



# 京ヶ峰の四季

第40号

2012年秋号



大グラウンドから見た葵病棟

## 「病棟改修を終えて」

「京ヶ峰の四季」夏号で紹介しました本館・東病棟オープンに続いて、平成9年にリニューアルした既存病棟と、平成8年に新築した葵病棟の改修を終えました。改修工事では明るい環境と広い空間の中で、安全な医療を提供できるよう工夫を致しました。しかし、病棟は患者さまの生活空間です。今ここに居ながらにして、そしていつもの生活を続けながら工事を行うためには、多くの工夫が必要でした。それでも、患者さまの協力を得なければならぬことも多々あり、申し訳ないと思う日々が続きました。

そんな中で何よりも救いは、目の前でどんどん綺麗になっていく病棟内を見て患者さまが嬉しそうな表情をされたこと、また工事現場で働く人たちの姿を見て「こういう仕事をしたい」と、毎日毎日工事現場を飽きることなく見ている姿があったことです。

このようにして綺麗になった病棟に新しい風を吹き込むのは、我々職員の役目です。当院は、やむを得ず長期入院となった患者さまには、その人にあった生活の場を考えること、急性期症状に困惑している患者さまとそのご家族の方には、早期症状の回復とご家族への心理的な援助をすること、そして社会で安定して生活出来るよう応援するために訪問看護を実施するなど、多くの支援体制を整えています。

アウトリーチ、ACT(包括型地域生活支援プログラム)など色々な支援のあり方が叫ばれるようになりましたが、全ての治療の始まりは「患者さまの声」と思っております。

この声を基に職員一丸となって患者さまと協働し、患者さま一人ひとりの人生のページを書きあげていきたいと思っております。

京ヶ峰岡田病院  
総師長 森 澄美江

## 基本理念

一人ひとりの患者さまの幸せのために  
～ For the Patients ～





## 精神障がいに対する誤解・偏見への取り組み

医師 増田 さやか

科学は、日進月歩と言われます。医学もかなりのスピードで進んでいます。精神の病気に対する治療や原因の解明など、10年前と比較してもたいへん進歩しました。精神の病気が、脳に原因があることも明らかになりました。「こころの病気」と言われていた時期もありましたが、身体の病気と場所が違うだけで、こころ(人間の核、のようなもの)が壊れたり、損なわれたりした状態をさすものではないということもわかっています。

「うつ病」や「パニック障害」などについて書かれた本は、医学の専門書のコーナーに行かなくても売れ筋の本と並んで置かれています。病気の体験者や病気を持つ人の家族が書いた本やマンガなども、多く読まれています。テレビなどのメディアで精神障害を取り上げることも多くなりましたし、インターネットの普及によって、病気や治療に関するたくさんの情報を容易に手に入れることができるようになりました。

こうして、精神の病気は、世間一般のひとにとって、身近なものになったと言えるでしょうか。また、誤解や偏見を持たれずに、誰にでも理解してもらいやすいものになったでしょうか。私は残念ながら、まだまだだと思っています。そして、誤解や偏見を生み出しているのは、社会ではなく、専門家なのではないかと思うことがあります。

障がい者のみなさんも、ご家族のみなさんも、一度や二度、あるいはそれよりもっとかもしませませんが、世間の人から受けた傷よりも、いっそう深い傷を医療の場で感じたことがおありではないでしょうか。

身体の疾患で、他の科にかかった時に、医師をはじめとする医療スタッフの言動に傷ついたという人もあるでしょう。患者さんのことで、精神科の医療機関にいくつも相談したけれど、なかなか対応してもらえず、長い間苦しい思いをしたご家族もいるでしょう。

アルコール、薬物などによる精神障害や、認知症等の疾患では、なかなか家族の苦しみをわかってもらえなかったり、本人の対応をしてもらえなかったり、どこにどう相談したらよいのかさえわからず、途方に暮れているご家族の話聞くことが多くあります。

精神障害は、他の病気と違って目に見えない分、わかりづらいと言われます。体験した人にしか分からないつらさがあるでしょう。私は、そうしたつらさを、痛みとらえることにしています。医師であれば、痛みを減らすことが第一です。病気の症状を取ることも、もちろん大事ですが、薬を飲むことが苦痛なら、その苦痛もわかってあげなければいけないと思うのです。誤解や偏見に苦しんでいるなら、その苦痛に対しても真剣に取り組みたいと思っています。

口先だけできれいなことを言うのは簡単です。患者さんや、ご家族の立場に、本当に立てているのか、私はいつでも自分を振り返ってみることが大事だと思っています。

偏見は、世間の人やマスコミや、そういったところにあるものではありません。私たちの考え方の中にあるのです。普通でない考え方をすることや、風変わりな外見など、それが芸術家などで、高い才能があれば評価をするのですが、そうでなければ、どこか軽蔑したり、仲間とは見られたくないと思って遠ざけたりする、といった潜在意識が働きます。

精神障害に対する知識が広がりつつある今、私たち専門家が、まず、自分の考え方を正していく必要があります。私は、そうした活動に前向きに取り組んでいきたい、同じ考えを持つ仲間を、一人でも多く増やしていきたいと思っています。



## 敷地内禁煙プロジェクトチームの活動

### 敷地内禁煙のきっかけ

健康増進法が平成15年に制定され、その第25条「受動喫煙の防止」には「公共施設・病院など、多数の者が利用する施設を管理する者は、これらを利用する者について、受動喫煙を防止するために必要な措置を講ずるよう努めなければならない(一部抜粋)」と、明記されています。

それにもかかわらず、「精神科病院においては禁煙化の実施が困難である」というイメージが強く持たれており、敷地内全面禁煙に踏み切る精神科病院の数は、健康増進法施行以後も、しばらくの間は非常に少ないものでした。当院においても、建物内全面禁煙は実施いたしましたが、敷地内全面禁煙については、実施を検討するに留まっておりました。

しかしながら、ここ数年の間に、敷地内禁煙にチャレンジ・実施した精神科病院も増えてきました。そういった状況を鑑み、また、「患者さまや職員の健康を守る」という「病院の本来あるべき姿」により近づくための一歩として、平成25年1月1日より敷地内全面禁煙とさせていただきますことと決定いたしました。



### 禁煙ポスター・川柳 優秀作品発表

院内全体に敷地内禁煙プロジェクトを広報するとともに、積極的に禁煙に取り組んでいたために、禁煙をテーマにしたポスターと川柳を募集いたしました。多数の応募作品の中から、厳正なる審査の結果、優秀作品を選びましたので、ここで紹介いたします。

第1回 禁煙応援キャンペーン 受賞作品一覧

- 川柳
  - 禁煙のカウントダウンゼロとなれ
  - 禁煙の人はつらいががんばろう
  - 一年で16万と計算し
  - たばこだいちりもつもればいえがたつ
  - おかしな禁煙したのに金がない
  - 健康と仲間のために禁煙を
  - 禁煙で院の空気が清浄化
  - 人のため自分のためと禁煙す
  - ごはんがねおいしくなるよやめるとね
  - 禁煙は家族の笑顔広げるよ
  - (念) タバコ止め自分の体に貢献し
  - 階段の憩いの時もあとわずか
  - 六月になれば悲しきホタル族
  - いざ禁煙 誓った思い 煙(けむ)に消え
  - 禁煙も あといくにちの 小使いか
  - 禁煙も 小使いたまる 運命か
  - 禁煙に酒とコーヒー禁物よ
  - タバコやめ 孫へ頼すり 嫌がらず
  - あんたはいい だけどこっちは 大迷惑
  - なきやないで やっていけるよ 禁煙生活
- ポスター
  - 吸いませぬ NO
  - SMOKING!



今後は、喫煙患者さまへの禁煙指導や、入院時の説明を行うなど、平成25年1月1日より敷地内禁煙を徹底できるよう、活動を続けていきます。みなさまのご協力をお願いいたします。

敷地内禁煙プロジェクトチーム

### 栄養士から 季節のおすすめ



鮮やかなサーモンピンクが食欲をそそる鮭、色の秘密は「アスタキサンチン」です。鮭は、エビやオキアミなどをエサとして食べるため、その赤い色が体内で蓄えられているのです。アスタキサンチンは活性酸素を除去し、動脈硬化を防いでくれます。ポリフェノールではありませんが、それと似た働きがあり、ビタミンEやAよりも強い抗酸化作用があるとされています。

また、良質なたんぱく質に富み、脳の機能を活性化するDHAと血液サラサラにするEPA、カルシウムの吸収を良くするビタミンD、成長促進や消化を助けるなどの効果のあるビタミンB群など、栄養がギュッとつまった食材です。



## 夏祭り

当院では年間を通じて、様々な行事が行われています。日本の四季を感じて、大切にしたいと思っています。入院患者さまだけでなく、近隣地域の皆さまと一緒に楽しい時間を過ごすことができたらと考え、行事へのお誘いもさせていただいています。

平成24年8月8日(水)には夏祭りが行われました。地域の皆さまにもご参加いただき、1,000名以上の参加者で楽しい夏の一

日になりました。盆踊りでは、定番の「炭坑節」や大人気の「ダンシングヒーロー」で踊りの輪が広がり、ゲーム店では近隣の子どもさんが水風船釣りに歓声をあげていました。祭りの最後には打ち上げ花火も盛大にあげられました。



## バザー

平成24年9月12日(水)・13日(木)名古屋・金山駅で「希望会」バザーがありました。「希望会」とは、愛知県内の精神科医療・福祉サービスに携わる人たちが、スポーツ・文化交流を通じ、親睦を図るとともに、当事者が社会参加を目指すことを目的に活動している団体です。

バザーは上記の文化事業の一つで、毎年9月の中旬に行われています。当院は両日参加し、患者さまたちと店で色々なものを売ってきました。



ご覧の通り、当院は客足上々で毎年周囲のお店に驚かれます。

行事開催予告

今後の予定

11月9日(金) 京ヶ峰岡田病院 開院記念日 外来診療は休診となります。

1月13日(日) こうた凧揚げまつり

幸田町菱池で開催される凧揚げ大会に、当院のチームも参加します。応援よろしくお願いします。

## おすすめコーナー

「おすすめコーナー」はスタッフのリレーエッセイで、おすすめの本、映画、食べ物、お店などを紹介します。

### 【今号のおすすめ】

## 漫画「わが家の母はビョーキです」中村ユキ

今回おすすめするのは、漫画家の中村ユキさんご自身のお母さんに関するコミックエッセイです。

内容は、ユキさんのお母さんが統合失調症を発症し、ユキさんと共に歩んできた31年間の物語です。「失敗」と「反省」をくり返しながらか「涙」と「笑顔」で生きてきたことや、「適切な治療と薬、周囲の援助で回復できるのだ」とも描かれています。統合失調症の知識や、社会資源などの情報もたくさん盛り込まれています。

ユキさんは、「家族だけで悩まず、まわりに相談しながらこれからも生きてみよう」と結んでいます。ご本人やご家族のみなさまの希望につながる読みやすい本です。ぜひ、読んでみてください。



### ●編集後記

暑かった夏も過ぎ、すごしやすい季節になってきました。

「京ヶ峰の四季」も40号になり、発刊してから10年を迎えました。皆さんのお役に立つ情報等を取り入れ、心機一転新たな気持ちで編集に取り組んでいきたいと思ひます。今後もよろしくお願いします。

広報委員 高山