

平成27年度 明石市地域自立支援協議会

くらし部会 レポート Vol.10 平成28年1月

発行元：明石市地域自立支援協議会 くらし部会 事務局（明石市基幹相談支援センター）

住所：明石市貴崎1丁目5番13号（明石市立総合福祉センター 1階）

電話番号：078-924-9155 ファクシミリ：078-924-9134

【意見投稿用アドレス】 akashi_jiritsushien@yahoo.co.jp

会員専用のメールアドレスをご用意していますので、皆様からの情報提供やご意見をお待ちしています。

みなさま、こんにちは。今年は暖冬と言われていますが、暦の上では二十四節気の小寒、寒さはこれからが本番ですので、体調管理に気を配り、元気に過ごしたいものですね。

さて、今号では、前号に引き続き、「ハートふるあかし」の「障害福祉サービス等従事者向け精神保健福祉研修（連続講座）」2日目の様子を、明石こころのホスピタル地域連携室の栗原初巳さんにレポートいただきます。

講義3 「事例を通して知る精神科病院の支援とリハビリテーション」

講師：上阪 裕子氏（明石土山病院）、佐川 芳郎氏（Small Steps かなえ）

栗原 初巳氏（明石こころのホスピタル）



この講義では、「精神科病院の役割」について、市内の精神科病院・相談支援事業所の精神保健福祉士（PSW）3名から、精神科への受診・入院から在宅への退院までの流れについて、事例を用いて講義をしていただきました。昨年も同じテーマで講義した際、「正直、精神科病院は怖く悪いイメージだったが、病院の役割を知ることができ、イメージも変わった」等の感想をいただき、精神科病院はまだ敷居の高いところでどんな役割を担っ

ているのか知られていないことを感じました。確かに、精神科病院は精神保健福祉法に則り、受診・入院治療を行なっているため、一般科の病院に比べ制約されることが多いと思います。しかしそれは、患者様の人権を擁護するために必要であることや、また、できるだけ入院治療を短期間で終了し、地域生活にスムーズに移行できるような支援を行なっていることが、この講義で理解していただけたのではないかと思います。講義後、受講者から精神科病院と地域の支援者との連携方法についての意見があり、精神科病院と地域支援者が、お互いの役割を知り支援を行なうことで、今後もよりよい連携をしていきたいと思いました。

受講者の感想（抜粋）

- ・病院のワーカーの方のお話を聞き、地域と病院と今後どのようにつながっていけばいいのかなど、詳しくお話が聞けて勉強になりました。
- ・私はB型勤務ですので、退院してすぐの方が通所されることも多々あるのですが、入院していた事を聞くのは関係性が出来てない内は難しいなと思い、知らずにいたので良かったと思います。
- ・精神科病院は通常の病院よりも長く入院をする、身体拘束や隔離なども行われたりするためこわいイメージを持っていました。入院中の支援だけではなく退院後の生活を整える支援や、その人の利用でき

る社会資源を提供するための支援など、こまかい支援を行っている所だということがわかりました。

・精神科の入院～退院の流れ、その時々での支援、精神保健福祉士の役割が良くわかりました。退院に際して、いろいろな機関との調整や配慮をされている内容は思っていた以上だと思いました。

講義4 「気分障害の理解」

講師：太田 正幸先生（明石土山病院 院長）



この講義では、明石土山病院 院長 太田先生を講師に迎え、気分障害についての講義をしていただきました。

気分障害のうち、うつ病は『こころの風邪』と言われる程身近で誰にでも起こりうる病気で、現在10人に1人が罹ると言われています。しかし、気分障害の原因や対応方法などは、まだあまり知られていないのが現状です。講義では、気分障害の原因や症状、治療方法や周囲の対応についてお話いただきました。また、うつ病から自殺につながるケースについてもお話しいただき、急性期の治療が終了しても、周囲は継続して関わり、自殺のサインやきっかけを見逃さないように注意する必要があるとのことでした。受講後の感想では、「周りの人が変化に気づくことが大切と感じた」と、周囲の支援の大切さを感じた意見が多く出ました。また「自分自身も仕事でストレスを溜めないように気をつけたいと思った」など、支援者自身の気持ちの安定を保つことが大切と改めて感じたとの意見もありました。気分障害について正しい知識を知り、当事者・支援者がお互いにストレスにならないように関わりを持つことにつながればいいなと感じました。

太田先生にはお忙しい中講義をしていただき、本当にありがとうございました。

受講者の感想（抜粋）

・うつは休養と服薬で治る。又うつの方に対する周囲の対応の仕方がとても重要であり、それがうつの治癒に関係しており、家族の理解がとても大事ということを理解しました。

・うつ病についての詳しい説明をして頂いてわかりやすかったです。周囲の人間のサポートがいかに大切か、又、本人も焦らずゆっくり治していくことが大切だとわかりました。

・まだまだ勉強が足りないなと痛感しております。「気分屋」なんだ、とってしまう所がありました。反省することがあります。

・薬についての説明も多くとても参考になりました。休養というものの意味、大切さがわかりました。

・うつ病に関する必要な知識を得ることができ大変勉強になりました。

服薬をきちんとすることの重要性、周囲の関わり方の面が特に参考になりました。質疑応答では、日頃支援する中で疑問に思っている事がいろいろ聞けて助かりました。

