

# こころこころこころ

新年度のごあいさつ

## 能登半島地震へのDPAT支援を経て 災害時の教訓を再認識しました

院長 森川 将行

## 新人のごあいさつ

公認心理師&薬剤師 体験レポート こころとくすり  
第5回 テーラーメイドの栄養指導

こころの県民公開講座開催案内

地域連携Chirenニュース

2024年発行  
vol.

69



ようしくお願い申し上げます！  
新たな職員も加わり、いっそう充実した  
医療を提供してまいります。

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。



新年度のごあいさつ

## 能登半島地震へのDPAT支援を経て 災害時の教訓を再認識しました

院長 森川将行

令和6年1月1日午後4時10分に能登半島を中心とした最大震度7の地震が発生しました。年末年始で帰省されていた方が多い中で起こった出来事に言葉を失いました。被災されたすべての方々に心よりお見舞い申し上げます。また、翌2日には能登半島支援に向かうための海上保安庁の航空機とJAL機が衝突炎上する出来事があり、暗然とした中、被災地支援に向けての準備が始まりました。

平成23年の東日本大震災、平成28年の熊本地震の派遣と同様に、災害派遣精神医療チーム(DPAT)の準備を整えました。DPATは各都道府県別に組織され、自然災害や犯罪事件・航空機・列車事故等の集団災害が発生した場合に、災害によって生じた被災地域の精神保健医療ニーズの把握、他の保健医療体制との連携、各種関係機関等とのマネージメント、専門性の高い精神科医療の提供と精神保健活動の支援を行います。DPATは精神科医、看護師、そして、業務調整委員で構成された3、5名のチームで、業務調整委員には薬剤師、作業療法士、精神保健福祉士や公認心理師等が含まれます。最初に派遣されるDPATは、先遣隊と呼び、構成員は国指定の実地研修を修了している必要があります。三重県DPAT先遣隊第1班とし

て、当院から副院長1名、看護師2名、作業療法士1名の計4名が1月5日から1月11日まで被災地に派遣となりました。水道、電気、道路などインフラ設備が被害を受け、また雪が降る中、珠洲市を中心とした支援活動に従事しました。続く第2班として、院長、看護師1名、臨床心理師1名、作業療法士1名が、第1班からの申し送りを受け、1月11日から1月17日まで派遣となり、珠洲市、輪島市で活動しました。その後、第3班は他病院から、第4班は再びこのころの医療センターから輪島市へ、第5班は、混成隊として、他病院の医師を含めて、当院から精神保健福祉士1名、作業療法士1名が、1週間ずつの日程で派遣され、最終的に三重県DPATは第6班までで、以後は石川県内のDPAT隊で対応することとなりました。

現地では道路事情が悪く、液状化、家屋の倒壊、土砂崩れ、地割れなどがあり、細心の注意を払いながらの移動となり、災害前の3、4倍の時間を要しました。車のフロントガラスから見える道は、私たちが日常生活の中で見ているものとは異なり、平坦な部分はなく、アスファルトの道全体がさざ波のように波打ち、車に乗っていると微細な振動を感じ気が悪くなるような状況でした。そして、特に困ったのが、こうした道

路事情のため夜の移動が困難、加えて雪があり、日中通行できていた道でも夜間通行止めとなり、支援先に移動するのが大変困難な状況でした。災害時の精神科医療の支援で大切なのは、災害時には不安が増大し、不眠が生じ、イライラしたり、泣き出すなど感情が不安定になりますが、多くは正常反応になります。いつもの自分と異なる状態になると人は困惑しますが、大部分は時間とともに回復してきます。ただし、1か月を超えて続く場合には専門家への相談が必要となります。

この初期のストレス反応を改善する方法は、安全、安心、そして安眠を提供されること、どんな些細な事であっても、将来への見通しが具体的に伝えられること、衣食住が確実に確保されることが大切です。

今回の支援を通じて南海トラフのような多くの都道府県に渡る大地震の場合、最初の1週間は他の都道府県からの支援を望むことができないため、自県でどのような対応をするのかを、平時から考えておく必要性を改めて感じました。そして、大規模な震災においては復興するのに10年近くを要しており、今後私たちが被災地への思いを忘れることなく、得られた教訓を現在から未来へと繋げる責任を感じています。



# 新人のごあいさつ

新しい  
仲間をご紹介します  
します!

## 山本 詩暖

看護部 西1病棟

看護師1年目で、わからないことが多くありますが、患者さまが安心して治療にのぞめるような良い看護を提供できるよう先輩方のご指導を受けながら精一杯頑張ります。色々とご迷惑をおかけすることもあると思いますが、よろしくお願いいたします。

## 高垣 朱花

看護部 北2病棟

看護師として初めての勤務であり、わからないことばかりですが、患者さまや先輩方から信頼していただけのような看護師に成長したいと思います。先輩方にはご迷惑をおかけすることもあると思いますが、日々学ぶ姿勢を忘れず精一杯頑張ります。

## 森 礼良

看護部 北1病棟

昨年度に学校を卒業し、今年度から看護師として初めて勤務いたします。不安や戸惑いもありますが、笑顔で楽しく健康を大切にしていきたいと思っております。患者さまや職員の方々からたくさんのご指導を学びながら、日々努力を惜しまず頑張ります。

## 坂東 伊澄

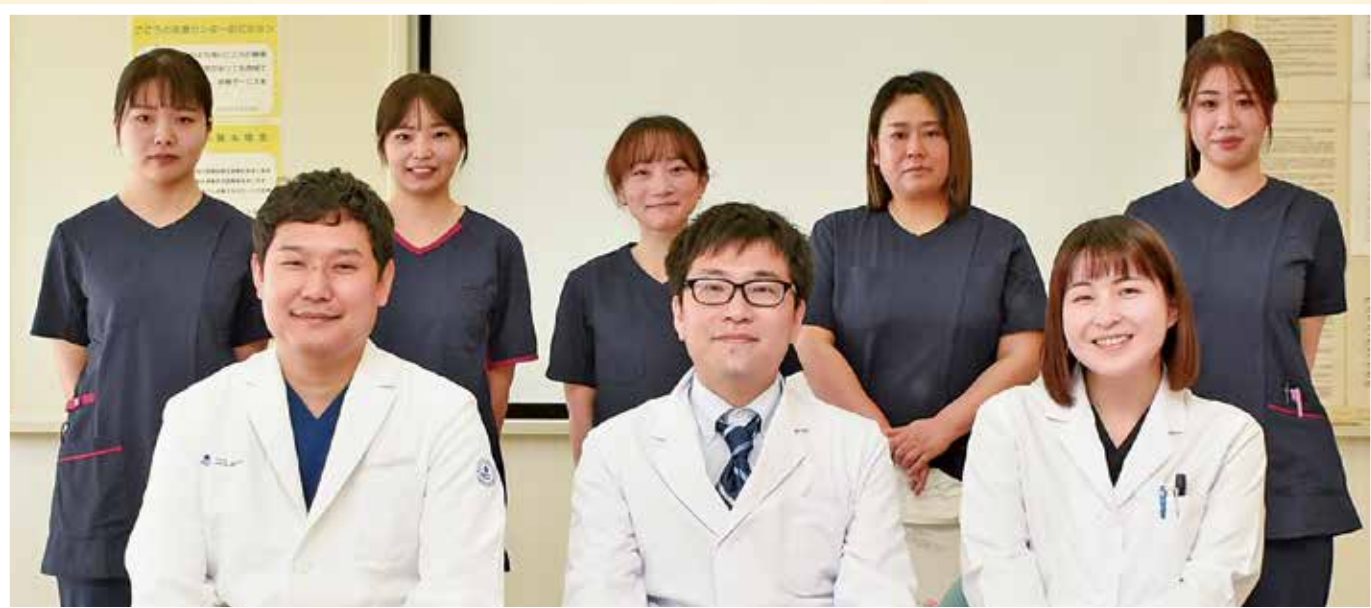
看護部 南1病棟

初めての精神科病棟での勤務となりますのでご迷惑をおかけすることもあると思いますが、ご指導のほどよろしくお願い致します。1日でも早く仕事に慣れ、より良い看護が提供できるように頑張りたいです。

## 木戸上 栞里

看護部 南2病棟

私は5年間一般病棟で勤務してきました。精神科は初めての経験になるため、不安なことも多いですが、今までの経験を活かして少しでも患者さんが笑顔になれるような看護を提供していきたいです。



## 坂本 健太郎

診療部 医師

令和6年4月から入職した坂本健太郎と申します。趣味は下手の横好きではありますが海釣りです。これまでは奈良県の秋津鴻池病院に勤務しておりました。まだまだ不慣れでご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、よりよい医療を提供できるよう頑張ります。

## 山本 佳将

診療部 医師

この度はご縁をいただき、こころの医療センターへは2回目の赴任となりました。山本佳将です。患者さんにとって正し過ぎる選択ではなく、しあわせである選択を共に考えていければと存じます。

## 三輪 祐果

診療部 医師

奈良から赴任しました医師の三輪祐果と申します。3月までは奈良県立医科大学附属病院精神科にて勤務しておりました。慣れない環境で多々ご迷惑をおかけすることと思いますが、三重県の精神医療に少しでも貢献できるように精進して参ります。

● 森川院長は年度初めの挨拶で、院内におけるCOVID-19対策をはじめとした医療や病院全体の取り組みを強調し、依存症治療やギャンブル障害プログラムの改善に対する取り組みを述べました。

● そして、能登半島地震への災害支援、南海トラフ地震など災害時の対応、感染症対策についても言及しました。

● また、これまで感染症病棟として稼働していた東1病棟を、思春期病棟として開棟したことなどを挙げ、新たな取り組みを始めていることにも触れ、職員からの提案や情報発信の強化も重要視していることを述べました。

● 最後に、医療の連携への重要性を強調し、病院全体的な改善と経営安定のために職種を超え、職員共同で取り組むことを呼びかけました。

● 辞令交付式では新規採用職員及び転入者が一人ずつ口頭辞令を受け取りました。新規採用職員及び転入者の皆さん、共に歩んでいく仲間として、これからどうぞよろしくお願い致します。



## 金井 大樹

診療部 医師

昨年10月より赴任しました金井と申します。今年度も引き続きこちらで働かせていただくことになり、大変嬉しい気持ちです。多職種連携を心がけて日々の診療に取り組んで参ります。今後ともご指導、ご鞭撻のほどお願いいたします。

## 第5回 テーラーメイドの栄養指導

薬剤師 岡村 佳奈 × 公認心理師 波多 明里

今回は当院の栄養室 横山室長による「栄養指導」を体験しました。

食べ物と精神症状の関係性が注目されている昨今、当院でも糖尿病や脂質異常症など様々な身体合併症を持つ患者様は多く、ニーズが増える中で、現在は2名の栄養士で指導をしているとのこと。

体験ではまず、私たちの一日の食事や体重、身長を伝え、食事のアンバランスなところの改善方法につい

て指導していただきました。

こだわりの生活スタイルは尊重する、うつ病の方には負担になりすぎない目標を立てるなど、時には精神症状にも配慮しながらその方に合ったアドバイスをするのは精神科病院ならではの工夫とのこと。食事内容のみならず、生活リズムや困っていることなどを丁寧に聞き取り、やる気を引き出す「テーラーメイドの栄養指導」を意識しているそうです。



「若い頃から骨も筋肉も貯金しよう」という言葉が印象深かったです。栄養士さんは生活習慣や疾患を考慮し、一人ひとりに合わせた指導をされているということがよくわかりました。教えるだけでなく、寄り添うことが大切になるのは栄養指導も服薬指導も似ているのではと感じました。(岡村)



自分の食事内容に自信がなかったのですが、横山室長から「仕事もあふ大変ですよ。すぐに食事や生活を変えるのは難しいので、なんでも一歩ずつ」と言われ安心しました。相手に寄り添った工夫をされているところは心理師の関わり方とも通ずるところがあると思いました。(波多)

### 令和6年度 こころの県民公開講座

災害時のメンタルヘルスについて  
～能登半島地震の支援から南海トラフ地震にむけて～

令和6年 7月6日

午前9時30分～11時30分(受付:午前9時～)

場所: 三重県人権センター ※詳細は後日HPにて公表します。ご確認ください。  
講師: 芳野浩樹副院長、他

### 地域連携

ちれん Chiren



すべては患者さんの最良の医療の継続のために—連携  
今年度もどうぞよろしくお願いいたします

#### ちれんの主な業務内容

- 関係機関との連携
- 受診・入院の受け入れ相談
- 他科受診調整
- 広報活動(こころしっとこセミナー、他)
- 診療情報提供書の管理

#### 令和5年度実績

- 新規患者数..... 841名
- 新規紹介患者数..... 546名
- 紹介率..... 65%
- 紹介元医療機関数..... 286機関
- 紹介元件数..... 567件
- 紹介先件数..... 603件
- 関係機関訪問件数..... 288件

#### 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)	久納	中島	濱本		初診(アルコール)	坂本	山城		
火	初診(精神)	森川		芳野	中瀬	吉見	小畑	藪	(もの忘れ) 吉丸 脳神経内科	
水	初診(精神)	佐野	乾	AM 楠本		初診(アルコール)	小畑	山城	(もの忘れ) 吉丸 脳神経内科	
木	初診(精神)	森川	乾	AM 外部医師		金井	山本	久納	三輪	PM 岩佐
金		AM 森川(もの忘れ)		芳野		佐野	吉見	藪	(もの忘れ) 小川 脳神経内科	

※令和6年4月1日現在

#### 編集後記

春の訪れとともに新年度が始まり、あっという間に清々しい初夏の季節となりました。皆さまいかがお過ごしでしょうか? 私は季節の中でまさに今、この初夏の季節が一番好きです。何か特別なことがあるわけではありませんが、何か起こるかもしれないというウキウキ感を感じています。今年度もウキウキ・わくわくアイデア溢れる広報紙を皆さまにお届けしたいと考えています。よろしくお願いいたします。  
広報委員会/作業療法G 矢崎



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/>

