

Jupiter

ジュピター

2024
夏・秋
合併号
VOL.55

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 理事長就任のご挨拶
- 3 感染研修会
- 3 2024年度 依存症セミナー
家族支援の進め方
- 4 心を整える
「はっPセット」の取り組み
― 感覚を大切にした精神医療 ―
- 5 第4回 児童思春期
メンタルヘルスセミナー
in 岡山開催レポート
- 6 夏イベント備忘録
- 7 ギャンブル依存症って
どこに相談するの？
- 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
- 10 地域連携だより
鹿田丸訪問看護ステーション
満足度調査を実施しました！
- 12 サイバー攻撃への対応



理事長
山田 了士
Norihito Yamada

この度、当センター法人の中島豊爾初代理事長が勇退したことにより、令和6年4月から理事長を拝命した山田了士と申します。どうぞよろしくお願ひいたします。

私は当センターに入職してたった2年の、まだ新参の部類に入る者ではないのに、器に合わない大きな役割を頂いてしまい、役に立てるのかとても怪しく思っております。そんなところに、5月19日、当センターがサイバー攻撃を受け、一部の個人情報流出してしまふことになり、患者の皆さまをはじめ関係の皆さまに、大変なご迷惑やご心配をおかけすることになってしまいました。あらためて深くお詫び申し上げます。この件については、来住院長が本号の別記事で記しているのですが、詳しくは述べませんが、その中で1日も診療を止めずに来られたことは、患者の皆さまやご家族・関係の方々のご理解とご協力のおかげと感謝しております。

す。また大混乱の中を奮闘努力した職員および関連の皆さまの力も心強いものでした。電子カルテは現状最も安全な形で復旧してきていますが、今後も皆さまにご迷惑をおかけすることのないように、さらに強く柔軟なシステムを構築するべく、信頼できる専門家の指導のもとに、一同心血を注いでいるところです。

当センターは、365日24時間精神科救急を引き受けることと、公的な機関だからこそできる精神医療を率先して行うことが任務です。これまで、全国でも高いレベルでこうしたことを実現してきたのは、中島前理事長の類い稀なリーダーシップや直観力、交渉力があつたからこそでした。私にはそのような力もカリスマ性もなく、とても真似はできません。けれども、これまで前理事長とともに頑張ってきた多くのメンバーの力を集め、次の時代に備えていくのが使命だと思っております。

いま精神医療は、20世紀から続いた伝統的な様式と、新しい価値観や知識に基づいた考え方がせめぎあっている、まさにそんな過渡期にあります。精神医療は他の医学の分野よりは進歩が遅く感じられるかもしれませんが、一方で社会の価値観の影響をいち早く受けるような特徴もあります。時代の要求に応えるのは大切なことですが、道を誤るようなことがあつてはいけません。

現状の当センターにも課題はたくさんあり、患者の皆さまのために改善すべき点もまだまだあります。皆さまのニーズの本質を受け止め、また各医療福祉機関や行政はじめあらゆる関係の方々のお力を借りて、これからの社会に本当に必要とされる医療は何なのかをしっかりと考えて実践していきたいと思ひます。以上、簡単ながらご挨拶とさせていただきます。今後ともどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

感染研修会

令和6年8月9日、当センターの全職員を対象に感染研修会を開催しました。新型コロナウイルスの流行により医療従事者のみならず、一般市民にも感染対策の意識が高まりました。今後は新興感染症を含めたあらゆる感染症への対応が求められています。

本研修会では、「感染対策のキホン」と題して講義と体験しながら学ぶアトラクションとの2部構成で実施しました。講義では、普段行っている対策の根拠を伝えることで、感染対策の必要性についての理解を深めてもらいました。

アトラクションでは、①ルミテスターと機器を使用した手の有機物汚れのチェック、②手洗いチェックカーを用いた正しい手洗いチェック、③個人防護具の着脱練習の順にブースを回ってもらいました。手の汚れ度の高さにショックを受けている職員や、普段の手洗いでは汚れが落ちていないことを視覚化することで手洗いの意識付けができた職員もいました。どのブースでも笑い声が絶えず、楽しみながら学んでもらいました。

(文/ICT委員会)



個人防護具の着脱練習



(右)手洗い後、洗い残しのチェック。きれいに洗ったつもりでも、実はまだまだ汚れが残っている場合も…。(左)たんばく質汚れを数値化



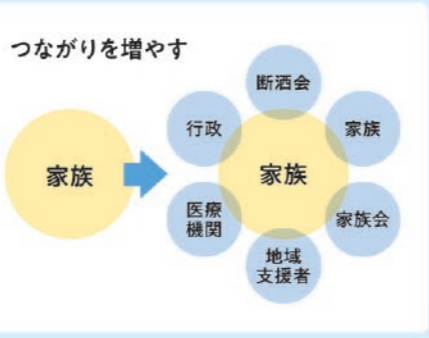
家族支援の進め方

2024年度 依存症セミナー

令和6年8月25日、サンクトホールにて「2024年度依存症セミナー」を開催しました。

岡山県では、当センターが依存症治療拠点病院となり、年に4回依存症セミナーが行われます。今回、医療保健福祉分野の従事者を対象に、「家族支援」について佐藤作業療法士の講義をはじめ、私も一部発表を担当させてもらい、また岡山県依存症コーディネーターの他病院のスタッフにも講演をいただきました。

講演内容は、当センター作成のテキストを用いて、依存症とはどのような病気なのか、当事者との関わり方のコツ等について講演が行われました。演者の説明だけではなく、参加者同士で意見を交わし合いながらの会場参加型セミナーで、意見や感想を聞く、依存症に関わる多くの支援者には、「今行っている支援で回復できるのか」「支援者として役に立っているのか」といった無力感を抱えていることが多くあります。依存症の回復には



「つながり」が大きなポイントになると言われていますが、当事者や家族だけでなく、支援者たちにとってもこのように支援者同士で「つながり」を持つる機会、依存症の知識や支援の技術を身に付けていくだけでなく、支援者自身の回復や支援を続けていくためにも必要なものだと感じます。支援者が少しでも自信をもって先に進むことができるように、今後多くの方が依存症に興味関心をもってセミナーに参加してもらえたいことを願っています。(文/公認心理師 牧野史奈)

心を整える「はっPセット」の取り組み

— 感覚を大切にしたい精神医療 —

文／行動制限最小化委員会 委員長・服部朝代

日本国内の精神科領域においては、適切な感覚刺激を取り入れ、リラクゼーションした心地よい状態にすることで、隔離や身体拘束を防止する取り組みが行われています。当センターでも令和4年11月より、隔離や身体拘束を防止することや、不調時や不眠時の頓服薬の代替として、身体感覚に働きかける道具の使用を始めました。馴染みやすい名前にしようと、精神医学(Psychiatry)の頭文字の「P」として「はっPセット」と名付けました。

行動の問題は周囲の人が気付くことで対応が可能ですが、感覚の問題は本人しかわからないため、対応が遅れることがあります。例えば、聴覚過敏のある方は人の声や音が異常に気になったり、視覚過敏では白い紙がまぶしく感じたり、蛍光灯のちらつきが気になったりします。触覚過敏では、人が近づいてくるだけで緊張感が高まり、少し体に触れるだけで痛みを感じるなど、過剰反応を引き起こすことや、衣類の肌触りが不愉快で情緒が不安定になる方もいます。さらに、嫌な刺

激が蓄積されると過覚醒となり、不安や衝動性、攻撃性が高まる場合があります。このような行動を社会性の問題や精神の病気の症状として捉えるのではなく、「身体感覚の状態」と考えることで解決策が見つかることがあります。

人は生来の気質やそれぞれの体験から、感覚の好みを持っています。下の図の「はっPセット」は、不快な音を遮断し、道具から心地よい感覚を得ることで覚醒や情動を整え、安定させる効果があります。また、注意を身体感覚に向けることで、不安定な思考や自傷の衝動、妄想的考え、圧倒される幻聴などの嫌な刺激から離れることが可能となり、不調の対処や予防に大変役立つと思います。

また、言語的なコミュニケーションがなくても道具を通して、対人的つながりや安全の感覚を得ることができ、患者さんとスタッフの関係を拡大させることができました。利用した方からは「心地よい感覚を自覚できるようになった」「不調を予防できる」「聴覚過敏が楽になった」「イヤイヤや自分を

傷つきたい気持ちがある」「フラッシュバックが減った」などと感想をいただいています。客観的に見ても、暇を持て余して不調になる人が道具を使うことで落ち着いて過ごせるようになったり、気分や身体に生じる状況を言語化できるようになった方もいます。自身の感覚過敏や不調のきっかけがわかるようになり、自分から意図的に不調の対処ができるようになったことで自信をつけられた方もいました。

利用者が自分に合ったものを選び、不調の予防や対処ができることへの満足度は高く、スタッフも「はっPセット」を使うようになり、道具から癒しを得て、肩こりや腰痛の改善、イガイガボールを手に握ることで会議などのストレスに対処している人もいます。「はっPセット」は当センター内に広がってきています。皆さんの笑顔を見られることが、私たちに与える最高の喜びです。

【引用文献】著者：岩永竜一郎／発達障害のある子どもの感覚運動への支援(金子書房、2022年出版)

第4回 児童思春期メンタルヘルスセミナー in 岡山 開催レポート



6人の講師と運営スタッフで記念撮影

本日のプログラムは終了しました。お疲れ様でした。



タバの集いの配信の様子

令 和6年8月23日・24日の2日間に渡り、当センターの会場およびZoomウェビナーでのハイブリッド形式で、「第4回児童思春期メンタルヘルスセミナー」が開催されました。今回も、カリフォルニア大学サンフランシスコ校の准教授の廣田智也先生がプログラムをコーディネートし、そして6人の多彩な講師が登壇しました。

セミナーは、オンラインでの「タバの集い」からスタート。ゲストとして岡山大学病院ジェンダーセンターの松本洋輔先生をお招きし、ナビゲーター役を井上悠里先生、大重耕三先生、廣田智也先生が務めました。ジェンダーについての話題については、なかなか系統立てた話を聞く機会がなく、統計資料など分かりやすいスライドを用いながら専門的な視点も加えた有意義なお話を伺うこ



会場からは多くの質問が寄せられました
高木先生からはユーモアあふれるご挨拶をいただきました

とができました。

24日は、①「学校メンタルヘルススクールカウンセラーの役割」(天野佑紀先生)、②「メンタルヘルスリテラシー普及を目指して」(当事者との交流を交えた)「こころの病気を学ぶ授業」(和田里穂先生)、③「周産期メンタルヘルス」(八田智美先生)、④「神経発達症児と不登校」(住友裕美先生)、⑤「児童期の抑うつ」(齊藤慧先生)、⑥「私×メンタルヘルス」(田中道徳先生)の6セッションでした。多職種・多機



休憩時間に講師を囲んで



セミナー後、パネルのボールのネジが取れないというアクシデント発生。寄ってたかってトライして、最後にはタウンサークルのYさんが見事に外してくれました。これも多機関連携？

関の専門家が、約4カ月の準備期間を経て、各々の視点から子どものメンタルヘルスについての知見を余すところなく伝える充実した内容でした。オンラインでも、「Slack」による質問が多く寄せられ、質疑応答も毎講義ごとに白熱しました。今年の廣田先生からのメッセージは、「Mattering」。A matters to B。(AはBにとって重要である)のAやBを色々なものに置き換え、幸福度やウェルビーイングとの関連について触れました。

こうして本セミナーは、多様な支援の場から200名を超える方が集まり、様々な角度から児童メンタルヘルスの学びを深める場となりました。また、忙しい合間を縫って岡山大学の高木先生からのご挨拶をいただくなど、関係者の皆様にはこの場をお借りして心より感謝申し上げます。来年もさらにレベルアップしたセミナーをご期待ください。

(撮影／太田清美、文／太田理香)

感覚特性に応じた

はっPセット

プッシュポップ

スクイーズ

アロマスプレー

気泡プチプチ

イガイガボール

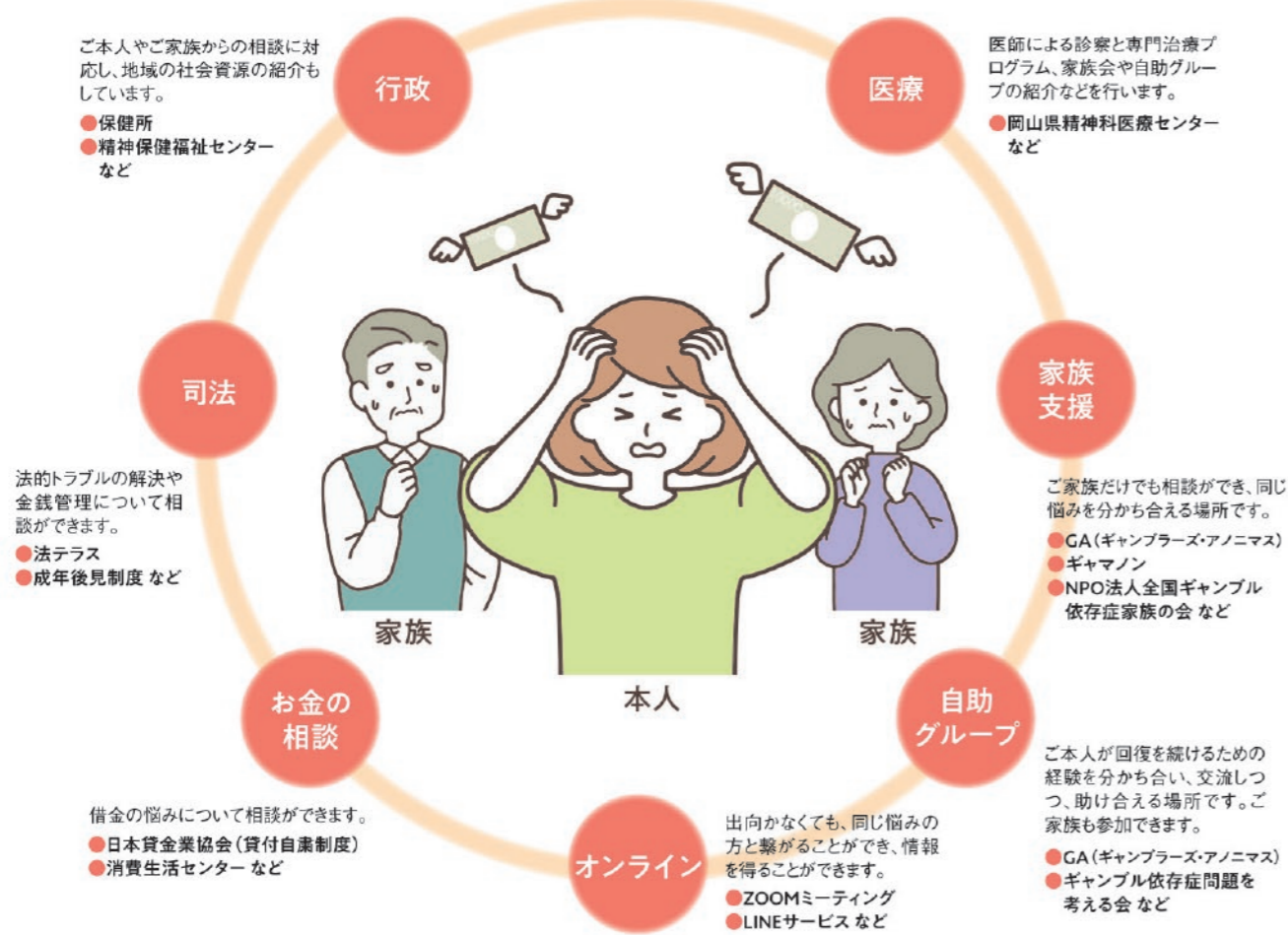
さげびの壺

イヤマフ

温帯法 おんあんぼう

ギャンブル依存症ってどこに相談するの？

最近ギャンブル依存症は注目を浴びており、当センターでも悩まれているご本人やご家族からの相談が増えてきています。誰もがかかる可能性のあるギャンブル依存症の、様々な相談窓口をご紹介します。



適切な治療と支援により、回復が十分に可能です

ギャンブル依存症 自助グループ一覧

当センターホームページに自助グループ活動状況が掲載されています。



制度紹介 貸付自粛制度

日本貸金業協会または全国銀行協会に登録することで、貸金業者などからの新たな借入りを自粛する制度です。



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) ■ 代 表 / tel.086-225-3855



夏イベント備忘録



丁寧にドリッしたコーヒーでほっと一息

今 夏、諸事情により広報誌「Jupiter夏号」は発刊できませんでしたが、その間にも当センターでは様々なイベントが開催されました。今回はそれらの一部をご紹介します。

8月22日、西2入院棟では作業療法士主催「コーヒータイム」が開かれました。屋下がり、挽きたて、淹れたてのコーヒーで、ほっと一息つける場の提供を目指した新イベントでした。メニューには深煎りコーヒーのほか、カフェオレ、紅茶、そしてハーブティーと豊富なラインナップを取り揃えました。

当日は、患者さんはコーヒー豆挽き体験を、スタッフはドリッを担当しました。お召し上がりは衛生面の観点から自



暑い夏にピッタリのかき氷

室でとなりましたが、それでも「初めて豆挽きをして楽しかった」という声が多く寄せられ、創り上げる過程にこそ楽しみを感じていただけたようです。皆さんもコーヒーの香りに包まれる優雅なひと時を、ぜひお試しください。

東入院棟では、夏野菜がぐんぐん育ち、ツヤツヤのピーマンやナス、大玉のスイカなどを収穫することができました！

中2入院棟では、「夏祭り」を開催。当センターの給食を作っている「日清医療食品株式会社」様が入院棟に向いて下さり、焼きそばランチを提供していただきました。西2入院棟でも夏祭りが開催され、ひんやり冷たいかき氷で夏の暑さを吹き飛ばしました。

(文/作業療法士 西井真希)



マンゴーと抹茶のかき氷



ガーリックライス



日清医療食品様による出前調理



手作りうどん



ツヤツヤのピーマン

立派なスイカができました!!



焼きそばランチ

おもちゃすくい

EVENT REPORT



お祭りには欠かせないヨーヨー釣り



岡山県精神科医療センター デイケア イベント三昧



製作過程の匂いは強烈ですが、世界でひとつだけの模様の染物が完成

気付けば蝉時雨が止み、秋色が濃くなってきたように感じますが、まだまだ30度を超える暑い日が続いていますね。季節が少しずつ移り変わる中、デイケアでは様々なイベントが催されました。

6月は、「染物」を実施しました。藍、茜、玉ねぎの色を選択し、ビー玉や割りばし、洗濯ばさみなどを用いてオリジナルの「染物」を完成させました。

8月は「夏祭り」を実施しました。「夏祭り」当日に向けて、利用者さんとステージ発表や出店などの内容を定める企画会議を重ねました。

また、装飾品の提灯や風鈴は利用者さんにデザインをしていただくなど、デイケアが一丸となって準備を行いました。院内スタッフへの招待チケットは、利用者さんが作成した消しゴムハンコを用いて1からデザイン・作成を行っています。スタッフの皆さんのお手元に招待チケットは届きましたでしょうか。「夏祭り」当日は多くの利用者さんやスタッフにお越しいただき、大盛況でした。



かき氷、わた菓子、フランクフルトなど祭りの定番のグルメが盛り沢山



バターといちごジャムでいただきました!

多くの工程を重ねながらも楽しく作ることができました

作り」を行いました。企画者である利用者さんがレシピを調べてくださり、事前にスタッフを試作し、当日を迎えました。当日は生地をこねながら愛着がわいてくると語られる方もおり、パンに名前を付ける方もいました。おいしく仕上がり、嬉しそうな利用者さんの笑顔が見ることができました。



大盛況だった春のフリーマーケット



東古松サニクト診療所 デイケア 日常の中に小さなワクワクを♪



花や猫など一本一本丁寧に塗っていただきました

5月11日に「春のフリーマーケット」を開催しました。来場者数は221名で、大盛況のうちに終了しました。事業所の方々が販売される、グルメリヤハンドメイドのラインナップも幅広く好評でした。今回はアンケートも実施し、有難いことに、継続して開催を希望する声も沢山いただきました。

また、初の試みとして真庭市ネイルサロン&福祉ネイルスクール「Utopia nail space」様にお越しいただき、ハンドケアプログラムを開催しました。



優雅なハワイアンダンスを鑑賞

た。福祉ネイリストさんと談笑しながら、ハンドネイル、ハンドマッサージ、爪磨きをしていただきました。小さな爪一本一本に施される繊細なアートに心が躍ります。自分の体を労わることを通して、癒しをもらえたひと時でした。

ショッピングツアーでは、利用者さん数名で「ファッションセンターしまむら」へ買い物に行きました。「一人で買い物に行っても選べない」とお悩みの方も、仲間同士でファッションコーディネートをし合いながら、お気に入りの服を見つけて購入することができました。

8月には診療所内で「夏祭り」を開催しました。午前には「Oluolu Hawaiian Hula サークル」様にフラダンスを披露していただきました。曲

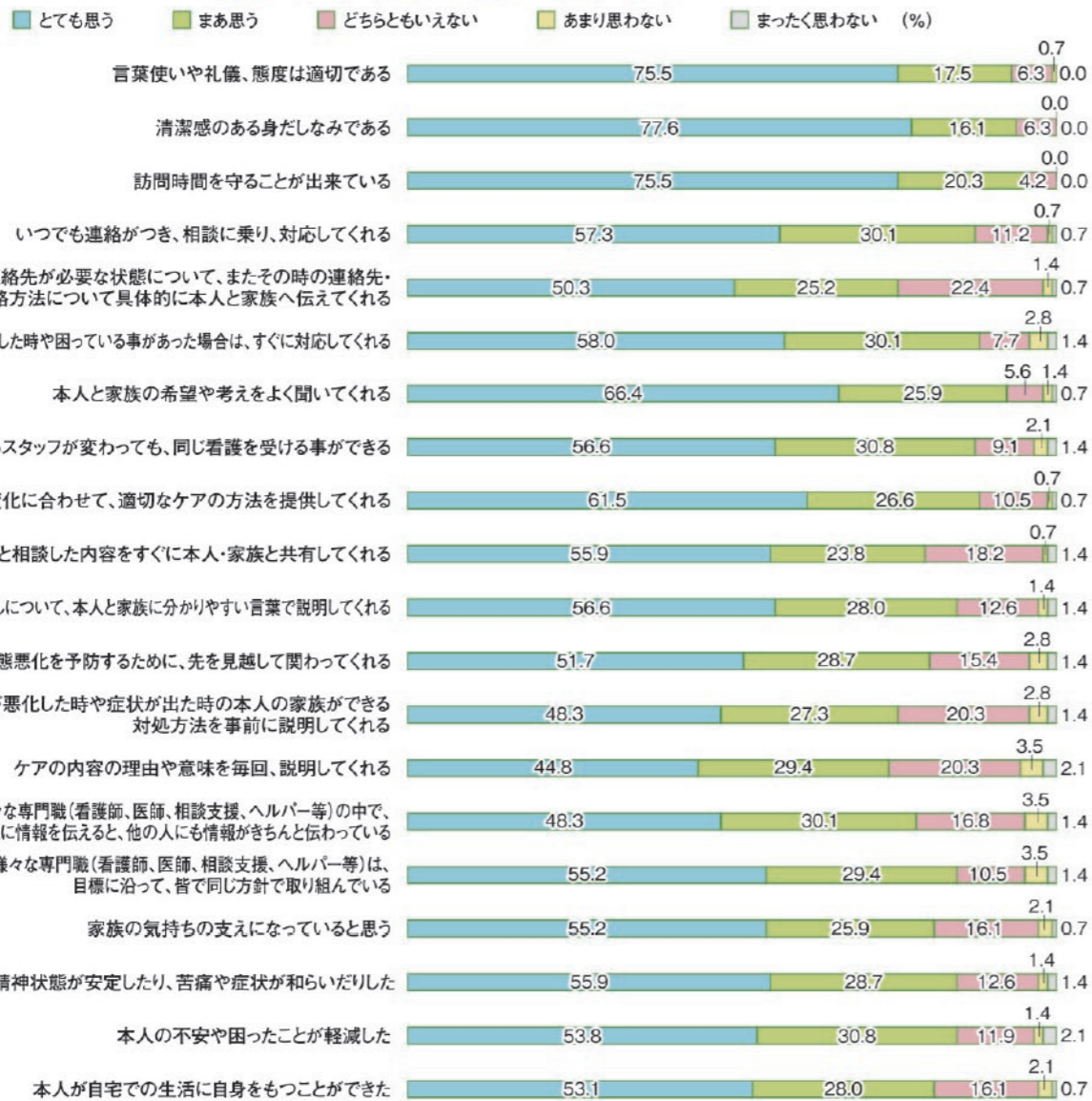


牛窓産の大玉スイカ

のテーマに合わせて色とりどりの衣装・振り付けがあり、リラクセスしたムードで楽しみながら鑑賞しました。午後には、スパーボールすくい、スイカ(ビーチボール)割りのゲームを開催。ゲームに参加するとサニクト特設「駄菓子屋さん」で好きなお菓子を選ぶことができる特典つき! スパーボールすくいは、大量得点を目指して、皆さん真剣な眼差しで集中し、手を動かしていました。見事1位となった方は80個のボールをすくい、称賛の拍手がありました。

軽食には、牛窓産の大玉スイカを食べました。甘くてみずみずしいスイカを口にすると思わず笑みがこぼれ、夏を満喫することができました。

満足度調査



利用者の声

いつも話をきいていただいて、親の心が少し軽くなり、新たな気持ちで向き合うことができます。ありがとうございます。

家族や友人にも話せない事も、心置きなく話せ、相談に乗ってくださるので安心して生活しています。

状態がとても悪い時から長い間ずっと支えてくださり、心から感謝しております。

週1回お会いできるのを楽しみにしています。また、家族には心配をかけるので言えない事でも、上手に聞き取りをしてくれます。今後ともよろしくお願いいたします。

曜日や時間、日数をもっと柔軟に対応してもらえると助かります。

鹿田丸訪問看護ステーション

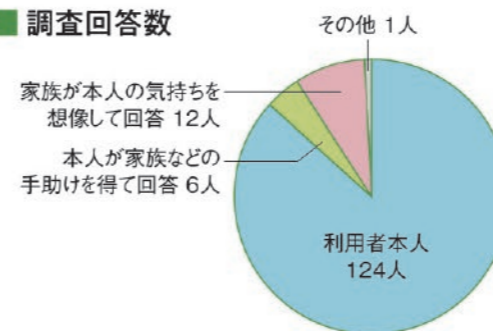
満足度調査を実施しました!

昨年度、満足度調査にご協力いただいた利用者さんとご家族の皆様へ、心より感謝申し上げます。皆様からいただいた貴重なご意見は、今後よりよい精神科医療を提供するため、参考にさせていただきます。今後ともご理解とご協力のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

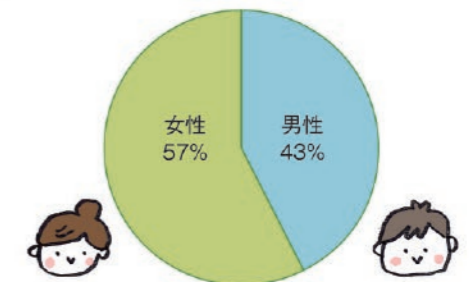


調査対象	2023年12月31日時点で訪問看護を利用中の全利用者
調査機関	2024年2月1日(木)~2024年2月29日(木)
調査方法	アンケート調査
調査回答数	・配布数385枚 ・有効回答数143枚(有効回答率37.1%)

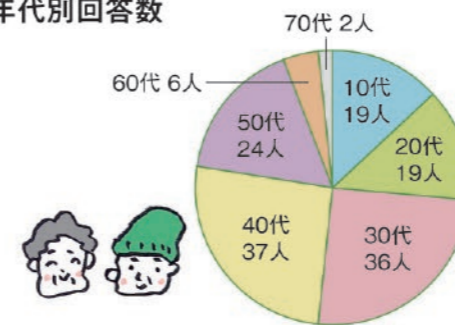
調査回答数



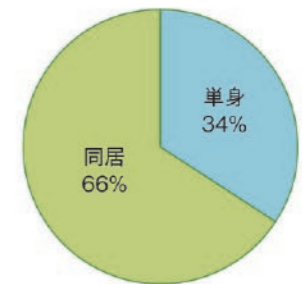
性別割合



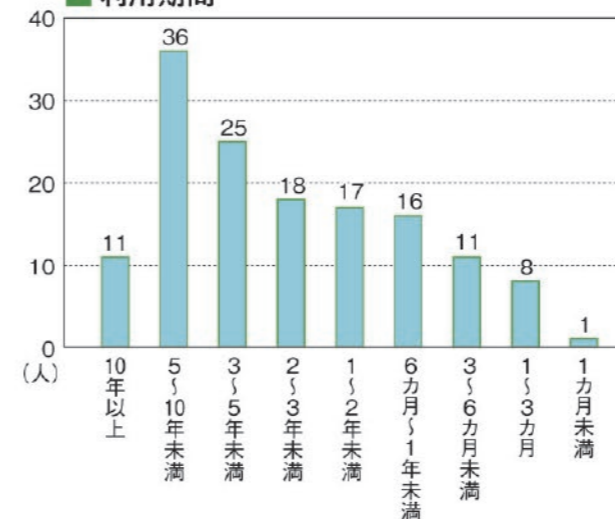
年代別回答数



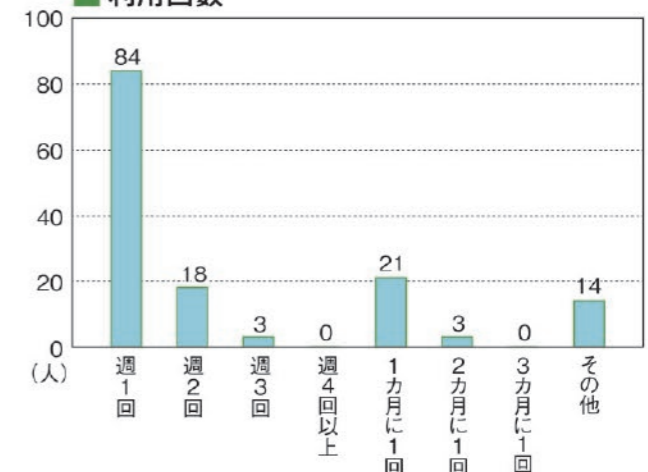
世帯割合



利用期間



利用回数



Message

サイバー攻撃への対応

文／院長・来住由樹

当センターがサイバー攻撃を受け、患者の皆さまをはじめ関係の皆さまに、大変なご迷惑やご心配をおかけすることになってしまいました。患者・家族の皆さま、関係する多くの皆さまのご理解やご協力のおかげで診療機能はとめることができました。また職員が一丸になって奮闘した成果でもありました。しかしながら、一部の個人情報流出するという結果になってしまい、患者の皆さまをはじめ関係の方々にとさらにご心配をおかけしたこと、深くお詫びいたします。

事態は、5月19日夕方に電子カルテが閲覧不能となったところから始まりました。当日夜通し電子カルテ会社とともに復旧を試みましたがうまくいかず、翌5月20日早朝にランサムウェア感染を覚知することとなりました。直ちに事態をセンターホームページで公表するとともに、警察、岡

山県、厚生労働省に事態を報告し、厚生労働省初動対策チーム等の派遣をうけ、情報セキュリティとサイバー攻撃防御・復旧について専門的アドバイスをうけながら対処にあたりました。また院内災害対策本部(当センター理事長を本部長)を設置して診療継続と被害拡大防止、復旧にむけた対応にあたりました。

技術的なこととなりますが、ランサムウェア感染では被害の拡大を可能な限り小さくするためには、直ちにネットワークを遮断することが必要です。また電子カルテサーバーや電子カルテパソコン、薬剤管理システム、血液検査システム、画像診断システムなどを接続も遮断することが必要でした。そこでバックアップしていたデータをもとにした閲覧用カルテを参照しつつ、紙カルテによる診療に変更し、給食・薬局・検査等の部門間は紙による情報伝達をおこなうこととしま

した。現在は、新しい電子カルテサーバー・端末を設置し、情報セキュリティをCISベンチマークという国際的ベストプラクティス基準にのっとりた安全基準を順守できるようなネットワークを再構築しています。薬局・検査など部門システムとの連結をおこない、すでに岡山県精神科医療センター、東古松サント診療所とともに、情報セキュリティ強化した上で、電子カルテ運用を再開しています。

引き続き、強靱な個人情報保護とチーム医療の円滑な実施が可能となる電子カルテシステムの構築をすすめ、患者・家族の皆さま、関係者の信頼が得られるように専門家の力を得つつ進めてまいります。改めて患者・家族の皆さま、関係者の皆さまに心からお詫びいたします。そして、信頼できる医療機関に向けて努力を続けることをお誓いいたします。

編集後記

あつという間に2024年もあと2カ月です。今年は昨年以上に残暑が厳しく、三寒四温の日々に体調を崩す人も多い印象を受けました。さて、当センター広報誌『EtoE夏号』は、5月に受けましたサイバー攻撃の関係で発行を見送りましたが「次はいつ出るの?」「いつも楽しく拝見していますよ」など、たいへん温かい言葉をいただき、この度「夏・秋合併号」という形で発行させていただきましたこととなりました。本誌は皆さまが支えて下さるおかげで長く愛されています。引き続き、ご愛読のほどどうぞよろしく願っています。

(事務部 志茂香代子)

寄付受領のお知らせ

- 寄付者 木下幸枝様
 - 寄付の金額 5万円
 - 寄付者 深井克彦様
 - 寄付の金額 1万円
- いただいた寄付金は、精神科医療の質の向上に向けたさまざまな取り組みに役立ててまいります。

Jupiter

2024年
夏・秋合併号
VOL.55

2024年10月31日発行

発行人 山田了士
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 樹あどりえ、ぼう
印刷所 友野印刷機