

# こころこころこころ

看護部長・次長インタビュー

一人ひとりの  
希望と適性を踏まえて  
看護師としての成長を  
支援していきます

看護部長 吉田 博樹

看護次長 木高 広美

2022年発行

vol.

64

参加費無料

認知症家族教室  
アルコール家族教室

第5回 デイケアニュース



三重県立こころの医療センターのビジョン

県民の皆さんのより良いこころの健康をめざし、精神科疾患があっても地域で安心して暮らせるよう、医療サービスを提供していきます。

## 一人ひとりの希望と 適性を踏まえて 看護師としての成長を 支援していきます

看護部長  
吉田 博樹

看護次長  
木高 広美



看護スタッフへの期待を語る吉田看護部長(右)、木高看護次長。

### 患者さんの全体像を捉える ことができるのが看護師

——精神科看護師というのは患者さんにとってどういう役割を果たす存在と言えるのでしょうか？

吉田 入院患者の皆さんにとっては365日24時間、常に傍らで見ている存在です。症状を含めて患者さんの全体像を捉えることができるのが看護師だと思っています。

木高 さまざまなお話に耳を傾けたり、一緒に作業療法を行ったりしながら、患者さんの心のケアに努めるのが大切な役割ですね。また、病気を抱えながら生活していくことより生じる生活のしづらさを支援していくことも大切な役割となります。訪問看護は地域で暮らす患者さまの実際の生活を伺うことができます。病状による不安や悩み、日常生活を送るためのアドバイスや支援を行います。定期的な訪問することで、病状の悪化を未然に防ぎ、再入院の防止にも役立ちます。また、支える家族への不安や悩みなどの負担も軽減できます。

吉田 限られた時間の中で患者さんに満足していただくことが看護の技術として大切です。安定した状態のときにどのように関わっているかによって、調子が悪いときでも円滑なコミュニケーションを取ることができ、普段からの看護の姿勢が大切になりますね。

### 育成システムとして新たに 「クリニカルリーダー」を導入

——160名以上の看護スタッフを束ねる立場ですが、看護師の育成はどのように行っているのでしょうか。

吉田 今年度から看護師の育成システムとして、従来の「キャリアアラダー」に代わって「クリニカルリーダー」を導入しました。5段階のレベルを設定して、看護の実践や研修を通じてステップアップを図っていきます。

看護部の教育委員や師長と連携しながら一人ひとりの看護師の希望に沿って、成長を支援していければと思っています。

木高 認知症やアルコール・ギャンブル・ネットなどの依存症、発達障害など精神科病院が対応を求められる分野も多岐にわたっていますので、積極的に研修に参加して専門性を高めてほしいですね。

研修は他の病院の看護師とのネットワーク作りや情報交換の場にもなり、自分たちの病院が今後どのような役割を果たしていくのかといった方向性も見えてくると思います。

吉田 病院ごとに風土や看護の方法の違いがあります。外部の研修に参加してそうした部分を肌で感じて、こころの医療センターならではの看護の工夫を生かしてもらいたいですね。

### 一人ひとりの看護師との 対話を通じて成長を支援

——個々の看護師との個別面談にも積極的に取り組んでいるんですね。

吉田 年に2回、人事評価の個別面談を行っています。スタッフ一人ひとりが日々どのような思いで看護に取り組んでいるのか、看護師として目指しているものなど、じっくりと聞かせてもらっています。

木高 吉田部長は個別面談の場以外にもスタッフのもとへ自ら出向いて、話をする機会を持っていますね。

吉田 師長や副師長といった直属の上司にも協力してもらって、密にコミュニケーションを取るようになっています。そうした対話の中で本人の適性や希望を引き出して、色々なチャンスを与えることで看護師として“開花”してもらえたらという思いがあります。

木高 本人の中でやりたいことが明確に定まっていなくても、本人が持っている強みや弱みと、こちらが期待しているものを上手く合致させながら、いつそのモチベーションアップに繋げていくのが私たちの役割だと思っています。

吉田 患者さんを取り巻く状況は時代とともに変化しています。看護の現場でのさまざまなお経験を生かして、患者さんのケアに役立つアイデアを積極的に提案していただければいいですね。

「いろいろなうつ症状」  
～理解と対応～

今回で11回目の開催となる県民公開講座。コロナ感染防止対策を行い、会場の定員を100名とし、三重県人権センター(多目的ホール)で7月9日に開催。今年は芳野浩樹副院長が講演しました。



芳野副院長



ご案内

アルコール家族教室 **参加費無料**

コロナ禍でアルコール依存症になる方が増えています。病気と解らずに対処し、苦勞することは大変ストレスですが、理解した上で対処する場合は余裕をもって冷静に対応でき、断酒の成功率も高くなります。飲酒による家族間の悪循環から抜け出し、家族の皆様が健康を取り戻すためにも大切な学習の機会です。また職場でのアルコール問題についても正しい対処を知る事で、本人の自覚を促せ、回復に導けます。参加の場合は外来またはアルコール病棟にご連絡ください。予約なしでの当日参加も歓迎します。

**場所** 三重県立こころの医療センター(2階 講堂)

**時間** 13:00～15:00 **予約不要**

現地開催のみになります。  
当院に通院されていない方のご家族もお気軽にご参加ください。

令和4年度アルコール家族研修会

日時	内容
12/20(火)	アルコールが引き起こす関連問題
1/17(火)	アルコール依存症の回復過程
2/11(土)	家族の回復
11/15(火) 3/14(火)	アルコール依存症に関する 栄養・検査・内服について

詳細はホームページをご確認ください。

認知症家族教室 **参加費無料**

当院では、「認知症の人と家族の会」三重県支部、津市認知症地域支援推進員・津市健康福祉部地域包括ケア推進室にご協力をいただき、認知症家族教室を開催しています。

家族教室は毎回、前半は専門職の講義、後半は交流会という二部構成で行っています。講義では認知症についての基本的な話から、食事や薬、利用できる制度についての話など、さまざまなテーマを取り上げ、医師はじめ病院内外の専門職の方から話をさせていただいています。交流会では「認知症の人と家族の会」の方の司会進行のもと、ご家族が抱える悩みを相談されたり、ご自身の経験をお話いただいたりと、毎回和やかな雰囲気の中で、ご家族同士交流されています。

新型コロナウイルス感染症の流行により、家族教室も開催中止を余儀なくされた時期もありましたが、感染状況に大きく左右されずに開催できるよう、また遠方の方や介護等で病院までお越しいただくことが難しい方にも参加いただきやすいよう、今年度よりオンラインでも参加いただけるようになりました。当院に通院されていない方も参加可能です。参加には事前申し込みが必要ですので、お気軽にお問い合わせください。

**場所** 三重県立こころの医療センター(2階 講堂)  
オンライン(Zoom)での参加も可能です

**時間** 講義 13:30～14:20、交流会 14:30～15:15 **要予約**  
※1月のみ交流会13:30～14:15、講義14:25～15:15

講義のみ、交流会のみの参加も可能です。  
当院に通院されていない方もお気軽にご参加ください。

日時	内容	講師
10/28(金)	ストレスの対処法	公認心理師
11/25(金)	イライラ、眠れないときの薬の使い方	薬剤師
1/27(金) 前半：交流会 後半：講義	認知症とは ～最新の治療を含め～	医師
2/24(金)	いつまでも 食べる喜びを ～食生活のポイント～	管理栄養士
3/24(金)	カフェ風交流会 リラクゼーション体操	認知症の人と家族の会 作業療法士

※内容は変更になる可能性があります。  
※感染対策を行い、開催させていただきます。  
ご参加の際にはマスク着用をお願いいたします。



中止、変更等はホームページにてお知らせいたします。  
HP 三重県立こころの医療センター 認知症家族教室

いすず会解散について

病院家族会「いすず会」は、昭和42年4月、こころの医療センター(旧:高茶屋病院)内に統合失調症患者の家族会として発足しました。精神障がい者治療への協力、社会の偏見除去の啓発活動、医療制度の改善、社会復帰施設の実現、家族会の育成強化をスローガンに多くの家族が活動を継続してきました。

毎月、家族の交流の場として例会や茶話会などを開催し、福祉施設の設立への協力も行ってきました。しかし、ご家族の高齢化や会員の減少もあり、活発だった活動も時代とともに縮小され、いすず会は令和4年5月に解散することとなりました。

いすず会は55年の歴史に幕を下ろすこととなりましたが、長年の経過の中で地域での活動が広がっていき、現在は各地域ごとに「地域家族会」が発足し、活動を継続されています。今後は地域家族会でご家族の皆様がご活躍されることを祈念いたします。

長い間、いすず会へのご理解ご協力を賜りありがとうございました。

## 第5回

こんにちは!デイケアです。今回はプログラムの一部を紹介します。

### きゅうそくの森



リストラティブヨガを始めました。ここでは「何もしない」を味わい、心と体の緊張や力を抜くことを体験してもらいます。姿勢と呼吸を整えるサポートにブロックやクッション、壁などを使います。「新しい休息の時間になりました」「自分の体の状態に意識が向くようになりました」など好評で定員は満員になることが多いです。

### eスポーツ



室内でできる運動プログラム、利用が増えている若者世代への対応にeスポーツを始めました。球技の技術に関係なく参加できる強みとゲーム世代の親しみから、老若男女問わずに好評です。世代を超えてゲームで交流できており、今後もデイケアとそして人とつながる機会に活用していきたいと思えます。

### 多職種によるプログラム

当センターのデイケアの強みとして多職種によるプログラムがあります。その中に臨床検査技師・薬剤師・管理栄養士による勉強会があります。テーマは多種多様で「生活習慣病・皮膚・骨・熱中症」などリエクストに応える形で実施しています。

また、勉強会以外にも公認心理士によるコミュニケーションプログラムやヨガ、睡眠マネジメントなどのプログラムも行っています。



### 外来担当医

※休診日/土・日曜・祝祭日及び年末年始

■ 初診外来は、予約制です。ご予約先：初診外来予約専用電話059-253-3120(9:00~13:00)

	診察室1	診察室2	診察室3	診察室4	診察室5	診察室6	診察室7	診察室10	診察室11	診察室12
月	初診(精神)		第2・第4AM 外部医師	濱本		初診 (アルコール)	中島	山城	岩佐	外部医師
火	初診(精神)	森川		芳野	中瀬	吉見	小畑	藪	もの忘れ外来 吉丸 脳神経内科	
水	初診(精神)	佐野	乾			初診 (アルコール)		山城	もの忘れ外来 吉丸 脳神経内科	AM 楠本
木	初診(精神)	森川	乾	AM 外部医師		田村	小畑		富崎	外部医師
金		佐野		芳野			吉見	藪	もの忘れ外来 小川 脳神経内科	もの忘れ外来 AM 森川

※令和4年10月1日現在

### 編集後記

今年度の委員長をさせていただくことになりました。至らぬ点がありますが、委員会の方々と話し合いながら、楽しんでいただける広報紙を作成できるよう、努めます。ここ数年は、コロナウィルス対策で、以前より室内で過ごすことが増えました。その中で、新しい趣味ができました。みなさんは、生活環境が変わり、新しく始めたことや見つけたことはありましたか? 臨床心理室/中川



三重県立こころの医療センター

〒514-0818 三重県津市城山1丁目12-1  
TEL 059-235-2125 FAX 059-235-2135

URL <https://www.pref.mie.lg.jp/KOKOROHP/HP/>

