

介護拒否に対しても一律に制限するのではなく、ご本人なりの理由を汲み取り、カンファ

レンスを通じてチームで対応を検討します。また、低下しやすい嚥下機能については、言語聴覚士や管理栄養士が評価を行い、安全な食事形態を提案しています。

症状が安定した後は、精神保健福祉士がご家族や地域のケアマネジャーと連携し、在宅復帰に向けたサービス調整や、特別養護老人ホーム等の施設入所のサポートを行います。基本の入院期間は3か月以内ですが、個々の状態に合わせて6～9か月ほどかけて丁寧に退院を支援するケースも少なくありません。

当病棟では、急性期治療から看取りまで、多職種が一体となって患者様とご家族を支えています。今後とも試行錯誤をしながら、質の高い医療を提供できるよう取り組んでまいりますので、何卒ご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



認知症病棟のカンファレンス風景
及び病棟内の様子

こころの扉 その229 ～心の天気は行動から変えられる？～

心理療法科 公認心理師 桐生 佑紀子

梅雨の季節になると、雨の日が続き、なんとなく気分が沈んだり、体が重く感じたりすることはありませんか。

「今日は雨だから外に出るのはやめておこう」

「天気が悪いから何となく気分が乗らない」

そんなふうに過ごす日もあるかもしれません。もちろん、疲れている時に休むことは大切です。しかし、活動する機会が減りすぎると気分の落ち込みにつながる場合があります。例えば、気分が落ち込むと「何もしたくない」と感じ、家で過ごす時間が増えます。すると、楽しいことや達成感を感じる機会が減り、さらに気分が沈む……という悪循環が起こることがあります。

心理療法のひとつに「行動活性化」という方法があります。行動活性化は、「気分が良くなったら行動する」のではなく、「まず小さな行動を起こすことで、気分の変化につなげていく」という考え方です。私たちは、「気分が良くないと何かする気になれない」と考えがちですが、実際にはその逆もあります。例えば、気が進まなかった散歩に出てみたら、少し気分がすっきりした。部屋を片付けたら、少し達成感を感じた。誰かと話したら、気持ちが軽くなった。そんな経験はないでしょうか。大切なのは、大きな目標を立てることではありません。

梅雨の時期なら、

- ・朝起きたらカーテンを開ける
- ・温かい飲み物をゆっくり飲む
- ・好きな音楽を聴く
- ・ベランダや玄関先まで出てみる

など、小さなことで十分です。また、行動活性化では「楽しいこと」だけでなく、「自分にとって大切なこと」を増やすことも大切にします。例えば、家族に連絡をする、読みたかった本を5分だけ読む、植物の手入れをする。短い時間でも、自分らしさを感じられる行動は心のエネルギーになります。

梅雨の雨は、私たちの行動範囲を少し狭めることがあります。そんな時、「元気になったら動こう」ではなく、「少し動いてみたら、元気が出るかもしれない」と考えてみてください。雨の日には雨の日なりの、小さな楽しみや習慣を見つけながら、自分の心に晴れ間をつくっていきましょう。



日本リハビリテーション医学会に参加して

平川病院顧問 リハビリテーション科 医師 林 光俊

2026年6月4日から福岡で開催された、第63回日本リハビリテーション医学会に参加してきました。本学会はリハ専門職約6000人が参加する日本で最も大きなリハビリ学で、今回平川病院からは4名が参加、3演題を発表しました。

トップバッターの平川淳一病院長は、初日に行われたシンポジウム

1. “精神科領域におけるリハビリテーション医療の現状と課題”

のセッションで、“精神疾患患者に対する身体リハの実践 —

平川病院の30年間の歩み—”をご講演されました。当院では

1990年から2025年までに約6370名のリハ患者様の治療

を担当してきましたが(平均年齢は63.8才、男性が女性の2倍)、

本領域では特に“精神+身体”の両面を支える必要性があり、患者様の高齢化に伴うADL低下、転倒、骨折外傷、嚥下障害が増加していると報告しました。

2. 濱田賢二リハ科長は“認知症患者に対する身体リハビリテーションの効果比較 —アルツ

ハイマー型(AD)とアルツハイマー型以外の認知症におけるFIM(リハビリ)改善の比較—”

のテーマで講演し、いずれも有意なりハ効果を示し、ADでは運動器疾患リハで高い改善率

であり、脳血管障害を有する場合はリハ内容の工夫が必要であると報告しました。

3. 奥出聡リハ主任は“精神科病院における飛び降り多発外傷例の身体リハビリ—第7報 精

神科疾患別のリハ効果について—”を講演しました。93例中“統合失調症患者”が約60%

と最も多く、2番目(15%)の“気分障害”は自宅退院率が93.3%と高率であり、“神経症

性障害(6.5%)”は最もFIM改善率が良かったと特徴を報告しました。

“精神科+リハビリ”の発表は、従来小さな会場で閑散と行われる超マイナーなテーマでありましたが、今回この領域の先駆者である平川病院長がシンポジストとして任命され、さらにリハ科から2演題の発表もあり、リハビリ界においてやっと陽の目を見れた！と感慨深いものがありました。

30数年前のリハ科開設当初はリハ職員の確保もままならない時代から始まり、ほぼ手付かずの精神科病院内での身体合併症を有する患者様のリハビリを、試行錯誤しながら続けてきた結果、現在は日本で最もこの領域の経験症例数が多い医療施設になったと思います。継続は力なり！



講演中の平川院長(右)



司会とシンポジストの先生方と
平川院長(右から3番目)、林医師(右端)



左から林医師、奥出主任、濱田科長

ネット・ゲーム症専門プログラム(CAP-G)、立ち上げ3年間の報告

ネット・ゲーム症委員会（CAP-Gワーキンググループ）

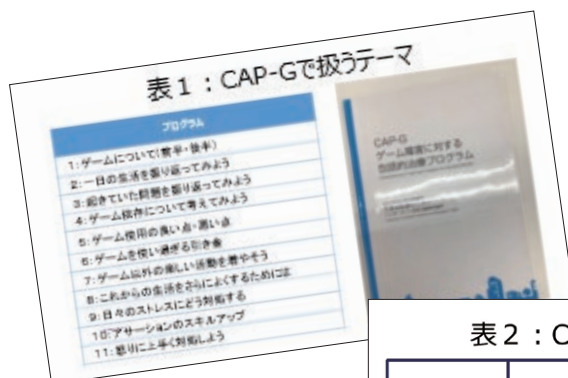
みやま336号ではネット・ゲーム症外来・専門プログラム立ち上げ3年間の概要を報告しました。今回は専門プログラムの活動報告をさせていただきます。

CAP-G（ゲーム障害に対する包括的治療プログラム）は、ネット・ゲーム症の増加が問題になる中、久里浜医療センターが国立青少年教育振興機構と協力して開発・標準化したプログラムです。平川病院でも、このCAP-Gを利用して専門プログラム（表1「CAP-Gで扱うテーマ」を参照）を実施しています。プログラム初期は、自分のゲーム使用状況について発表しあい、参加者同士でゲームの楽しさを共有し、ネット・ゲームについて隠さず話せる場・関係性を築きます。スタッフも加わり、話を交わす中で、楽しいはずのネット・ゲームの何が問題なのかに、話すテーマが移っていきます（図「CAP-Gでよく聞かれる発言例」）。ゲーム時間の長さ、多額の課金の経験、学校や会社への遅刻・欠席が増えたことなど、参加者各々の具体的な問題点が語られます。そしてなぜそこまでネット・ゲームに頼るようになったのか、原因探

しに至ります。原因の一つとなる、ストレスや怒りのエピソードが語られ、同時に対処方法について学んでいきます。また余暇時間の過ごし方、ゲーム以外の楽しみを見つけることも大切な過程です。この繰り返りで、少しずつネット・ゲームの問題に取り組めるようになっていけます。

参加者の年齢層についても紹介します。過去5期の登録人数・平均年齢は、表2をご覧ください。小学校高学年の方から社会人の方まで参加されています。平均年齢は20代を超えていますが、実は参加希望者には10代前半、特に13歳前後の方が多くいらっしゃいます。ただ、遅刻しながらも学校に行かれている、部活だけは参加できているなどの場合、学校に行くことを優先して頂いています。そこで平川病院では夏期集中プログラムと題して、小学校高学年以上を対象とした学校の夏休み期間限定のプログラム（全4回）を開催しています。今年度も7月30日、8月6日、13日、20日に開催します。この記事の裏面に当たるページに案内を掲載しています。関心のある方は是非お問い合わせください。

表1：CAP-Gで扱うテーマ



プログラム
1. ゲームについて(前半・後半)
2. 1日の生活を振り返ってみよう
3. 抱え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. ゲーム使用の多い・多い日
6. ゲームを使い過ぎる引き金
7. ゲーム以外の楽しい活動を考えよう
8. これからの生活をさらによくするための話
9. 日々のストレスにどう対処する
10. アサーションのスキルアップ
11. 怒りに上手に対処しよう



表2：CAP-G・参加者の年齢層

	登録人数	平均年齢
第1期	4名	22.8歳
第2期	5名	22.8歳
第3期	8名	20.5歳
第4期	6名	21.3歳
第5期	7名	25.7歳



ネット・ゲーム依存症の夏期集中プログラムを開催いたします。

7月30日（木）から8月20日（木）までの毎週木曜日、全4回のプログラムです。今やネットやゲームはとても身近にあり、つつい長く使用してしまうこともあります。この機会にゲームの使い方や向き合い方についてみんなで考えてみませんか？

是非お気軽にお問い合わせください。



夏期集中 ネット・ゲーム症プログラム

依存について学ぼう

7/30 (木) → 8/20 (木) 10:30~12:00

ゲームについてみんなで自由に考えるプログラムです。
これからのゲームの使い方を一緒に勉強してみませんか？
是非お気軽にお問い合わせください。

対象 小学校高学年 以上
※当院の専門外来を受診のうえ、ご参加ください

場所 平川病院 第2デイケア室

内容 全4回

	日にち	内容
第1回	7月30(木)	ゲームについて語り合おう
第2回	8月 6(木)	ゲームのしすぎで何が起きるか考えてみよう
第3回	8月13(木)	ゲームの使い方について考えてみよう
第4回	8月20(木)	まとめ



——お問い合わせ・お申込み——
平川病院 ネット・ゲーム症外来
 担当：井出／富樫／平本
 TEL: 042-651-3131(代表) 月・木 10:00~16:00

編集後記

全国各地で梅雨明けが発表となり、いよいよ夏本番の季節。今年度より新たに最高気温40℃以上の日を『酷暑日』と呼び、気象庁では高温への警戒を呼びかけ、備えておく必要性を訴えています。夏の風物詩と言えば、夏祭りやお盆、高校野球を思い浮かべる人も多いでしょう。高校野球では、近年球児の熱中症対策や負担軽減を目的に朝夕の2部制を導入したり、またサッカーでは選手の健康保護のためハイドレーションブレイクをW杯より採用しています。様々な分野で対策がされていますが、皆さんは何か工夫されていますか？

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

