

Jupiter

ジュピター

2021
春号
VOL.42

岡山県精神科医療センター理念 | 人としての尊厳を第一に安心・安全の医療をめざします。

Welcome
New
Employees!!



当センターのシンボルマークは
安心・安全の医療を表しています

ノアの方舟で主人公ノアがハトを放ち、オリーブの葉をくわえて船に戻ってきたところを表しています。安住の地を求めて、安心・安全の医療を追求し進んでいくことをシンボライズしています。

CONTENTS

2 新入職員紹介
みなさん、はじめまして

5 LONDON便り
Dr.Toshiki Kono

6 人薬ーひとぐすりー
第二回 看護部長・山田晶子

7 地域連携室のご案内
岡山県精神科医療センター

8 EVENT REPORT
・東古松サント診療所 デイケア
・岡山県精神科医療センター デイケア

質問項目

- 1 職種
- 2 趣味・特技
- 3 好きな食べ物
- 4 苦手なもの
- 5 好きなアーティスト

令和3年春、28名の新入職員がやってきました。
新しい風が入り、爽やかさを感じます。
もう顔と名前は覚えていただけましたか？
今後ともよろしくお願いたします。

Welcome New Employees!!
みなさん、はじめまして!!



Susumu Mishima
三島 進

- 1 看護師
- 2 バイク、釣り
- 3 ラーメン
- 4 マヨネーズ
- 5 YOASOBI



Kaori Nishie
西江 香里

- 1 看護師
- 2 ライブ鑑賞
- 3 焼きそば
- 4 レバー、高い所
- 5 flumpool



Kazuki Fujiwara
藤原 和紀

- 1 看護師
- 2 サッカー
- 3 ラーメン
- 4 暗算
- 5 米津玄師



Kozo Kadota
門田 耕三

- 1 医師
- 2 食べ歩き、キャンプ、筋トレ
- 3 寿司
- 4 早起き
- 5 DAVID GUETTA



Misaki Koyanagi
小柳 美咲

- 1 看護師
- 2 読書、ライブ鑑賞、ドライブ
- 3 イタリアン、おそば
- 4 冬、服を選ぶこと
- 5 邦楽ロック、Uru、NiziU



Akiho Fujiwara
藤原 晶歩

- 1 看護師
- 2 カフェと温泉巡り
- 3 牡蠣とハマチ
- 4 チーズと買い物
- 5 Mr.Children



Momoka Wakabayashi
若林 百香

- 1 看護師
- 2 バスケットボール
- 3 おすし
- 4 セロリ
- 5 アイビーカラー、the shes gone



Nozomu Minao
皆尾 望

- 1 医師
- 2 ボードゲーム
- 3 肉
- 4 ホラー映画
- 5 米津玄師



Misa Ishizu
石津 未紗

- 1 看護師
- 2 旅行
- 3 苺、オムライス、マカロン
- 4 にんじん
- 5 RADWIMPS



Haruka Kotora
小虎 遥佳

- 1 看護師
- 2 韓国ドラマをみること、韓国語が少し読めること
- 3 豚汁、蓮根のはさみ揚げ
- 4 冷やし中華
- 5 PENTAGON、玉置浩二



Yuki Itei
伊庭 祐貴

- 1 看護師
- 2 漫画、アニメ
- 3 いなり寿司
- 4 猛暑
- 5 霜降り明星



Shiori Yoshioka
吉岡 史織

- 1 看護師
- 2 百人一首、バスケ、ピアノ
- 3 チーズ、お肉
- 4 虫
- 5 女王蜂、RADWIMPS



Mami Idei
出射 茉実

- 1 看護師
- 2 読書、らくがき
- 3 プリン、甘いもの全般
- 4 雷、柔軟体操や球技
- 5 いきものがかり、flumpool



Hitomi Obuchi
小淵 瞳

- 1 看護師
- 2 手指消毒、バレーボール、唇の左上を動かす
- 3 チョコミント、パクチー
- 4 寒さ、暗さ、怖さ
- 5 JO1、K-POP



Mami Kataoka
片岡 麻美

- 1 看護師
- 2 読書、映画鑑賞
- 3 焼肉(でも最近脂身が辛い...)
- 4 パクチー、ホラー映画
- 5 pentagon、CreepyNuts



Kayo Yamamoto
山本 華代

- 1 看護師
- 2 剣道、居合道、合気道
- 3 オムライス、スイーツ全般
- 4 ゆで卵
- 5 スピッツ



Naomi Yamada
山田 直美

- 1 看護師
- 2 歌うこと、洋服が好き!
- 3 ぎょうざとビール
- 4 パクチー
- 5 バンド、sumika



Nobuyo Chujo
中條 伸代

- 1 看護師
- 2 キャラクターグッズ集め、お菓子作り
- 3 白米
- 4 チーズ、煮干し
- 5 Uru



Kai Yonaha
與那覇 花依

- 1 看護師
- 2 音楽鑑賞、漫画を読むこと
- 3 唐揚げ、辛い料理
- 4 きゅうり、虫
- 5 BTS、RED VELVET

次のページ





Dr.Toshiki Kono LONDON便り

現在、イギリスの首都ロンドンに留学中の耕野敏樹先生(当センター)から近況報告が届きました。先生が留学された理由やロンドンの街の様子などをご紹介します。



娘さんが小学校の写真コンテストで受賞した冬至のロンドンの夕陽。それ以来時々学校の教材として使ってもらっているそう

— 留学を決意した理由は？ —
これはとても難しい質問です。逆に私が留学していなかったとしたらどんな理由があったのかを挙げる方が簡単かもしれません。
最終的に現在の留学先からオファーがあったのは、ちょうど1年前だったと思います。その直前は、もともと認知行動療法という対話形式による精神科の治療を、最先端の英国で学ぼうと着々と計画を詰めていたところでした。
当時、なかなか外国で臨床現場を見つけることが難しかった為、留学予定を1年延ばして

— 現在、ロンドンの様子は？ —
私は現在、ロンドン市内のピムリコという国会議事堂や政府関係の建物が多くある地域の外れの住宅街に住んでおります。ロックダウンの影響でクラブや服飾店などは軒並み閉

準備していました。しかし、準備の整いつつあった某有名大学の臨床現場の話が、COVID-19による影響なのか、理由は定かではありませんが、あっさり断られてしまいました。
その時は何となく、「英国で臨床をするのはしばらく難しくそうだから、もう少し作戦を練る必要があるな」と考えていました。もし、私が留学を諦めたとしたら、思い描いた認知行動療法の研鑽計画が上手くいかなくなり、留学に価値を見出せなくなった、というのが理由であつたらうと思います。
さらに、そこから色々な展開があり、気がつけば現在に至っています。このように、どっちの方向にどう転ぶのか分からないような生活をかれこれ20年以上送ってきております。そんな私に理解を示し、応援してくださる患者さん、同僚、上司の先生、家族に対してはどれだけ感謝してもし尽くすことはできません。

まっています。また、車がなくて、できればバス移動は避けたいので、ほぼ半径10km圏内で過ごしています。このように、華やかなことはほとんど何もないわけですが、何か写真をとることで、冬至に撮ったロンドンの夕陽、ウェストミンスター大聖堂のクリスマスツリー、娘が発見した雪の結晶、そして報道されることはなかったが閉店が続くロンドンのパブをクマが占拠した衝撃的な事件をたまたま激写した写真をお送りしておきます。



(上)ウェストミンスター大聖堂のクリスマスツリー
(下)娘さんが発見した雪の結晶

— 大学ではどのようなことを学んでいるのですか？ —
私が所属しているのは、キングス・カレッジ・ロンドンという大学の精神医学研究所になります。基本的に全てがオンラインで、画面を通じて研究室の先生に報告したり、論文に関する議論をしたりして過ごしています。

現在学んでいるのは、英国にある世界最大の遺伝子バンクのデータの解析方法などを教わっています。オンライン経由で私のパソコンを先生に操作してもらったりして、自宅で文字通り手取り足取り色々教えてもらっています。私は元々よからぬことをよく思いつくタイプで、日本ではそういうことを一部の人に対して以外は極力封印して過ごしていました。ところが、ロンドンでは思いついたアイデアをそのまま伝えたら結構面白がって採用してくれたりします。ですので、結果的には日本とあまり変わらない感じであると交流ができていますね。



閉店する店が多くある中、ロンドンのパブを占拠したクマ

Welcome New Employees!! みなさん、はじめまして!!

Yuki Shimizu
清水 祐希
1 精神保健福祉士
2 ライブ、音楽フェス
3 麻婆豆腐
4 わけぎのぬた
5 THE ORAL CIGARETTES

Naoya Onoda
小野田 直弥
1 看護師
2 野球
3 肉料理
4 トマト、牛乳
5 ベリーグッドマン!!

Riho Miyahara
宮原 莉帆
1 社会福祉士
2 ソフトテニス
3 さつまいも
4 雨の日
5 back number

Rei Miyazaki
宮崎 玲
1 作業療法士
2 温泉に行くこと
3 ハンバーグ
4 しいたけ
5 indigo la End

Natsumi Kawamoto
川元 奈津美
1 事務
2 カフェ巡り、バレーボール
3 ナポリタン
4 早起き
5 back number

Kana Yamane
山根 佳奈
1 作業療法士
2 雑貨屋巡り
3 柿の種チョコ
4 果物、カキ(貝)
5 阿部真央

Hiroyoshi Haruna
春名 洋芳
1 事務(保安)
2 ゴルフ、釣り
3 ステーキ、煮魚
4 セロリ、パクチー
5 B'z、コブクロ

Yuka Nakai
中井 裕花
1 作業療法士
2 旅行、ピアノ
3 つげ類
4 いくら、グリーンピース
5 あいみょん

Kana Shinjo
新庄 加奈
1 公認心理師
2 楽器を弾くこと、編み物
3 焼肉、ハード系グミ
4 スポーツ
5 King&Prince

- 質問項目**
- 1 職種
 - 2 趣味・特技
 - 3 好きな食べ物
 - 4 苦手なもの
 - 5 好きなアーティスト

岡山県精神科医療センター

受診・相談は地域連携室へ!!

地域連携室は、本人・ご家族・医療機関等からの相談窓口です。
救急受診や初診予約の相談だけでなく、「どの部署や医師に問い合わせればいいかわからない」「通院中の患者さんの件で相談したい」など、幅広い相談に応じています。

まずは、地域連携室へお電話ください

本人・家族

医療機関

関係機関

地域連携室 医師とPSW(精神保健福祉士)でチーム対応します!!



tel.086-225-3833 (9:00~16:30)
fax.086-225-3855

- 1 紹介状がある場合はFAXしてください。
- 2 医師から直接の電話は、外来担当医におつなぎします。

緊急

予約



外来種類	対象者	内容
精神科一般外来	高校生以上	精神疾患全般に対応します。クリニックへご紹介することがあります。
児童思春期外来	小学生～中学生	児童精神科専門チームが対応します。
大人の発達外来	高校生以上	発達障害の見立てと支援の提案をします。
依存症外来	高校生以上	アルコール、薬物、ギャンブルなどのご相談に対応します。

詳細は地域連携室までお問い合わせください



地方独立行政法人 岡山県精神科医療センター

■ 連携室直通 / tel.086-225-3833 (9:00~16:30) ■ 住所 / 〒700-0915 岡山県岡山市北区鹿田本町3-16
■ 代表 / tel.086-225-3821 (24時間対応)

大切にされる経験が 拒絶や孤立から 人と繋がる心地よさや 信頼の薬となります

「人薬」という言葉

「人薬(ひとぐすり)」とは、いつの頃からか誰かが使い始めた言葉。文字の通り「人」そのものや「人」の関わりが患者さんの回復への「薬」になり、「人」対「人」の関係の中で、はじめて効果が現れる、というものでしょうか?きちんとした定義はなく、人それぞれでとらえ方は違い、多義的。使い始めた方は



もっと深い意味を込められていらつしゃったのかもかもしれません。私は病院の理念にも繋がる大切な思いが込められていると感じ、新任者研修や師長会など、様々な機会でも使わせていただいている言葉です。
精神疾患が「こころの病気」と表現されることがありますが、心は病気にはなりません。もちろん薬物治療は、脳からの症状を和らげ、精神的健康を回復するための一助となります。しかし、根っこにある自尊心や自己肯定感の回復のためには、やはり「人薬」が必要です。不安な時にかけられた言葉、まなざしや手当てが安心感を与える薬となり、大切にされる経験が拒絶や孤立から人と繋がる心地よさや信頼の薬となる。時には本人のために厳しきという苦しい薬も必要でしょう。さらに、その人らしい回復に向かうとき何より大切になるのは、患者さん自身がこうしたいという夢や希望を持ち、自らを信じ、自らがそこへ向かう行を選択し、そ

～ NURSE ～

詩・吉田修理 (ペンネーム)

NURSE 貴方達はいつも笑顔で
NURSE 私達に勇気を与える
NURSE 貴方達はとても大事に
NURSE 私達を看っていてくれる
辛い事もあるだろう 胸痛む時も
どんな時でも貴方達は輝いている
NURSE 春の桜は色付き映えて
NURSE 夏のひまわり元気をもらい
NURSE 秋の秋桜和んだ後に
NURSE 冬は貴方の笑顔で嬉う
NURSE 夜勤の時には心細くて
NURSE 一人の見回り恐くないかな
NURSE 患者の病は人それぞれで
NURSE 貴方の対処でみんな微笑む
感謝の言葉はいつでも用意している
恥ずかしくて素直に言えないもので
NURSE 私は今まで誤解していた
NURSE 病気は薬で全て治ると
NURSE 今 記憶を繕くと
NURSE 私の薬は貴方と家族の笑顔

して自らの望む生活や人生を送れるよう、やはり「人」によって支えられることです。医療・保健・福祉の関係者だけではなく、家族や友達やピアサポーター、ご近所さんなども、その方にとっての「人薬」となります。それは患者さん自身も...
私にとっての「人薬」
今回、原稿を書く機会をいただき、ある患者さんとその方の詩を思い出しました。スタッフへの感謝を込めたと言って聴かせてくださったその詩には、「人薬」が溢れていました。スタッフが届けてくれた「人薬」。患者さんが感じてくださった「人薬」。私のこころをととても温かく、元気にしてくれた詩は、

その方からいただいた「人薬」。是非この詩を多くの人に話していただくその方に、今度私から...。ご本人のご了承のもと、その詩をご紹介させていただきます。これからはこちらで「人薬」が処方され、もっともつとその薬効が広がりますように...。



EVENT REPORT

東古松サント診療所 デイケア 妄想！四国八十八ヶ所巡礼 ウォーキングチャレンジ大会

コロナ禍で運動する機会も少なくなっているため、何か運動する方法はないかと思索していました。

そこで、2月より日々の歩数を累積し、妄想で四国八十八ヶ所を巡る、お遍路を開始しました。

皆さんに案内をしたところ「四国までではよう行かんわ」「いつ、四国に行けるのかな？」と勘違いする方もいましたが、「いつかお遍路に行ってみたいな」と思っていたので、やってみます」と徐々に参加される方も増えていきます。



お遍路シールに自分の名前を入れて皆さん回っています。シールのイラストは利用者の方が描いてくださいました!!

皆さん、自身のスマートフォン・携帯電話や、デイケアから貸し出している歩数計を使って参加しています。デイケアが休みの日も、「まだ、これだけしか歩いてないから歩いて買い物に行こう」とか「家の中で、なるべく動くようにしている」と皆さんの意識も変わってきています。

職員も一緒に参加していますが、お寺同士の距離が遠いところは、何日もかかるため、本当に歩くとなると大変なことなんだなと実感しながら行っています。

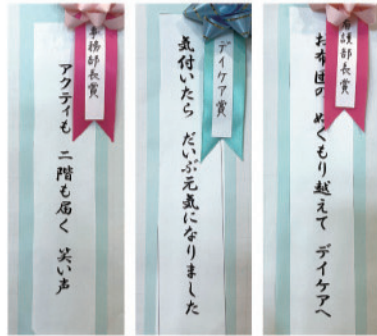
岡山県精神科医療センター デイケア 令和3年3月までのイベント報告

コロナ禍でも年中行事は大切ですよ。病院デイケアでは毎月イベントを開催しています。今回は1月、3月のイベント報告をしたいと思います。

まずは1月の「お正月ウイーク」。本物さながらの鳥居やおみくじ箱を作り、デイケアに設置しました。利用者さんとスタッフが共同で作りましたおみくじやお守りをお詣りした方に差し上げました。



▲おみくじBOXも本格的でしょう！
▲お守りの絵も利用者さんが描いてくれました



表彰された川柳(一部)



雛人形

さんとスタッフで一つひとつ心をこめて書いたメッセージとお菓子を詰め、利用者さんにプレゼントしました。3月は雛人形を飾ったり、「川柳大会」を開催しました。利用者さんやスタッフから川柳を募集し、「院長賞」「看護部長賞」「デイケア賞」に選ばれた方を表彰しました。本賞は一句一句ご紹介したいくらい、面白い作品が多数あったのですが、スペースの関係でほんの一部のみ掲載させていただきます。

編集後記

暖かい風や日差しも次第に柔らかくなり、桜の開花も早まる春が来ました。皆さまいかがお過ごしでしょうか？当センターも新しいスタッフを迎え、職員一同、患者さんの尊厳を第一に支援をしていきたいと思っております。

今年もコロナ禍により、依然としてマスクの着用、手洗いや手指消毒、3密回避の徹底など、感染防止に努めることが求められております。国内のワクチン接種が始まり、当センターでも接種が順次始まっています。引き続き、健康に留意した生活を送りたいものですね。広報スタッフも心機一転しました。本年度も新しいジュビターをお届けしますので、引き続きご愛読をよろしくお願いいたします。

(広報委員・小堀圭二)



当センターのワクチン接種者第1号は中島理事長！痛みは全くなかったそうですよ

Jupiter

2021年
春号
VOL.42

2021年4月30日発行

発行人 中島豊剛
編集人 来住由樹
発行所 地方独立行政法人 岡山県精神科医療センター
岡山市北区鹿田本町3-16
TEL.086-225-3821代
ホームページ <https://www.popmc.jp>
制作協力 (株)あどりえ、ぼう
印刷所 友野印刷(株)