10月
2026年
みやま
第341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/



医療相談科・地域生活支援科メンバーでの集合写真

医療相談科がやっと充実してきました

院長　平川 淳一

精神科入院医療には4つの大きな柱があります。1つ目は救急受け入れなど、入院対応と急性期医療、2つ目は人権に配慮した安全な入院環境の提供、3つ目は退院支援、4つ目は地域生活支援です。入院時には、患者さんの出生、生育、教育、職歴、家族歴、家庭の経済状況など患者さんその人を知るための情報収集が必要です。これをもとに、さまざまな精神症状を理解し、精神療法、薬物療法、非薬物療法を行っていきます。また、当然ですが入院中の人権的配慮は非常に重視されます。さらに退院後の生活を考慮したうえでの退院支援をしていきますが、ここには多くの社会資源の活用という課題も発生します。どの制度をどう活用するかなど知識と人脈を駆使して対応していきます。そして、退院した後も、困り事はないか、症状は安定しているかなど、継続的な支援が必要です。このような切れ目のないサービスの要が、精神保健福祉士（PSW）という国家資格をもった人たちで、医療相談科に配属されています。非常に重要な職種でありますが、最近、行政やグループホームなど施設サービスに就職してしまうPSWが多く、なかなか平川病院にきてくれる人がいませんでした。しかし、ここにきて新入職者が増えてきて充実してきました。やはり、昨年広い部屋に移転し、気持ちよく仕事ができるようになったのが一因かと思います。今後、益々患者さん思いの精神科医療の提供ができるようになると思います。どうか期待してください。

【表紙】院長あいさつ　【Ｐ２】わかくさ家族の会　講演会に参加して　【Ｐ３】時代の変化に寄り添う、東5階病棟のこれから　【Ｐ４】「これからの暮らし」を一緒に考える　【Ｐ５】こころの扉 その230　～オバケが見えてしまう？！～　【Ｐ６】医療スタッフ向けセミナー『うつ病治療におけるｒ TMS療法について』に参加して　【Ｐ７】第38回 東京精神科病院協会学会 演題紹介
【Ｐ８】みやまマルシェ告知・編集後記

わかくさ家族の会　講演会に参加して

地域生活支援科　作業療法士　犬井 良子

2026年9月17日八王子駅前にあるクリエイトホールにおいて、NPO法人わかくさ家族の会が主催した講演会に参加しました。講師は、当院の発達診療科長の渡部先生でした。テーマは「発達障害と2次障害～特性の理解と家族の対応～」についてでした。渡部先生がわかくさ家族の会で講演するは今回で3回目となり、継続して聴講している方もおられ、会場はほぼ満席でした。

講演では発達障害の特徴、併存症と2次障害の違い、精神疾患の鑑別と2次障害、家族の対応に望むこと、親亡きあとに備える自立に分けてお話されました。

ASD（自閉スペクトラム症）、ADHD（注意欠如多動症）、SLD（限局性学習障害）、知的発達症（知的障害）の特徴について、例を挙げながら説明がありました。

なぜ大人になってから障害が顕在化するのかについては、学生時代は決まったルールと日課があり臨機応変さを問われず、得意分野や得意科目の成績で乗り切れていること、家族が自然に生活を補助しているが、社会人になると自由裁量と自己責任が生じてくるために生きづらさや障害が顕在化してくる、とのことでした。

また、被害念慮や強迫・不安障害が起こる理由、家庭内暴力へ発展するメカニズムなどの解説があり、具体的にどのような対応をしたらよいか、家族の対応で望むことについて詳しく説明がありました。早いうちにその人にあった障害の特徴を理解し、良いところ・得意なところ　に目を向けること、スパルタや過保護になることなく、大人になってから急に突き放さずにその人に合った分かりやすい枠組みを作る（環境を整えること）が大切であるとの話でした。質疑応答も活発で講演終了後も先生に話しかける方が多く、参加者の皆さんの関心の高さがうかがえました。

講演会への参加とみやま掲載を快諾してくださった、わかくさ家族の会に感謝いたします。



「時代の変化に寄り添う、東5階病棟のこれから」

東5階病棟　看護師　荻山 篤

今回は、東5階病棟の紹介です。当病棟は、患者様が、自分らしく社会生活を送るため、患者様個々の目標である「退院」に向けて準備をする場としての役割を担っています。

病棟内では、日々の作業療法や個別リハビリを精力的に行っています。さらに病棟外の活動として、東京都精神科病院協会が主催するゲーム大会や音楽祭といった、地域のレクリエーションにも積極的に参加しています。こうした外からの適度な刺激を取り入れることで、単調になりがちな入院生活にメリハリを生み出し、社会性を養う貴重な機会となっています。

その中で、患者様個々の退院に向けた課題に日々向き合っています。私たち看護師だけでなく、医師や精神保健福祉士、作業療法士など多職種が密に連携し、一人ひとりの歩幅に合わせた最適な支援を行っています。この病棟で勤務している中で、生活上欠かすことのできない「衣・食・住」を毎日きちんとこなすという当たり前の営みが、疾患を抱える患者様にとっては想像以上に大きな負担であるという現実を学びました。だからこそ、病棟が単なる退院への準備や訓練の場だけではなく、心身を休める「休息入院」としての意義も大きいのだと実感しています。

現在、深刻な超高齢社会を迎えています。社会復帰病棟である東5階病棟にも顕著に押し寄せており、入院患者様の平均年齢は年々上昇しています。それに伴い、これまでの自立度にも明らかな変化が生じるようになりました。

これまでは、退院支援や日常生活サポートが中心だった看護が、近年では転倒・転落の防止対策やお看取りの対応といった、事例が増加しています。その為、私たち看護師は、これまで以上に多様で複合的なケースに対し、専門的な視点から向き合う必要性があります。

こうしたニーズの変化に合わせて、ハード面の環境整備も順次進んでいます。その一環として、車椅子での利用や介助スペースの拡大に対応したトイレのリニューアル工事を予定しています。

これからも患者様一人ひとりの個別性に合わせた丁寧な看護を実践し、変化する時代のニーズに対応しながら、患者様の目標に向けて共に歩めるよう努力を重ねていきます。





ゲーム大会の様子 / 表彰

「これからの暮らし」を一緒に考える-くらしデザインプログラム-

作業療法科　科長　作業療法士　土屋 貴裕

精神科作業療法というと、手工芸や体操・運動、レクリエーションなどを思い浮かべる方も多いかもしれません。私たちは、こうした活動を通して、生活リズムを整えたり、他者との交流を広げたりすることで、患者様の心身の回復につながるよう支援しています。一方で、患者様が抱える生活上の困りごとや、「退院したらこんなことをしてみたい」という希望は人それぞれです。そこで、集団で行う活動とは別に、患者様個人の生活や希望を出発点として支援を組み立てる、「これからの暮らし」を一緒に考える、くらしデザインプログラムを新たに始めました。

まずは、「また買い物に行きたい」、「一人で電車に乗ってみたい」、「以前住んでいた場所に行ってみたい」など、本人の想いを丁寧に伺います。そして、今の生活でできていること、難しいことを整理し、“まずはここをやってみよう”という目標を一緒に決めます。必要に応じて、外出先での買い物や公共交通機関の利用などを実際に体験し、やってみて分かったことを振り返ります。実際の生活場面だからこそ、病棟では気づきにくい得意なことや困りごとが見えてくることがあります。そこで得られた気づきを多職種と共有し、次の支援につなげていきます。

また、対象は退院が近い方だけではありません。今後の暮らしについて、まだ具体的な方向が決まっていない方や、自分の希望をうまく言葉にできない方の場合は、まずその方のことを知るところから始めます。好きだったこと、これまでの暮らし、大切にしていることなどを話す中で、その人らしさや小さな希望を見つけ、“今できること”を一緒に探します。

作業療法士は、“何ができるようになるか”だけを見るのではなく、“その先にどんな暮らしをしたいのか”まで一緒に考えることを心がけています。例えば、買い物の練習も、単に買い物ができるようになるためではなく、「自分で好きなものを選び、自分らしく暮らしたい」という想いにつながっているかもしれません。

くらしデザインプログラムでは、“どんな暮らしをしたいのか”、“そのために今何ができるのか”を患者様と一緒に考え、その人らしい暮らしと今の取り組みをつないでいきます。そして、そこで得られた気づきをチームで共有し、患者様の暮らしをみんなで支えることを目指しています。



こころの扉　その230　～オバケが見えてしまう？！～

心理療法科　公認心理師　多賀 葵

夏の暑さも落ち着き、秋が深まる季節となりました。10月といえば、ハロウィーンですね！そしてハロウィーンの主役といえば「オバケ」です。ところで皆さんはオバケを見たことはありますか？なぜ人は「オバケを見た」と感じるのでしょうか。そこには、私たち人間の脳が持つある不思議な仕組みが関係しています。

「パレイドリア現象」といって、あいまいな刺激の中に意味のある物を見出し、そこにないはずのものを知覚する現象をご存じでしょうか。例えば、空に浮かんでいる雲が動物や人の形に見える、といった経験がこれにあたります。もちろん、実際に空に動物や人が浮かんでいるわけではありません。「あの雲、犬みたい！」と楽しんだり、親しみを感じたりすることはよくありますよね。

ところが、あいまいな刺激の見え方は状況や気持ちによっても変わることがあります。例えば、暗い場所で怖い思いをしているときに、黒くて細長い影が目に入ったとします。普段であれば「何かあるのかな」と思うだけでも、怖い気持ちになっていると、「何かいるのでは…」と感じやすくなり、ただの影が恐ろしいものに見えてしまうことがあるのです。

また、人間は顔らしい配置を敏感に見つけることができます。「∵」これ、顔に見えませんか？このように、実際には顔でないものに顔を見出してしまう現象は「顔パレイドリア」と呼ばれています。壁のシミや写真の模様が顔のように見えた時、「心霊現象？！」と驚くこともあるかもしれません。でも、それは脳が顔らしい特徴を見つけ出しているために起こるごく自然な現象の一つなのです。

このように、私たちの脳は目から入ってきた情報をそのまま受け取るだけでなく、これまでの経験やその時の状況なども手がかりにしながら、あいまいな刺激に意味を与え、世界を認識しています。暗がりで何かが「オバケ」に見えてしまうときにも、こうした脳の働きが関係していることがあるのです。

皆さんも暗がりの中で何かが「オバケ」に見えた時は少し立ち止まって考えてみてください。そこにいるのは本物のオバケ…！ではなく、あなたの「脳が生み出したオバケ」かもしれませんよ。



医療スタッフ向けセミナー『うつ病治療におけるｒTMS療法について』に参加して

ｒTMSワーキンググループ　リハビリテーション科　主任　理学療法士　奥出 聡

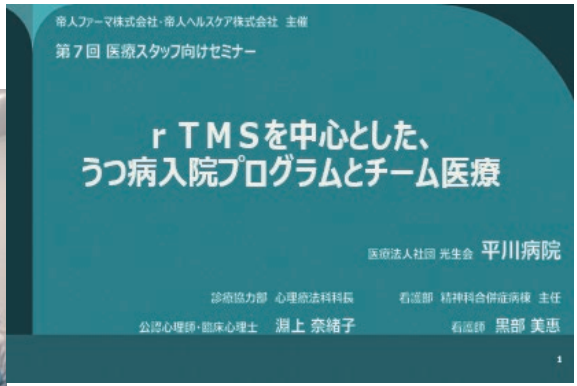
先日、帝人ファーマ株式会社主催の第7回医療スタッフ向けセミナーが、当院からの配信によるオンライン形式で開催されました。『rTMSを中心とした、うつ病入院プログラムとチーム医療』をテーマに、当院の取り組みを他施設の医療スタッフの皆さまへお伝えする機会となりました。

当日は、心理療法科の淵上奈緒子科長が「多職種によるrTMSワーキンググループの立ち上げと、その運営の実践」を、南3病棟看護師の黒部美恵師長が「入院治療の実際と看護師連携」を講演しました。私は澤登医師、桐生公認心理師とともに、事前に寄せられた質問への回答を担当しました。会場には平川院長をはじめ、総務の本橋係長、医療相談科の下山PSWも加わり、まさに多職種が一体となった、当院らしい布陣での配信となりました。当日はオンラインで180名を超える医療スタッフの皆さまにご参加いただき、この領域への注目が着実に高まっていることを実感しました。

参加者から寄せられた臨床上の質問「入院中の余暇時間の過ごし方や、活動に参加しづらい患者さんへの関わり方の悩み」にお答えするなかで、あらためて実感したことがあります。それは、こうした悩みが当院では比較的起こりにくい、ということです。当院ではrTMSを最初のお一人に提供し始めた当初から、より良い治療効果を目指し、心理療法・運動療法・作業療法をパッケージとして組み合わせて提供してきました。その日々の積み重ねが、患者さんの入院生活を自然に支える土台になっているのだと、質問にお答えしながら気づかされました。

セミナー後のアンケートでも好評をいただき、当院の取り組みを参考にしたいという声や、中には当院で働いてみたいという声まで寄せられました。日々当たり前のように行っている多職種での関わりが、当院の確かな特徴なのだと再確認できた、貴重な一日でした。結びに、当日の配信をきめ細やかにサポートしてくださった帝人ファーマのスタッフの皆さま、そして準備から支えてくださった院内の関係者の皆さまに、心より感謝申し上げます。



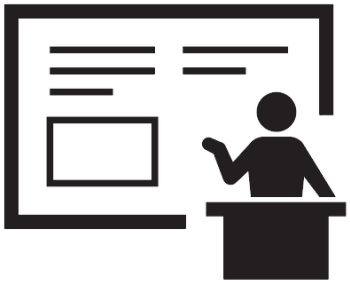


【WEBセミナー風景】

第38回 東京精神科病院協会学会 演題紹介

開催日　令和8年10月27日（火）

会　場　京王プラザホテル



当院から3演題発表いたしますので、ご紹介させて頂きます。

◆当院リハビリテーション科におけるリスクマネジメントへの取り組み

リハビリテーション科　作業療法士　亀田　南美

◆身体的アプローチを通じた統合失調症患者の不安制御と地域移行への寄与

リハビリテーション科　作業療法士　保谷　大貴

◆生活破綻を背景に持つ脊髄損傷症例への作業療法介入
～行動特性に着目した生活管理支援の経験～

リハビリテーション科　作業療法士　今本　大稀

発表者の意気込み

東精協での発表は初めてなので緊張していますが、当科リスクマネジメント班が長年積み重ねてきた取り組みや、日々の安全管理への工夫を少しでも分かりやすくお伝えできるよう頑張りたいと思います。

亀田　南美

東精協にて日頃の臨床の成果を発表させていただきます。他病院との交流を通して深く学び、当院の精神科医療の質向上と、患者様へのさらなる貢献につながるように頑張ります。

保谷　大貴





作業療法士として日々臨床に励んでいます。趣味は筋トレで、身体を鍛えています。今回は発表ということでメンタルの方も鍛えてきました。緊張していますが、臨床で得た学びをしっかり伝えられるよう頑張ります。

今本　大稀





院内予演会の様子



編集後記

10月に入り、真夏の猛暑日・酷暑日が信じられないぐらい気温が下がり、時折吹く風が心地良く感じられるこの季節。紅葉、秋の味覚、イベントの秋と連想する方も少なくないでしょう。当院でも毎年恒例となった『みやまマルシェ』を来月開催します。模擬店をはじめ、様々な催しものを企画し、平川病院らしさを感じられるかと思いますので、是非お越しください。

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