

Jupiter

ジュピター

2023
春号
VOL.50

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。



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 HIKASA 便り
Dr.Masayuki Takahashi

6 デイケアプログラム
こんだてクラブを紹介します!

6 令和4年度
岡山県DPAT研修を終えて

7 地域連携室だより

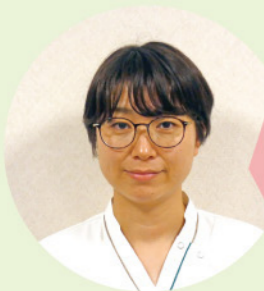
8 EVENT REPORT

- ・ 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

みなさん、はじめまして!!

今年も30名の新しい風が入り、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いたします。

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



Miyuki Okabe
岡部 美由紀

- 1 看護師
- 2 映画鑑賞、手芸
- 3 焼肉
- 4 爬虫類
- 5 宇多田ヒカル



Mina Hakunaga
角永 未菜

- 1 看護師
- 2 カフェ巡り、韓国ドラマ鑑賞、音楽鑑賞
- 3 からあげ、しいたけ
- 4 ホラー系
- 5 EXO, SEVENTEEN



Yuhei Habara
羽原 悠平

- 1 医師
- 2 ゴルフ、家で動画を見ながらゴロゴロすること
- 3 白子の天ぷら、茄子の煮浸し
- 4 モモ味のお菓子(桃は好きです)
- 5 元気になる歌を歌う人(例)サンボマスター、WANIMA、Mrs. GREEN APPLE など



Naoki Kawachi
河内 直揮

- 1 医師
- 2 バドミントン、演劇
- 3 トマト
- 4 虫
- 5 邦ロック系



Kanta Himinami
木南 完太

- 1 看護師
- 2 ウォーキング、映画鑑賞
- 3 寿司、焼肉
- 4 貝類全般
- 5 C&K、ベリーグッドマン



Yuna Hamasaki
浜崎 由菜

- 1 看護師
- 2 ピアノ、ゲーム
- 3 オムライス
- 4 きのこと、海藻
- 5 sumika、ヨルシカ



Shunsuke Ando
安藤 舜典

- 1 医師
- 2 読書
- 3 二郎系ラーメン
- 4 レーズン
- 5 L'Arc~en~Ciel



Hirayuki Takigawa
滝川 寛之

- 1 医師
- 2 歌うこと、ダンス
- 3 生ハム、チーズ、ウインナー
- 4 のら犬
- 5 UVERworld



Shuhei Hikiji
引地 周平

- 1 看護師
- 2 ラーメン屋探訪
- 3 ラーメン
- 4 果物
- 5 Galileo Galilei



Genki Sumida
住田 元輝

- 1 看護師
- 2 散歩、どこでも寝られる
- 3 寿司
- 4 甘いもの
- 5 Mrs. GREEN APPLE



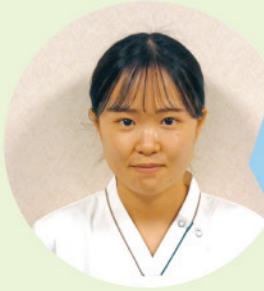
Shohei Yamashita
山下 将平

- 1 医師
- 2 温泉旅行
- 3 辛子明太子、牛タン
- 4 コーヒー、セロリ
- 5 YOASOBI



Yukari Baba
馬場 悠花里

- 1 医師
- 2 軟式テニス
- 3 白米
- 4 ホワイトチョコ
- 5 相対性理論



Suzune Ogawa
小川 鈴音

- 1 看護師
- 2 趣味:ショッピング、特技:ソフトテニス
- 3 ラーメン、アイスクリーム
- 4 怖い話
- 5 My Hair is Bad、back number



Maiko Sasaki
佐々木 舞香

- 1 看護師
- 2 フルート演奏
- 3 グラタン
- 4 ゴーヤ
- 5 Vaundy



Risa Matsumoto
松本 梨紗

- 1 看護師
- 2 散歩
- 3 栗ご飯
- 4 辛い食べ物、酸っぱい食べ物、辛い食べ物
- 5 BTS、back number



Riku Miyake
三宅 理玖

- 1 看護師
- 2 料理
- 3 ハンバーグ
- 4 カメムシ
- 5 サンボマスター



Hana Fukuhara
福原 可奈

- 1 看護師
- 2 海外ドラマ
- 3 アイスクリーム
- 4 キャベツ
- 5 Hailee Steinfeld



Hina Kimura
木村 妃菜

- 1 看護師
- 2 映画鑑賞、スポーツをすることが好きです
- 3 チョコレート
- 4 虫
- 5 原因は自分にある。



Suzuka Yamaguchi
山口 涼佳

- 1 看護師
- 2 カラオケ、映画鑑賞、マンガを読むこと
- 3 寿司、甘いもの
- 4 ホラー系、おばけ
- 5 back number



Wakana Sato
佐藤 若菜

- 1 看護師
- 2 映画を観ること
- 3 エクレア
- 4 虫
- 5 関ジャニ∞



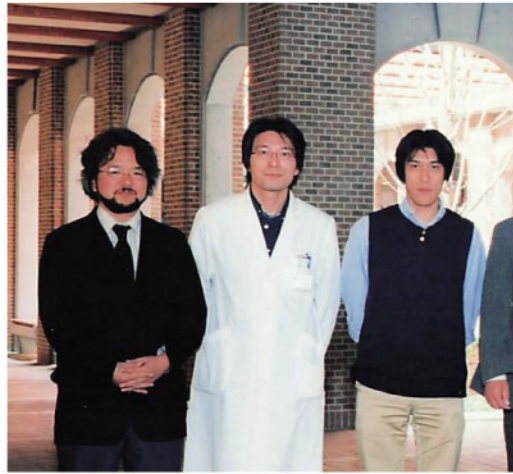
六甲山縦走

Dr.Masayuki Takahashi HIKASA便り

今回は、平成17年4月～令和3年3月まで当センターに在籍し、現在は岡山市北区にある日笠クリニックで院長をしている高橋正幸先生をご紹介します。当センターで過ごした約20年間の経験や、今後のビジョンについてお話を伺いました。

—当センターで勤務した約20年間で思い出に残っていることは何でしょうか？
 研修医時代に2年間在籍させてもらったこともあり、合わせて約20年ほどお世話になりました。研修医の頃は中島豊爾先生が院長で、来住由樹先生の下に研修医という体制でした。研修医2年目は大重先生と一緒に研修していました。20年以上前なので、みんな若かったですね、当たり前ですが。夜中まで医局会をしていたのも懐かしい思い出ですね。
 当時はとにかく未熟な時期でしたから、来住先生や他の先生方からの指導だけではなく、他職種の方にも様々なことを教えていただきました。特に八

杉さんや町さん(現タウンサークル)には大変お世話になりました。平成17年からの勤務では、竹中先生が3カ月早めに入職されていて、麻酔科の観点からの話を聞いたのは面白かったですね。その後も橋本先生を始め、たくさん先生方が入ってこられて、それぞれの専門に進んでいったので、退職まで色々教えていただきました。来住先生の後任で医療観察法病棟を担当した時期は長時間労働で大変だったのですが、それはさておき、多職種で協働することが多く、様々な視点での意見が聞けたのは大きい体験でした。
 その後、東古松サント診療所での経験は、今の自分に直結していて、その頃から外来や訪



平成18年3月、正面ゲートにて

日笠クリニックは、前院長の日笠先生が平成元年に開設した、岡山県下でも老舗のクリニックです。岡山駅から徒歩圏内で利便性が高く、LAI(持続性注射剤)の導入やコンサータの処方など、幅広いニーズへの対応ができるのが特徴です。令和4年度は、電子カルテの導入、デイケアの再開、訪問診療の開始などに取り組みました。令和5年度は、同期の川田先生も加わってくれるので、祝日以外はほとんど診療ができる体制になりました。
 まだまだ十分な体制ではありませんが、今後も地域精神科医療に役立つ医療機関となる

—今後のビジョンについて教えてください
 日笠クリニックは、前院長の日笠先生が平成元年に開設した、岡山県下でも老舗のクリニックです。岡山駅から徒歩圏内で利便性が高く、LAI(持続性注射剤)の導入やコンサータの処方など、幅広いニーズへの対応ができるのが特徴です。令和4年度は、電子カルテの導入、デイケアの再開、訪問診療の開始などに取り組みました。令和5年度は、同期の川田先生も加わってくれるので、祝日以外はほとんど診療ができる体制になりました。
 まだまだ十分な体制ではありませんが、今後も地域精神科医療に役立つ医療機関となる



日笠尚知先生より法人を引き継ぎました



おかやまマラソンに参加(左から)松浦精神保健福祉士、村尾作業療法士、高橋先生

—休日はどう過ごしていますか？
 昔はインドア派でしたが、この10年ほどはランニングが趣味となりました。元々マラソンは無理だろうと思って敬遠していましたが、いつの間にかフルマラソンも完走できるようになりました。普段は近くの河川敷を走っているのですが、時々操山や熊山など登ったり走ったりしています。また、病院関係者や近所の人と一緒に、マラソンやトレイルランニングのレースに出ることも、楽しみの一つですね。

Introduce a Newcomer

みなさん、はじめまして!!

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



Manaka Ueda
上田 愛花

- 1 看護師
- 2 パン屋巡り
- 3 チキン南蛮、バナナ
- 4 しいたけ、ジェットコースター
- 5 宇多田ヒカル



Akari Hojima
児島 亜佳莉

- 1 看護師
- 2 アニメ、カラオケ
- 3 抹茶系、ウインナー
- 4 虫、わさび
- 5 まふまふ、Kis-My-Ft2



Rina Miho
三保 璃奈

- 1 看護師
- 2 食べること、カラオケ
- 3 ラーメン、ドーナツ
- 4 虫
- 5 ずっと真夜中でいいのに。



Haruna Fujiwara
藤原 春奈

- 1 看護師
- 2 ゴルフ、音楽
- 3 薬味
- 4 怖い話
- 5 武井壮



Mai Hara
原 麻維

- 1 公認心理師
- 2 ピアノ、絵を描くこと、ジェルネイル
- 3 チーズ、甘いもの
- 4 キノコ類
- 5 緑黄色社会



Kei Watanabe
渡部 敬

- 1 薬剤師
- 2 水泳、テニス
- 3 焼肉、寿司、ラーメン
- 4 バクチー
- 5 L'Arc~en~Ciel



Yuka Hisayama
久山 優果

- 1 精神保健福祉士
- 2 フルートを吹くこと
- 3 いちご、オムライス
- 4 電車の高架下の轟音
- 5 星野源



Junpei Tsuchiyama
土山 純平

- 1 精神保健福祉士
- 2 体を動かすこと、サッカー、バドミントン
- 3 ラーメン
- 4 梅干し
- 5 King Gnu、Vaundy



Hayuki Arai
新井 小優季

- 1 作業療法士
- 2 神社巡り
- 3 いちご、クッキー、梅干し
- 4 桃
- 5 テイラー・スウィフト、未来リナ



Maki Nishii
西井 真希

- 1 作業療法士
- 2 ミュージカル鑑賞、ピアノ
- 3 海の幸、甘いもの
- 4 寒さ、地図を読むこと、球技(体を動かすのは好きです)
- 5 特にはないのですが、岡山に来たからには「藤井風さん」に詳しくなりたいです。

地域連携室だより



当センター、黒岡真澄精神保健福祉士(左)によるインタビュー

個人の生き方や家族の在り方が多様化しています。医療・行政福祉の既存のサービスでは解決できない課題を抱えている患者さんに出会う時、民間団体の支援に救われることが増えています。今回は、不登校・引きこもり支援を行う「NPO法人あかね」の活動を紹介します。

引きこもりの子につながるために「訪問」や「オンライン」など 出会い方を大切にしています。

フリースクール NPO法人あかね 代表理事 中山遼

こぼれ落とさない支援

黒岡 子ども・若者への切れ目ないサポートが注目されています。民間団体の強みを教えてください。
中山 15歳、18歳を機に、子どもに関連する様々な制度が変わり、そのはざままで孤立する子が目立ちます。あかねは年齢制限が無いので、継続して寄り添えるのが強みです。また、学校生活に馴染めず困っている子や家族にとっては、私達が公的機関ではないからこそ、心を許して思いを語れる場になるようです。本人や家族のニーズを聞き、学校との調整役になることも増えています。

ニーズに合わせ 多様なチャネルを持つ

黒岡 居場所だけでなく、訪問やオンラインなど様々なチャネルは、どんな効果がありますか？
中山 引きこもりがちな子に「おいで」って言うのは何か変だなと思っています。学び方に子どもを合わせるのではなく、学び方を

子どもに合わせることを大切にしています。訪問やオンラインは、子ども達に関わるチャネルであり、実際の支援は一人ひとりにオーダーメイドで行っています。

次へ寄り添う子ども達への学びに結び付け
黒岡 中山さんとあかねの子ども達が描くのはどんな未来ですか？
中山 あかねの利用者で小学校の時に不登校だった子がいます。マイクラフトが得意で、あかねのスタッフのために家や図書館を作ってくれました。そこから、自分でも建物を作りたいと思うようになり、建築士という職業を目指し、建築士になるには大学、大学に行くためには高校、高校に行くためには中学校...と逆算して、中学校で学校復帰することを決まりました。子ども達にはニーズがあります。それを見つけて、応援することで、多くの学びの場に進んでいきます。

黒岡 制度の枠を超えてニーズを繋げることが大切ですね。ありがとうございました。



居場所(フリースペース)

どう過ごすか、自分で決めていい場所です。タブレット端末を使った学習サポートも利用できます。岡山市教育委員会の連携民間施設認定を、小・中学生の通所は校長判断で出席扱いになります。

訪問支援

外出が難しいお子さんに対して、家庭訪問や、学校などへの同行支援を行います。お子さんの興味のあるところからサポートします。

オンライン支援

自宅以外で学ぶことが難しいお子さんにICT教材を利用したオンライン学習支援や、チャットやメールによる相談に対応しています。近年、需要が増えています。

岡山市子どもの学習サポート事業

生活に余裕がないなど、対象の家庭が、居場所、学習支援、オンライン支援、訪問支援等を無料で利用できます(岡山市から委託)。

親の会や茶話会

お子さんが、不登校・引きこもり状態に困っているご両親、そういった困難な時期を通り過ぎた親と一緒に語り合います。

- 参加費/1,000円
- 日時/第2土曜 13:00~15:30



NPO法人あかね

不登校・引きこもりがちな子どもや若者たちとその家族を対象にサポートを行なっています。



岡山市北区関西町3-11 みんなの会館2階
 ※2023年夏、北区岡岡に移転予定。
 TEL.086-256-7122
 E-mail info@npoakane.or.jp

デイケアプログラム

こんだてクラブを紹介！

コロナ禍でしばらく実施できていなかった「こんだてクラブ」を再開しました。

このクラブの副題は、「一人暮らし お料理プログラム」で、一人暮らしを始めて間もない方や、将来的に一人暮らしをしたい方を対象に開講しています。

一週目に管理栄養士と相談しながらメニューを決め、翌週に買い出し、調理実習、実食という流れです。「自分の食べるものは自分で作る」「片付けも自分で」がモットーです。

今回は、ナポリタンとミートソースの Pasta を作りました。サラダとヨーグルトも添え、バランスよし、ボリュームよし、味よし、の大満足の昼食になりました。

START

1 切った材料を炒めていきます

2 具材とソースを絡めて...

3 もうこれだけで美味しそう!

4 やけどに注意!

5 茹でたパスタと具材を和え、バターを加えさらに炒めます

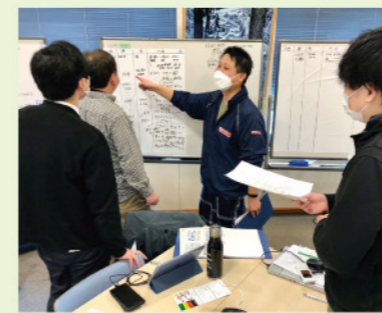
6 サラダ、ヨーグルトもつけてナポリタンセットの完成!!

The meal is ready!

管理栄養士が手順を説明します



Disaster Psychiatric Assistance Team Report



実際の動きをチームで確認

去る3月4日・5日の2日間、「令和4年度岡山県DPAT研修」が開催されました。DPATとは、自然災害や航空機・列車事故、犯罪事件などの集団災害の後、被災地域に入り、精神科医療および精神保健活動の支援を行う専門的なチームのことです。研修は、災害精神科医療概論、DPATの役割、災害現場における諸機関との連携等について、座学だけでなく、グループでの図上演習もあり、盛沢山の内容だったのではないかと思います。しかし、折角学んでも、数カ月も経てば忘れてしまうこともあります。なぜなら人間の脳には

は、あまり使われない知識は必要と見なされ、忘れていく仕組みがあるからです。実際、これまで受けてきた災害研修や訓練の実践について、いざという時にどれだけアウトプットできるかと言われると、私はあまり自信がないです。今回の研修で折角多くの有用な知識をインプットしたのに、活用できなければもったいないので、日頃から研修内容を振り返ったり、院外で少しずつ再開されつつある研修にも積極的に参加し、自己研鑽に励みたいと思います。災害支援に関心を寄せている方は、他にもいらっしゃると思いますので、今回、当研修の参加が叶わなかった方も、次回ぜひご参加ください!

令和4年度岡山県DPAT研修を終えて

文/臨床研究部 北川航平



社会医療法人ましき会 理事長 犬飼邦明先生より被災体験についてのお話

EVENT REPORT



東古松サント診療所
デイケア
心も体もホットに…

寒い時期でも、「心と体が温まる」プログラムを企画しました。

「焚き火会」では、皆で焚き火を囲み、寒空の下で熱々のマシュマロやチーズを食べました。揺らぐ炎を見て、不思議と心が温まっていたのを感じました。「足浴」では、香りを楽しんでもらいながらスタッフがマッサージ。冷え・むくんだ足も芯からポカポカに。普段は湯船に浸からない方も多く、皆さん「気持ちええわあ」と表情が緩んでいました。



足浴でリラックス



焚き火会の様子



サント診療所版「桃太郎」



大学生によるダブルダッチ



大盛況のキッチンカー

療所風アレンジ。演者、脚本、大道具・衣装など、それぞれの得意分野を活かし、試行錯誤と練習を重ね、舞台を作り上げました。本番では観客の温かい声援をうけ、会場は大盛り上がりでした。「朗読会」は、言葉の発し方や感情の表現の仕方などを工夫し、絵本と紙芝居の読み聞かせを行いました。また、庭にキッチンカーに来てもらい、できたての料理をいただきました。同日午後には、大学生グループがダブルダッチを披露してくれました。アクロバティックなジャンプ・ダンスは圧巻で、会場からは拍手が沸き起こりました。来年度からも楽しいイベントが目白押しです。皆で春を満喫したいと思います。



岡山県精神科医療センター
デイケア
春爛漫

急に暖かく(暑く?)なり、満開だった桜も役目を終え、若葉が出始めている今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。

2月、バレンタインウィークということで「チョコすくい」をしました。箱に入っている様々なチョコレートを、くじ引きで決めた道具(お玉、フライ返し、トンダなど)ですくい、取れた分だけ持ち帰れます。チャンスは2回でしたが、どの道具も滑りやすく思ったよりすくえず、悔しそうにしていました。



デイケアスタッフでお花見



7段飾りのお雛様は圧巻



満開です



桜を愛でながらお茶会

で、過去の写真を参考にみんなで協力して並べました。お雛様は、子供の厄を代わりに受けてくれるという意味があるため、厄が移ったお雛様をいつまでも飾って置かず、旧暦の3月3日までにはしまっています。新年度、スタッフの異動があり、みんなで思い出作りのため院外にお花見に行きました。総勢28名で大供第一公園まで歩き、公園内でお茶とチョコレートで一休み。桜を愛でながら、デイケアで過ごした日々を語りました。今後も、出逢った縁を大切にしていきたいと思っています。

編集後記

新年度が始まり、おかげさまでたくさん新しいスタッフを迎えることができました。職員一同、一緒に働けることをとても楽しみにしています。

3月のWBCでは、待JAPANが14年ぶりに世界制覇を成し遂げました。個々の実力はもちろんのこと、どのチームにも負けないチーム力が最大の勝因だったのでないでしょうか。当センターも、スタッフ一人ひとりがスキルアップをしながら多職種のチーム力をさらにパワーアップし、病院全体で患者さんを支えていきたいと思っています。

今年度も引き続き広報誌「Jupiter」をご愛読いただきますよう、よろしくお願いたします。

(事務部・志茂香代子)



新任者を代表して、中島理事長より辞令を受け取る河内直輝医師

Jupiter

2023年
春号
VOL.50

2023年4月28日発行

発行人 中島 豊爾
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)