



新星

Shinsei
2019 Vol.30

2019年5月13日 発行

医療法人 厚生会 道ノ尾病院「新星」Shinsei編集部
〒852-8055 長崎市虹が丘町1番1号
TEL 095-856-1111 FAX 095-856-4755

題字：松本 寿美子



CONTENTS

- 2 2019年度入社式／アルコールハラスメントとは？
／院内勉強会「マインドフルネス」
- 3 第64回九州精神医療学会の報告／ギャンブル等依存症研修に参加して
- 4-5 第19回International Society for Biomedical Research on
Alcoholism (ISBRA)に参加して
- 6 長崎市障がい者アート作品展／デイケア ワークチャレンジプログラム
- 7 第11回満足度調査／病棟紹介⑬
- 8 ふれあい花まつり／Vファーレン長崎観戦

基本理念 患者第一主義

基本方針

- 挨拶と笑顔をもって皆様（患者・家族）に接します
- 疾病や治療に対して十分な説明と同意に基づき、患者本位の医療を提供します
- 患者の権利を認識し、尊重します
- 地域における責務を認識し、開かれた病院を目指します
- 職員研修を行い、常に研鑽に努めます
- 健全な病院経営に努めます
- 患者の社会復帰に努めます

院内勉強会 マインドフルネス

マインドフルネスは第三世代の行動療法と呼ばれるアプローチです。マインドフルネスとは、mind(心)と -ful(～に満ちている)と-ness(性質、状態)を合成した言葉で、「開放的で、とらわれないこころの状態」を意味します。

何か起きた時に、考えすぎたり自分や相手を責めすぎたりすると、調子を崩したり相手との関係がうまくいかなくなることがあります。マインドフルネスでは、「今、この瞬間」に注意を向けることで、否定的な感情と思考の渦から距離を置き、さらに気分が落ち込むのを防ぐこと、思考と感情が自分と一体化した状態を解除することで、悪循環に巻き込まれないようにすることを目指します。そうすることで、一歩引いて物事を見ることができたり、冷静に対処することができるようになります。



呼吸法、ボディスキャン、歩行瞑想、食べる瞑想等、様々な方法がありますが、今回の院内勉強会では呼吸法を行いました。患者さまとの関わりだけでなく、自分自身のストレス対処法としても役立ちますので、活用していただければと思います。また、私自身も定期的に勉強しながらマインドフルネスについて知識を深めたいと思います。

※参考文献:大谷彰(2014). マインドフルネス入門講義 金剛出版

臨床心理士 中西 由利子

歓送迎会、お花見…と春はお酒を飲む機会が増える時期のアルハラ「アルコールハラスメント」にご注意!

○アルコールハラスメントとは



1. 飲酒の強要

上下関係・部の伝統・集団によるはやしたて・罰ゲームなどといった形で心理的な圧力をかけ、飲まざるをえない状況に追い込むことです。

2. イッキ飲ませ

場を盛り上げるために、イッキ飲みや早飲み競争などをさせることです。「イッキ飲み」とは一息で飲み干すことで、早飲みも「イッキ」と同じです。

3. 意図的な酔いつぶし

酔いつぶすことを意図して、飲み会を行うことで、傷害行為にもあたります。ひどいケースでは吐くための袋やバケツ、「つぶれ部屋」を用意していることもあります。

4. 飲めない人への配慮を欠くこと

本人の体質や意向を無視して飲酒をすすめる、宴会に酒類以外の飲み物を用意しない、飲めないことをからかったり侮辱する、などです。

5. 酔った上での迷惑行為

酔ってからむこと、悪ふざけ、暴言・暴力、セクハラ、その他のひんしゆく行為です。

*特定非営利活動法人ASK(アルコール薬物問題全国市民協会)による定義

お酒は日常のストレスを発散させてくれたり、人間関係の潤滑油にもなってくれます。

せっかくの楽しい酒の席でトラブルにならないよう、「お酒と上手につきあう」ことを考えて、新生活を始めましょう。

(アルコールスタッフ)

FRESHERS



2019年4月1日、平成最後の新入職者を10名迎えました。

精神科医1名、薬剤師1名、看護師4名、精神保健福祉士1名、事務員1名、心理助手1名、栄養課1名が各部署に配属されました。

入社式後より、さっそく新人研修がはじまります。(新人研修に関しては次号で特集します)

当院スタッフ一丸となり、一生懸命教育し、早く職場に慣れてもらうことで、患者様のお力になれるように働きかけていきたいと思っております。本年度もどうぞよろしくお願い致します。

第64回 九州精神医療学会へ参加して

1月31日・2月1日の2日間、福岡県の福岡国際会議場で開催されました「第64回九州精神医療学会」に参加しました。「流れゆく時代の中での精神医学の多様性」をテーマとして、スタッフ5名が研究発表し貴重な経験をさせていただきました。



研究を通してまとめていく過程や、他の発表を拝聴する事で、正確な知識習得や根拠、患者様のニーズを引き出す必要性を感じました。今後も自己研鑽に努めていきたいです。今回看護研究に携わって下さった皆様へ心より感謝申し上げます。

看護師 古場 政伸

今回、発表者として参加させていただきました。会場からも質問を頂き、認知症ケアへの関心の多さを実感しました。他の発表でも認知症に関する演題は多く、今後も病棟での看護ケアに少しでも活かしていけたらと思います。

看護師 川根 明日美

当院デイケアの新規定着支援グループに焦点をあて、3年分のデイケア利用継続について調査し、見えてきた課題と今後の方向性について発表しました。また他機関の発表を聞き様々な取り組みを知ることができ、スキルアップのいい機会となりました。

デイケア 後藤 知里

第64回九州精神医療学会において、うつ病患者様に対する心理教育をテーマにした看護研究を発表しました。発表では緊張もありましたが無事終わることができました。質疑応答では時間上質問できなかった他医療機関の方々に、発表終了後に5つほど質問を受け、関心を持っていただいたことへの喜びを感じることもできました。今回の研究を活かして今後もうつ病患者様への心理教育をよりよいものにしていきたいと思っています。

看護師 泉谷 知宏

ギャンブル等依存症研修に参加して

長崎県からの紹介で、2018年12月5日から三日間、久里浜医療センター主催で行われた【ギャンブル等依存症研修】に参加してきました。研修には医師、精神保健福祉士、看護師、作業療法士、心理士だけでなく、行政職員や司法書士など様々な職種の方が参加されていました。研修の中で「ギャンブル依存の概要」、「回復者や家族の体験談」、「家族支援」、「借金問題への対処法」などの講義を聞き【ギャンブル依存】についての理解を深めることができました。

アルコールの問題は、本人が「飲んでいない」、「自分にはお酒の問題はない」と「否認」しても、気分の高揚や酒の匂い、「手の震えや汗」等の身体の離脱症状などから飲酒や問題があることは、周囲からはわかりやすいです。一方で、ギャンブルの問題は本人が「否認」してしまうと家族や支援者からは問題の確

認が難しく、治療が遅れてしまいます。

一般的にギャンブルで負けたことや借金など自分の失敗を本人が認めて正直に語ることは難しいけれども治療的に非常に重要です。だからこそ、正直にお話された本人を労い尊敬するといった姿勢が支援者には必要であり、そうすることで本人がさらに正直に話せるような信頼関係が構築されるのだと思います。

精神科医 福嶋 翔
臨床心理士 井上拓哉



学会報告：ISBRAおよびSfNに参加して

普段は精神科一般診療に加えて当院のアルコールプログラムを担当させて頂いております。去年の話題ですが、学会に参加し発表する機会がありましたので、この場を借りて簡単にご報告させていただきます。

1 2018年9月に京都国際会議場で開催された第19回International Society for Biomedical Research on Alcoholism (ISBRA) 学術大会というアルコール関連障害に関して世界的に一流の研究者が集まる国際学会に参加しました。また、縁がありシンポジウムで発表させて頂きました。慣れない英語のため質疑応答がうまくいきませんでした。国内外の研究者と意見交換する大変良い機会になりました。写真は、研究者・臨床家として大変尊敬している斎藤利和理事長（当時）と一緒に撮らせて頂きました。学会のプログラム内外でいつもご指導して頂いています。また、同時開催の国内学会には当院を代表して丸山主任や小森看護師も参加しました。なかなか無い機会でしたので二日間に渡り三人で朝から晩まで学びましたが、その時に学んだ内容が現在の日々の診療に生かされており、チームの仲間として嬉しい限りです。



2 2018年11月に米国のサンディエゴで開催されたSociety for Neuroscience (SfN) の2018年次大会という国際的にも最大規模の国際会議に参加し、ポスター発表をしてきました。特色としては、遺伝子から細胞そして脳画像研究に関してなどその幅広い研究分野にあります。

サンディエゴは米国西海岸の中でも最も南に位置する都市で、車で一時間くらいさらに南下するとメキシコとの国境になります。長崎同様に風光明媚な港町でした。あいにくメキシコ訪問の時間はありませんでしたが、空き時間には海鮮料理やメキシコ料理を食べる機会がありました。温暖な気候のため米国の中でもホームレスが多く、老若男女の方が路上で生活しているのを実際に見て、他文化との相違を感じると同時に、我々の普段の生活の豊かさ・幸せを改めて感じる機会になりました。

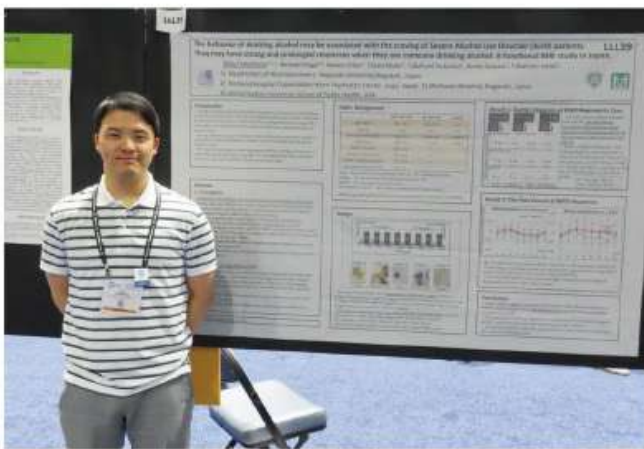
肝心の学会はというと、あまりの参加者の多さに少し疲れましたが、UCLAらの他の研究者から質問して頂いたり、同分野の他の研究者の発表を見学して回ったりと、大変貴重な経験をさせて頂きました。

3 最後に、私の研究について簡単にご紹介させていただきます。重度のアルコール使用障害の患者さんを対象とした脳機能画像 (fMRI) を用いた研究です。精神科研修を受けた肥前精神医療センターで、杠岳文院長や上野雄文臨床研究部長の元、現在も研究を続けています。具体的には患者群と健常者群の二群の被験者で、視覚刺激（飲酒している画像）を提示したところ、患者群は「飲みたい」と本人が感じていなくても、健常者

群と比較して脳の一部がより活動していたことが明らかになりました。この研究を始めた動機は、精神科研修を通じて「本人がやめたくてもなかなかやめられない」アルコール依存症治療の難しさを経験しつつも、この疾患は当事者の意志の弱さや性格よりもむしろ脳の機能異常が問題ではと私なりに臨床上の疑問を持ち、その検証に興味をもったからです。現在論文の執筆をしています。長崎大学精神神経科の小澤寛樹教授の指導の元、社会人大学院生として在籍させて頂いていますが、早く卒業できるよう頑張ります。

長文になりましたが、ここまで読んで頂いた読者の方、そして研究の機会や学会参加を与えて頂いている理事長先生をはじめとする病院スタッフの皆様、そして何よりも患者さんに、この場を借りてお礼を申し上げます。

精神科医 福嶋翔



アルコール問題専門リハビリプログラム



当院では、アルコール問題がある当事者の方のために専門リハビリプログラム (ARP) を行っています。入院プログラムだけではなく、週3日 (月・水・金) の外来プログラム (参加費は無料) を行っています。

夜間断酒ミーティング	月曜	18:30~20:00	さくら棟1階	会議室
外来ミーティング	水曜	9:30~11:00	さくら棟1階	会議室
金曜学習会	金曜	9:30~10:30	C4病棟	デイルーム

ミーティングは、司会者 (スタッフ) が挙げたテーマに沿って、今までの体験談をそれぞれ発表して頂きます。テーマはその日によって変わりますが「言いつばなし、聞きつばなし」が原則です。治療仲間の話を聞いたり、ご自身がその時に思ったことを話して頂くことで、日々の治療にお役立てください。話すのが苦手な方は、聞くだけの参加も、もちろん可能です。

学習会は、プロジェクターと専用テキスト (有料) を用いて講義形式で行います。6回で1クールですが、多職種が交代して講師をさせていただきます。また、当事者の方だけではなく、ご家族や支援者も参加可能 (本人の付き添いでも、ご家族だけの参加でも構いません) です。ただし、一部の回のみclose (当事者のみ参加) ですので、事前にスタッフにご確認ください。

金曜学習会の内容	
①	心理 第1回 ~アルコール依存症の経過と回復~ (心理士)
②	利用できる福祉サービスについて (ソーシャルワーカー) アルコールによる身体への影響 (医師)
③	心理 第2回 ~家族・周囲への影響と信頼回復~ (心理士・close)
④	アルコール依存症 総論 (精神科医師)
⑤	心理 第3回 ~感情と行動をコントロールする~ (心理士)
⑥	抗酒剤・睡眠薬について (薬剤師) 生活習慣病にならないための食事 (栄養課)

長崎市障がい者アート作品展の結果について



平成31年2月2日(土)～2月7日(木)の期間で長崎市立図書館にて第8回アート作品展が開催されました。

当院のデイケアから各グループの創作、書道、作文、工作、絵画、塗り絵、陶芸、手芸作品など計120点、出品いたしました。

平成最後のアート作品展であり、メンバーさん方も目的に向かって制作意欲、エネルギーが発揮できた事と感じます。また、「継続は力なり」と感慨深いもの

があります。

開催当日、即メンバーさん方とともに会場に出向き、自分の作品を目前に、嬉しそうに見学されている姿がとても印象的でした。

表彰式にも同席し、本年も優秀賞2点、佳作7点頂く事が出来ました。

元号も「令和」となり、メンバーさん・スタッフ一同新たな気持ちで取り組んでいきたいと思ひます。

デイケア ワークチャレンジ プログラム

当院デイケアで治療中の方の中には、働いた経験がない方や、長年働いておらず、仕事をしたいけども自信がないという方もいらっしゃいます。

「働くということ自体イメージが湧かない」

「例えば仕事を休む時、誰にどう言えば良いの？マナーがわからない」

「自分が集中して仕事出来るのかどうか、わからない」

そんな悩みをお持ちの方を対象に、復職デイケア「STEP」とは別に、働くための第1歩を踏み出すお手伝いをする「ワークチャレンジプログラム」を実施しています。

毎週水曜日、1クール9か月前後のプログラムです。午前中は紙作業や農作業を通して、一定時間作業を行うことに慣れ、継続していくことを目指します。午後からは働くことに関するマナー等について、ワークシート等を使って学んでいきます。

ご興味のある方は、まずは主治医の先生にお問い合わせ下さい。

部署紹介コーナー

部署の特徴

男子療養開放病棟で、退院支援スキルアップ活動、SSTなど退院支援に力を入れています。



スタッフ紹介

病棟師長：1名 看護主任：1名
 看護スタッフ：20名 介護福祉士：1名
 看護アシスタント：5名 合計：28名

○スタッフの資格と趣味・特技

アマチュア無線、大型二種、大型二輪、簿記2級、ソフトボール、洋裁、魚釣り、ゴルフ、バレーボール、登山、バスケットボール、スノーボード、プレイボード、田植え

○部署の研究

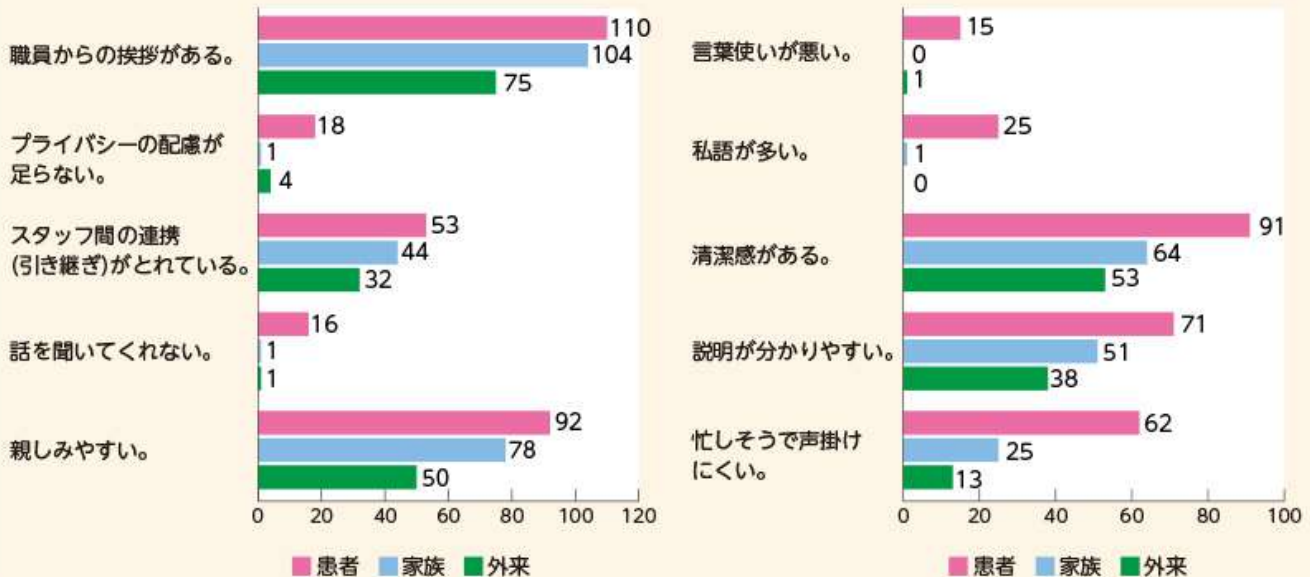
「抗精神病薬を長期に服用している患者の排便コントロールの難しさ」

第11回 満足度調査結果報告

平成30年度の満足度調査を実施しました。今回の結果をふまえサービスの向上と、よりよい医療の提供を目指したいと思います。詳しくはホームページと外来に掲示しています。
 ご協力ありがとうございました。

患者満足度調査委員会

職員の印象について



「ふれあい花まつり」が開催されました

去る3月27日(水)に「道ノ尾病院 ふれあい花まつり」が行われました。当日は晴天に恵まれ、穏やかな陽気の中で開催されたこともあり、多くの方が買い物や催し物を楽しまれました。アトラクションでは、長崎工業高校吹奏楽部様、虹が丘学童くれよんくらぶ様、デイケア民踊部の方々にご出演いただきました。午後には、V・ファーレン長崎より、ヴィヴィ君と前田選手にもお越しいただき、会場内は大いに盛り上がりました。平日の開催となりましたが、ご参加いただきましたご来賓の皆様、ご家族の皆様に厚く御礼申し上げます。



平成31年2月24日よりJ2での試合が始まったVファーレン長崎ですが、得点力不足から思うような結果を残せていません。そこで先日高田社長が再度道ノ尾病院へ来院され、更なる応援の依頼がありました。具体的には職員だけでなく多くの方に応援に来て欲しいとの呼びかけのお願いでした。

そこで、3月30日と4月7日のホームゲームに約190名の観戦者を集めて応援に行きました。

また、3月27日のふれあい花祭りでは数年ぶりにヴィヴィ君が来てくれました。昨年現役を引退した前田悠佑選手も来られ、患者さんや地域の方々写真と撮ったりして、楽しい時間を過ごすことができました。

今後共道ノ尾病院、虹が丘病院、みちのおメンタルクリニックはVファーレン長崎を応援して行きたいと考えます。

3月30日 VS 大宮アルディージャ 観戦して

現在の順位(20位)が残念でなりません。負けたとしても観客が熱くなり感動する試合を多く見たいです。J1復帰目指してさらに選手、スタッフ、フロントが一体となって盛り返して欲しいです。頑張れV長崎!! A-2看護師 水野

当日は、天候も良く、観戦日よりでした。私は、少し遅れてスタジアムに到着したのですが、スタジアムの外にまで大歓声が聞こえており、早くプレーを見たい!とワクワク・ソワソワした気持ちを抑えつつ、スタジアムに入りました。試合の方は、残念ながら、0-1で負けてしまいましたが、チャンスでは、タオルを思いっきり振ったり大きな声で声援を送る事ができ、楽しい時間を過ごす事ができました。後日、スタジアムに行けなかった方ともVファーレンの話で盛り上がりました。機会があれば、また、応援に行きたいと思います。

外来看護師 濱口

サッカー観戦にはもってこいの良い天気でした。スタジオグルメでたこ焼きやチキン、飲み物を買って、サポーターの応援歌など聞いていると興奮し、いつの間にか一緒に一生懸命応援していました。新しい選手の顔と名前を覚えて、また応援に行きたいと思いました。

事務スタッフ 宮本



©2010 VVN

道ノ尾病院はV・ファーレン長崎を応援しています



医療法人厚生会

- 道ノ尾病院 ○虹が丘病院
- みちのおメンタルクリニック
- 宿泊型自立訓練事業所 ふれあい
- 就労継続支援B型・就労移行 ワークステーションかいこう
- 訪問看護ステーション すみ香
- ヘルパーステーション にじいろ
- 相談支援事業所 にじいろ ○居宅支援事業所 にじいろ
- れいんぼうハウス滑石

社会福祉法人新生会

- 特別養護老人ホーム 望星荘
- 障害者支援施設 虹が丘学園

【医療法人厚生会 道ノ尾病院ホームページ】

<https://www.michinoo.or.jp>

道ノ尾病院

検索



モバイルの方



スマートフォンの方

パソコン・スマートフォン向け

道ノ尾病院 新着情報通知のお知らせ

道ノ尾病院HP上に出るポップアップを通知許可していただくと以降、新着更新情報をプッシュ通知で受け取ることが出来ます!

パソコンやアンドロイド端末はアプリ不要で直接プッシュ通知を受け取ることが可能です。

※iOS端末(iPhone・iPad)は「みんなのお知らせ」アプリをインストールし、お知らせ通知を許可するだけで以降、直接プッシュ通知を受け取ることが可能です。



通知許可ボタン表示