

謹賀新年

高 号

MA

YUMI

January 1  
2019

PUBLIC INFORMATION PAPER OF UMEGAOKA

No. 85

医療法人圭愛会 日立梅ヶ丘病院



## 新春のお慶びを申し上げます

院長 岡田正樹

新年あけましておめでとうございます。

皆様のおかげで今年も無事に新しい年を迎える事が出来ました事を感謝しております。

天災はいつ起こるか判らないものですからいつも気が抜けません。旧年中は大雨や台風など自然災害の多い年でありました。温暖化のためか気候の変動が年々激しくなっているように思えます。医療もまたそれら天災に対応すべくいろいろな活動が行われるようになっており、身近でも研修会などが度々開催されるようになりました。当院も災害派遣精神医療チーム「DPAT」(Disaster Psychiatric Assistance Team)などに協力を惜しまず、精神医療にできることを積み重ねております。

そんな中で未来に明るい話題もあります。その一つに国内開催のオリンピック・パラリンピックの話題は欠かせないでしょう。大会の準備が着々と進んでいますが、選手や随行員、ボランティアなど多くの人々が関わる事業ですから、やはり医療の協力も必須になります。スポーツの祭典への協力は気分良く進められます。でも流石に県北の病院には今の所協力要請のお話がありません。

今年はどうのような年になっていくのでしょうか。政界では安倍総裁の圧勝のもと、医療・介護改革や消費税改革が進められます。これが我が国の成長のためと言う良策に向けられるのであれば、何ら恐れる事無く立ち向かうことが出来ると思います。そこで、日立梅ヶ丘病院として可能な限りの活動を行って参りましょう。どうか皆さん、今年も宜しくお願い致します。

新しい年がさらに良き年に成りますよう祈念致しまして、私の新年の挨拶とさせていただきます。



冬真っ盛りですが、病院の敷地内には所々に花が咲き始めました。最初に管理棟入り口近くの水仙が咲き、そして同じ頃にE棟前の紅梅がちらほら咲き始めます。この紅梅は新年の門松にも毎年使われています。毎日寒い、寒い、と言っているうちに、一步一步春は近づいているのですね。今年も皆さんにとって素敵な年になりますように！

訪問看護 瀬谷美喜子

# 当院における CVPPP 普及活動

看護部では昨年度より「略語禁止活動」を行っております。そんな中、始めから思い切り略語を使ってしまってすみません。CVPPP とは Comprehensive Violence Prevention and Protection Programme の略で「シーブイトリプルピー」と読みます。決して「シーブイピーピー」とは読まないで下さい。放送禁止用語の類なのかと勘違いされてしまいますし、精神科医療に携わっている方々に聞かれた場合、非常に恥ずかしい思いをすることになります。日本語では「包括的暴力防止プログラム」となります。お読みになって下さっている皆様が「シーブイトリプルピー」と自然に読むことができるよう、ここではあえて CVPPP と略語を使っていきたいと思っております(読み手の所為にしています)。

CVPPP は、医療現場で起こる暴力や攻撃性に対して適切に介入し、その場にいる全員を守り、また、暴力が起らないようにするための早期介入や、そのような事態が起こった後に生じるストレスや不快な感情を軽減させるためのプログラムのことです。要は、ケアとして暴力の防止や暴力への介入が自信を持って行えるようになるためのプログラムなわけです。そこで、「質の高い精神科医療の提供」「女性だけでも自信を持って介入できる環境づくり」この目標を達成するために、今年度より「CVPPP 普及推進チーム」を立ち上げ、活動を始めました。

当院での研修は 3 段階(松・竹・梅)に分けております。理由としては、単に不穏興奮時の短期的な身体介入法と誤解されないためです。①松で CVPPP の全容を知識として理解する。②竹(ブレイクアウェイ)で患者の突発的な攻撃を効果的に振り解いて離脱する方法を学ぶ。③梅(チームテクニクス)で、対象者を安全に抑制し、移動する技術を習得する。身体的介入法(竹・梅)の技術を習得することは大切なことですが、それ以上にコミュニケーション技術による興奮状態への介入の必要性、暴力に遭遇してしまったことによる心的ストレスの緩和を行うことの必要性(デブリーフィング)を学ぶ(松)事が重要であると考え、この順番での受講となっております。

受講者には、記念品ではなく終了証としてネームにステッカーを貼らせて頂いております。質の高い医療の提供と精神科医療者としての自信を得るために、皆さん受講してみませんか。体育館でお待ちしております(松は新棟会議室での開催です)。



## 第7回 日本精神科医学会学術大会に参加して

医師 萩野谷真人

平成30年10月4日・5日に長野市で開催された日本精神科医学会学術大会に例年の如く、参加して参りました。日本精神科病院協会の学術総会であり、精神科医療に関連する様々な企画や演題が発表されています。ここ数年は当院職員の皆さんにも参加および発表の機会を持って頂こうと働きかけています。茨城県内の他の精神科病院からも一般演題が出ていましたが、今年は当院の演題数が県内1位でありました。これからも良い意味で競争心を持って、当院の活動や取り組みを対外的に発表していきたいと思えます。

2年連続での発表となった事務部総務課の末永雅之さんは、『高信頼性組織（High Reliability Organization：HRO）理論の医療組織へのアプローチ』という発表をされました。病院職員で組織論を学んだ人は多くない中で、彼の能力を遺憾なく発揮できたのではないのでしょうか。デイケア『やまゆり』の佐藤邦彦さんは、『身体表現性障害への作業療法の実践』について発表して頂きました。作業療法を通して患者さんの想いを表現し、症状軽減につなげた症例報告でした。私は既に論文化（新薬と臨牀：平成30年3月号）されている『プロナセリンが著効した皮膚寄生虫妄想の1例』を発表して参りました。

学会発表のささやかなご褒美として楽しみなのが、ご当地の美味しい食べ物やちょっとした視察（観光とも言う）です。長野はジビエや昆虫を材料とした食べ物が有名であり、私たちも鹿肉、猪肉、イナゴ、蜂の子をいただきました。また有名な善光寺にもお参りして、当院の益々の発展を祈願致しました。

来年の日本精神科医学会学術大会は札幌で開催予定です。発表のお手伝いを致しますので、ご興味ある方は私までお声をかけて下さい。



## 第54回 公益社団法人

# 日本精神保健福祉士協会全国大会

精神保健福祉士 富田靖英

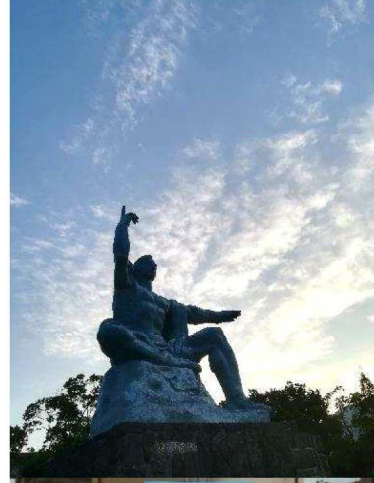
平成30年9月14日・15日、茨城県精神保健福祉士会からの派遣で第54回公益社団法人日本精神保健福祉士協会全国大会（長崎県）に参加しました。

本学会では精神保健福祉士の実践を『メンタルヘルスソーシャルワーク』というマクロの視点で捉え直し、『SW実践の深化・パラダイムの再考』が主要なテーマでした。基調講演において「時代は変わっても、長期入院患者の退院できない理由は昔も今も変わらないのではないか？当事者の方々は私達と同じように買い物に行くこと・家族と一緒にいること等、生活の中でのほんのささやかなことすら実現できていない。私たちはその思いに寄り添い、格差が生み出す不寛容社会に抗い、排除する側の変革を促していかなければいけない。知識・技術不足がクライアントの不利益に直結する意識を持ち、普段の実践の一つ一つを確認していかなければいけない」との話を受けて、今以上に日々の業務の中で当事者の方々の権利擁護や支援について意識化して取り組まなければならないと感じました。分科会では、精神保健福祉法改正の中身を形骸化させないように、病院PSW・行政・地域援助事業者がそれぞれタッグを組んで、長期入院患者を地域に繋げていく取り組みの紹介が大変印象的でした。

懇親会においては、長崎の名物料理を囲み全国から集まった会員同士で深い交流の場を持つことができました。全国の仲間達が情熱的に日々の業務に取り組んでいる姿を目の当たりにし、今後、茨城県だけではなく隣県同士のネットワークの強化も図り、当事者支援に向けたソーシャルアクションを加速化していく必要性を感じました。

学会後は、異国情緒あふれる長崎市内の街並みを路面電車に乗りながらじっくり廻ることができました。原爆資料館・大浦天主堂・眼鏡橋・グラバー邸等を見学し、現地でしか味わうことができない本場の長崎ちゃんぽん・皿うどん（太麺）も最高でした！ちなみに今回の旅ではランニングシューズを持参し、3日間、朝ランができて、大変贅沢な時間を過ごしました。長崎は『坂の町』とも言われており、アップダウンの細い路地裏を走りながら、現地の人達の生活を垣間見ることができました。

今後、学会で学んだことを活かし日々の業務に励んでいきたいと思っております。来年は愛知大会、日頃の実践を振り返る機会として発表してみたいと考えています。





## 『2018年7月 ニューカレドニア』

医師 大内宏美

皆様こんにちは。私は国内外を問わず旅に出ることがしばしばありますが、今回は紙面をお借りして昨年の7月に訪問したニューカレドニアのお話をさせていただきます。一度はどこかで名前を耳にしたことはあるかと思いますが、ニューカレドニアはフランス領の島々であり国名ではありません。オーストラリアから東に1500 km離れた南半球に位置し、本島のグランドテール島を中心に「天国に一番近い島」と比喻されるウベア島や「海の宝石箱」と謳われるイル・デ・パン島などの離島で構成され全部で四国位の大きさを誇ります。離島や本島の北は手つかずの大自然が残り、南はフランスらしいお洒落な街並みとビーチリゾートが融合しています。物価は日本より高いのですが（マクドナルドのハンバーガーセットが1,500円！）、治安は抜群に良いのが特徴です。今回は言葉の心配もあり3泊5日のツアーにて本島の中心部であるヌメア市とイル・デ・パン島を訪問しました。島ではシュノーケリングをしましたが本当に海の透明度が凄いです！かなり浅瀬で潜っても底が透けて見えるほどのエメラルドグリーンで沢山の魚を間近で見ることが出来ました。どこまでも広がる大自然と太陽光に輝く海で確かに宝石箱のようでした。市街地では早起きして活気溢れる朝市で名物のクロワッサンとカフェオレを頂きながら市場を見学しました。街歩きもしましたが中心部にあるココティエ広場という現地の方の憩いの場があり、土曜日だったせいか皆さんベンチに寝そべっていたり水遊びをしていたりで全体的にゆったりとした時間がフランスのバカンス地を思わずにはいられませんでした。朝早くに起きて太陽のリズムと共に過ごし夜は家族や親しい人と過ごすという何とも素敵な生活が日々営まれているようです。何度も行ける場所ではありませんが半年経った今でも余韻に浸っております。またいつか行ければと思いを馳せています。



# 育児休業復帰に向けて…

医事課 木村悠子

私は、再婚し15年ぶりに人生3度目の出産をしました。現在育児休業中です。この年になって、まさか自分がもう一人子どもを産むとは想像もしていませんでした。3度目ともなると、出産や育児も慣れたもので、何の苦も無く平和で幸せな休暇を過ごせております。

育児休業中ふと頭をよぎるのは、復帰への不安です。後輩たちは辞めずに頑張っているだろうか、戻った先に自分が活躍できる場所があるのだろうか、仕事を忘れてしまっただけでついていけないのではないかと出勤するのが怖くなります。ところが、職場に顔を出すと優しい仲間たちが復帰を心待ちにしている旨のあたたかい言葉をかけてくれます。これには勇気を貰い、復帰への力が湧きました。

本音は、まだまだこの幸せな日常を味わっていたいのですが、こんな私でも必要とされ、できる仕事があり、人の役に立てる事はこの上なく有難いです。

しっかり休暇を頂き、戻っていい場所がある、これはひとえに仲間や後輩たちが頑張ってくれたお陰です、心から感謝しています。少しでも早く復帰し、戦力になれるよう努力したいと思います。

※この原稿はH30年11月に頂いたものです。

もう二足歩行ができるし、自分の意志も出てきました。子供の成長は、本当にあっという間ですね。



医事課 藤田綾子

平成29年の12月より出産休暇を頂き、平成30年の1月に女の子を出産しました。

マイペースで成長がのんびりだったお兄ちゃんに比べて、妹は好奇心旺盛で歩くのも早く、毎日が追いつきません（おてんば娘で体力勝負です）。一人で遊びたいお兄ちゃんと、なんでもかんでもお兄ちゃんと一緒に遊びたい妹は毎日喧嘩をしていますが、いつの間にか不思議と二人で遊んでいます。

そんな正反対な二人にも、唯一共通点がありました。まさかの寝相です。二人とも寝返りが激しく、畳の上に寝ていることは日常茶飯事です・・・ただ、同じ姿で寝ているところを見るととてもほっこり、母親の私を幸せな気持ちにしてくれます。

今回は妊娠中から不安な事も多々ありましたが、職場の皆様のご理解とサポートもあり、無事出産を迎え、安心して復職できる環境にもして頂きました。

復職後も、職場の皆様にはご迷惑をお掛けする事もあるかと思いますが、育児・仕事の両立に向け頑張りたいと思います。

育児と仕事と両立は大変だと思いますが職員一同、職場復帰を心待ちにしています。



ママ、がんばってね〜♡



# 第45回 梅ヶ丘祭

作業療法室 福井優

平成30年10月31日 梅ヶ丘病院の秋のビッグイベント、第45回梅ヶ丘祭が開催されました。

今回、実行委員として初めて参加させて頂きました。実行委員会が中心となり、運営に関する協議を重ね、準備から本番まで皆様のご協力のお陰で予定通りに実施する事が出来ました。また会場を華やかに彩っていた花飾りは、患者さん達が作ってくれたものです。

演芸会においては、沢山の方に素敵な芸を披露して頂きました。出演するグループごとにハロウィンの仮装をしていたり、全員で衣装を合わせたり、目で観て、音で聴いて楽しい発表でした。また近隣の保育園・幼稚園から遊びに来てくれた園児達の可愛らしい演技に、会場にいる皆さんに笑みがこぼれていました。ボランティアで出演して下さいました加藤チャボさんの演奏も会場を大いに盛り上げて下さいました。

今年は、恒例の模擬店を実施しませんでした。患者さん達からは「暖かい室内でゆっくりごはんが食べられて良かった」などの好評を頂きました。

職員と患者さん達で創りあげた梅ヶ丘祭を無事終えることが出来ました。ご協力感謝申し上げます。



## 編集後記

昨年、引退後3年のブランクを経てフィギュアスケートに復帰した高橋大輔選手、全日本選手権で2位に入賞しました。復帰するにあたり、体幹トレーニングなど基礎からやり直して、試合に出られるようになるには大変な努力を要したことと思います。またスケートをやろうとしたきっかけは、若い選手の演技を見て刺激を受けたからだそうです。人は知らず知らずのうちに影響を受けたりあげたりしているのだと改めて思いました。私もこの話を聞いて、今年は何かにチャレンジしてみようかな、などと考えています。皆さんも新年をきっかけに何かにチャレンジしてみても良い年になりますよ。

瀬谷美喜子



所在地：〒316-0012

茨城県日立市大久保町 2409-3

TEL：0294-34-2103

FAX：0294-33-1800

URL：http://umegaoka.or.jp



**IT委員会** 富田加代子 瀬谷美喜子 萩谷水紀

**広報紙部会** 鈴木明日美 鈴木啓之



## 表紙解説：

地元、山梨県の富士五湖の1つである、山中湖の朝日です。  
撮影者：森嶋詩織 (IT委員会)