



## 診療案内

### 診療科目

精神科・神経科

### 受付時間

AM (月~金) 8:50~11:30  
PM (火・木) 13:15~15:00

### 休診日

土・日・祝祭日

### デイケア開所日

月・火・木・金  
9:00~16:00



試される大地

## 北海道立向陽ヶ丘病院

〒093-0084 北海道網走市向陽ヶ丘1-5-1  
(TEL 0152-43-4138 FAX 0152-43-4365)

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kyb/index.htm>

# 深まる交流『向陽たなばた祭』

## 夏らしい青空の下、賑やかな様子に誘われて…

当院で療養されておられます皆さんで話し合い、7月に行われることから「向陽たなばた祭」と命名したお祭りも、今年で早7回目を迎えることが出来ました。



ここ数年、雨に降られ屋内での開催でしたが、今年はやっと晴れまして初夏らしい青空の下、開放感あふれる芝生の広場でのんびりと過ごすことができました。

お祭りといえば、楽しみは何といっても食べ物。

甘いもの代表に「すがの菓子舗」さんのおやき、お祭りらしい食べ物を出してくれるのは「ふれ愛作業所」さんのおでんやたこ焼き、喉の潤いにコーヒー＆買い物のお楽しみに古着を持ってきてくれる「ニポグリラ」さん。いつも売店でお世話になってる「大西商店」さんからは缶ジュースの移動販売、当院デイケアからはメンバーさんやボランティアさん、庶務課の職員も炭おこしから格闘しつつの焼き鳥、そして今回は現在療養中の皆様によるかまぼ屋さんと、たくさんの人々の協力を頂いての開催でした。



給食では出ないようなあれやこれやを口にほおばると、やはり皆さん笑顔があふれ生き生きとなくなっていました。

普段、調子が悪くずっとお部屋に籠もってる人も、この日ばかりはお祭りの賑やかな様子に誘われて、外に出てくつろいで過ごされていました。

また、観る楽しみとしましては「藤華会」の方々が浴衣姿で「柔」や「流氷音頭」を披露してくださいました。「北海盆唄の踊り」では会場にいた人も一緒になって踊り、大きな輪ができました。



療養中の方々は、ご病気のせいでしょうか、どうしても人との交流が苦手になった

り、ものごとを楽しむことが難しくなったり…また、長い療養生活で地域とのつながりがうすくなったりします。

このようなイベントを通してお店を出して下さる方々や療養中の皆様同士の交流が深まったり楽しんだりすることで生活の励みになっていただければと切に願っております。

# 新任のご挨拶

○医 長 節 家 麻理子  
○副総看護師長 水戸部 ゆみ子  
○デイケア科長 山 口 晃 子  
○福祉専門員 齊 藤 久 恵



医長 節 家 麻理子

この4月に転勤してきて早6か月。道内では札幌、帯広に続き、3箇所目の勤務地となりました。

初めての海沿いの街であり、海が大好きな私としては、ワクワクして網走に足を踏み入れたのを、つい数日前のように思い出します。

毎朝の勤務時、向陽ヶ丘へ向かう歩道橋を上りきっては、一息つきながらオホーツク海と知床を眺めるのが、ひそかな楽しみになっております。

初めて、精神科単科の病院へ赴任したのですが、オホーツク地区に精神科が少ないこともあり、様々な疾患の方が集まってくるのに、まずは驚きました。

急性期の方から慢性期の方、子どもからご年配の方。色々な



方に出会い、私自身が成長させていただいていると感じております。

この6月から、当院の外来では主治医の固定化および予約制を導入しました。それもあって、私が担当している外来患者様は、ほぼ毎回、私が診察することができるので、前回の治療がその後どのように影響しているか、患者様から直接教えていただけるので、ありがたいシステムだと思っております。



患者様には「待ち時間が少なくなった」と好評である反面、「急いでいるからどの先生でも良いのに…」とご迷惑をおかけする部分もありますが、一人の医師が一定の期間を通じて診察をさせて頂く事には、沢山の利点あると考えておりますので、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

## 精神科 まめ知識

こうはんせいはいったつしょうがい

### 広汎性発達障害

(Pervasive Developmental Disorder : PDD)

「広汎性発達障害」という言葉をご存知でしょうか？ 最近はマスコミでも度々取り上げられていますし、広汎性発達障害の一つである自閉症のお子さんがドラマの主人公になったりもしています。



しかし、もし自分の子どもが「発達障害の疑いがある…」と言われたら、どう思われますか…？

精神科の受診を勧められても、なかなか子どもを連れて行く気にはなれないかもしれません。

ここでは、広汎性発達障害を簡単に説明すると共に、私の考えも踏まえながら、精神科ではどのような診察をしているのか、その一つを提示させていただきます。

### 広汎性発達障害とは

1) 対人関係が苦手(共感性があまり感じられず)、場面に応じた適切な行動がとれない。

2) 言葉などのコミュニケーションの障害がある。

3) 興味・活動が限られ、強いこだわりがある。

という特徴を3歳以前から有するということが診断の際に大切な特徴となっています。

しかし、この他にも、

4) 想像力の障害(様々な情報を統合し、推測することが困難)。

これも重要な特徴と考えます。

このような特徴をもっている方を広汎性発達障害と診断します。

その中で、それぞれの特徴がはっきりしている場合は「自閉症、自閉性障害」、特徴はあるけれど症状がそれほど強くない、一部の症状は目立たない、或いは発症年齢が遅いと

いった場合は「非定型自閉症、特定不能の広汎性発達障害」、知的発達の遅れや言葉の発達の遅れがない、そして、対人関係以外では、ある程度の適応能力をもっている場合は「アスペルガー症候群、



アスペルガー障害」と診断します。広汎性発達障害の中にも、色々な呼び方、程度の違いがあるんです。

もう少し砕けて表現すると、広汎性発達障害の方は、程度の差はあるものの、他の人と、喜んだり、悲しんだり、感動したりといった感情を共有しにくく、他の人がどのように感じているかを察知することが難しい、人に合わせて行動することも苦手、といった特徴を持ちます。



また、先の見通しをつけること（様々な情報から推論すること）が苦手です。特定の音、匂い、触覚などの刺激に敏感すぎる、時間を見計らって行動することができにくい、聞くべき人の声など、必要な刺激を選択できにくい（不必要な刺激が必要な刺激と同様に入ってしまう）、突然過去の記憶を鮮明に思い出し、そのときと同じ気持ちになってしまう、など感覚、感性の特異さも併せ持っています。



私は「障害」という言葉が、診断名や説明の中に入っていることに非常に抵抗を覚えます。「障害」というより「特徴」「特性」というべきだと感じています。

「発達障害を疑われて…」あるいはご両親が「発達障害の本を読んだらこの子にあてはまるんです」と精神科を受診するお子さんも増えてきました。

では何を精神科では行っているか。  
まず、出生時からこれまでの生育歴をご両親、

特にお母さんから詳しくお伺いします。そして、今、困っていることを本人、ご両親から伺います。

お子さんに上記の特徴があったとしても、学校や家庭の中で困っていなければ、敢えて病名をつける必要はない、と私は考えます。

現に、広汎性発達障害のお子さんは、自分の好きなことに熱中できる情熱と素晴らしいユニークさを持ちながら、でも、人付き合いで悩む「個性的」なお子さんが多いのです。特定の分野で高い能力を発揮して認められる人も多くいるのです。



しかし、残念ながら、困っていることを抱えている場合、現在の環境では生活し難い場合、どうしてもそうになっているのかを皆で考えて、お子さんがより楽しく生活できる工夫をしなければなりません。そのために、診断をつけて、より手厚い援助が受けられるようにするのが、我々精神科医です。

本人およびご家族の了解を得て、学校の先生方と連絡をとり、学校での様子や学校で困っていることをお伺いすることもしばしばあります。可能であれば、ご本人に心理検査を受けて頂き、

お子さんが何が得意で何が不得意かを客観的に評価します。



「障害」と決め付けず、まずは他のお子さん同様、その子の個性、特性を理解することから初めることが、大切だと感じています。



### 副総看護師長 水戸部 ゆみ子

暑かった夏がようやく過ぎて残暑が続き、秋が近く感じてきました。

釧路で育ち、異動族に加わり7年目となり、今年4月から向陽ヶ丘病院の一員となりました、よろしくお願ひいたします。

精神科領域は初めてですが、職員皆さんの支援をいただきながら、地域関係機関との連携とニーズに応えながら、当院の機能を発揮できる役割を担うメンバーの一人として努力していきます。



着任して、半年が過ぎ、目を引いたことは院内での生活療法です。

当院では患者様の転倒防止対策の一環として、「ふまねっと運動」を取り入れています。



2009年4月から看護雑誌で紹介された事から取り組みを始め、現在3名の指導認定者を中心に作業療法士と協力して進めています。

### 「ふまねっと運動」とは

大きなマス目の「網」を床に敷きこの網を踏まないように、足が網を絡まないように歩く運動です。一マス毎に右足左足と入



れて進む“基本ステップ”に始まり、左右の足を置く位置踏み出す順番が変わったり、手拍子を間に入れたりと様々なステップがあります。

週1回1時間程度のこの運動では、病棟ホールに「綱」を広げ準備したり片づけたりは患者様も協力してくれます。運動に適した靴を準備した方、一步の運びが引きずらなくなった方、急がず確実に歩みを進められるようになった方、簡単

そうで意外に難しいこの運動は行っても見ても楽しく拍手が起きたりしています。

2010年5月には助言をいただきながら、北海道看護研究学会に歩行機能面および心理面から研究をまとめ示説発表させていただきました。



当院理念「こころの和と輪」を大切にして、患者様を支援させていただきたいと考えています。

## デイケア科長 山口 晃子

私は、今年の3月までは岩見沢児童相談所の児童心理司をしていましたが、今回の4月の異動で向陽ヶ丘病院のデイケア科長として赴任しました。



児童相談所の児童心理司は、旭川でもしております。その前は、肢体不自由者リハビリテーションセンターという施設で指導員をしており、病院勤務は全くの初めてとなります。

デイケア科長は心理士と兼任ですが、心理士の仕事は経験が長いので、まだ何とかなってるものの、デイケア科長としての仕事はわからないことばかりで、戸惑ったり、反省したり、日々勉強の毎日です。

一日も早く慣れて、少しでも足を引っ張らないようにしていきたいと思っています。



それでは、簡単に業務内容について説明をしていきます。

## デイケアについて

私が配属された精神科デイケアについてですが、様々なプログラム(陶芸、料理、スポーツ、七宝焼き、手芸等)に参加することで仲間を作ったり、新しい体験を通して、社会経験する上での自信や体力をつけていくことを目指しているところになります。



私も実際に患者さまと一緒に作業に参加したり、お話ししたりと、とても楽しく毎日を過ごさせていただいています。ぜひ、興味がある方は、病院にご一報願います。見学も大歓迎です。

更に心理士の仕事についてですが、外来、病棟、デイケアの患者さまに対して心理検査、心理療法等を行っています。

心理検査は患者さまの情報を収集する一つの方法になり、知能検査や性格検査等があります。

心理療法は、治療行為になりますが、カウンセリングや箱庭療法等を実施しています。

児童相談所が長いので、児童や発達障害関係が得意分野にはなりますが、今後は、成人の患者さまの検査や心理療法等にも慣れていきたいと思っています。



どうぞよろしくお願ひします。



## 福祉専門員 齊藤 久恵

今年の4月から、デイケア科スタッフ兼精神科ソーシャルワーカー(PSW)として働いています。

網走に来る以前は、釧路で5年、函館で3年を過ごしました。

北海道職員になって9年目ですが、太平洋、日本

海、オホーツク海と、海の幸に恵まれた生活を続けています。



釧路と函館では児童相談所で児童心理司として子どもを専門に相談援助を行っていました。今回が初の精神科勤務であり、特にソーシャルワーカーとして受ける相談は法律や制度の知識を必要とすることも多く、毎日が反省と勉強の日々で

す。10月で半年が過ぎますが、日々の仕事に必死で対応しているうちにあっという間に過ぎてしまったという感覚です。慣れな



いながらも、患者様とご家族を支える一端として努力し、成長していきたいと思っておりますので、これからよろしくお願いいたします。

## ソーシャルワーカーの仕事と医療福祉相談室の利用について

ここからは「ソーシャルワーカー（PSW）」の業務についてご紹介したいと思います。

「ソーシャル」＝「社会」という言葉からわかるように、ソーシャルワーカーの目的は地域生活支援であり、患者様やご家族が生活の中で直面する課題について相談に応じ、一緒に解決を図っていくことが業務の中心です。

一口に「生活」といっても悩みや不安は人によって様々なため、相談内容は多岐にわたります。ただ、よくお話に挙がるのは「困ったこと



があるけれどどこに相談すればいいのかわからなかった」という問題です。そういった場合に、

選択できる社会資源を提案したり、実際に連絡を取って課題解決の道筋を立てることも、ソーシャルワーカーの重要な役割と考えています。

患者様を中心として病院と地域との「潤滑油」的な存在となり、患者様ご本人がよりスムーズな地域生活ができるような取り組みを目指していくことが、ソーシャルワーカーとしての私の課題です。

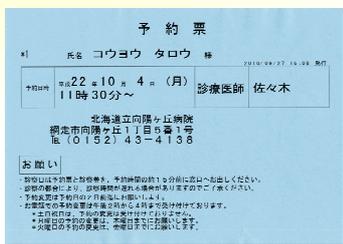


医療福祉相談室についてですが、無料で、予約も基本的には不要です。ただ、私がデイケアスタッフとの兼任であり、他にソーシャルワーカーがいないため、相談室を不在としていることもしばしばあります。相談日程を確実に決めたい場合は、お手数ですが、事前にお電話をいただくと幸いです。

# 外来診療全面予約制となりました

## 全面予約診療

本年6月1日から、外来診療の待ち時間短縮にむけて、外来診療が全面予約となりました。



予約票見本

再診の患者さんは、外来診察時に医師に確認し次回の予約を入れます。

電話での予約はできません。予約なしに外来受診した場合

は、予約者の診療後(間)に診察しますので、それまでお待ちいただきます。

初診の患者さんは、予約なしで診察いたしますが、**午前11時30分までの受付**となっておりますので厳守願います。また、曜日によって初診の患者さんを診察する医師が決まっておりますので、ご確認の上、来院願います。

## 診療案内

一週間の対応医師は、下記の表の通りとなっております。

初診患者対応医師につきましては、『**新患**』と記してあります。

なお、都合により対応医師の変更する場合がありますので、外来掲示板にてご確認下さい。

	午前				午後	
	I 診	II 診	III 診	IV 診	I 診	II 診
月	佐々木	中村	新患 神	節家	—	—
火	佐々木	新患 武重	神	節家	中村	丹羽
水	新患 佐々木	武重	丹羽	神	—	—
木	佐々木	中村	新患 丹羽	節家	武重	神
金	中村	武重	丹羽	新患 節家	—	—

※午後の診療は、原則、予約患者さまのみです。

# お知らせ & ご案内

## 統合失調症家族教室のご案内

当院では毎月第一水曜日の午後二時から「統合失調症の家族教室」を開催しています。

対象は統合失調症の患者様をご家族にお持ちの方です。当院へ通院されている患者様の家族が主体ですが、その他の病院へ通院している方のご家族も相談にのっております。

統合失調症の患者様に接するにあたり、ご家族の方は様々な場面で戸惑い、悩まれるのではないかと思います。



独り言が絶えない、大声を挙げることがある、一日中家に閉じこもって何もしない、等々…。

また、統合失調症とはいったいどのような病気か、どう

いった経過をたどるのか、どのような治療法があるのか、等を知りたいと思っているご家族もおられるのではないのでしょうか。

何より、同じ悩みや思いを抱えたご家族同士が、体験を共有できる、というのも、この会の大きな特徴だと感じております。



「統合失調症の家族教室」では、統合失調症についての講義、ご家族からの質疑応答、ご家族同士の話し合いの他、福祉制度についての説明や、作業所・グループホームへの施設見学も企画しており、これらを通して統合失調症への理解を深め、ご家族の患者様への対応の一助となることを目指しております。

詳しくは当院までお問い合わせください。

家族教室担当医師 節家麻理子

## こんにちは デイケア です

デイケアではさまざまなプログラムに参加することで、仲間を作ったり、新しい体験をとおして、社会経験をする上での自信や体力をつけることを目指します。

利用日…月 火 木 金

利用料… 1日 770円、半日 400円

※自立支援医療により月の上限額が人によって異なります

時間… 9:00~16:00

プログラム… 陶芸 料理 七宝

グループワーク

絵画 手芸 ミーティング

他、年に数回行事を行っています



申し込み方法:

利用を希望される方は医師にご相談下さい。  
お気軽に見学のご相談下さい。

デイケア科 作業療法士 山田 亜人

## 訪問看護 しております

悩みや不安など困っていることの相談・生活の援助・通院の継続・服薬などについて看護師が訪問し支援しております。

網走市内はもちろんのこと遠方では斜里ウトロ・美幌方面 96名ほどのお宅にお伺いしております。



どうぞお気軽に外来看護師までご相談下さい。

外来師長 井口 真弓

(内線 2 1 1)

## 編・集・後・記

「こころの和と輪」第24号が完成いたしました。遅ればせながら新任スタッフの紹介を掲載いたしました。どうぞよろしくお願いいたします。

歴史的な猛暑もなんとか過ぎ去ったと思えば、じきに雪の妖精が舞うことと思います。温暖化の影響からか、例年にもまして気候の変化が著しいようです。

皆さまどうぞ体調に気遣い、ご自愛くださいますよう宜しくお願いいたします。

