

桜花会

クリニック通信

桜花会デイケアセンター：リカバリーとは？

当デイケアでは「リカバリー」をキーワードの一つとしてよく使用します。

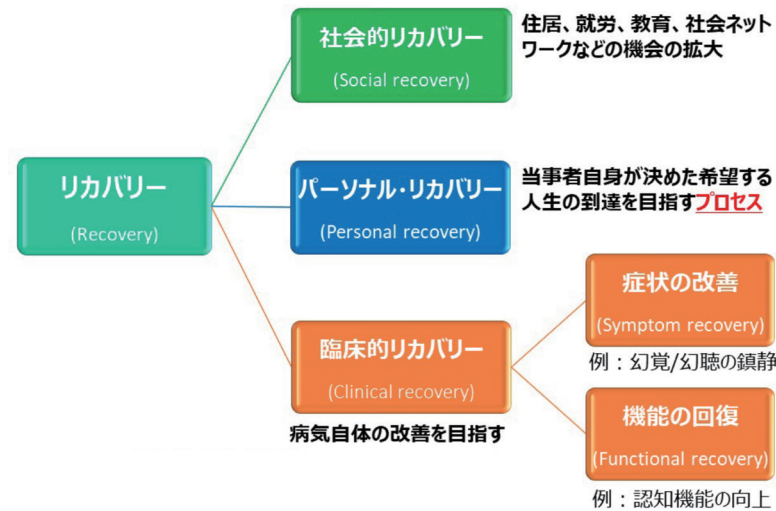
リカバリーするためには、精神疾患をもつ当事者自身が主体的に、価値を感じ、納得のいく人生を歩めるか、が重要

となるかと思いますが、リカバリーは多くの意味を含むため、立ち位置によって誤解が生まれることもありそうです。今回はリカバリーを大枠で捉え、デイケアでそれをどう取り扱っているか、ご紹介したいと思います。

リカバリーの枠組みと構成概念 (国立精神・神経医療研究センターHPより)

「パーソナル・リカバリー」、「社会的リカバリー」、「臨床的リカバリー」の枠組み

※臨床的リカバリーとパーソナルリカバリーのどちらが重要かという議論ではありません



パーソナル・リカバリーの構成概念 - CHIMEフレームワーク+D -

- C 他者とのつながり (Connectedness)
- H 将来への希望と楽観 (Hope and optimism about future)
- I アイデンティティ・自分らしさ (Identity)
- M 生活の意義・人生の意味 (Meaning in life)
- E エンパワメント (Empowerment)
- D 生活のしづかさ・生きづらさへの対応 (Difficulties)

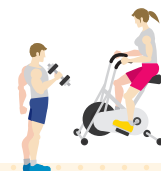
引用：地域司法精神医療研究部「リカバリー(Recovery)」第4回改定版、国立精神・神経医療研究センター、小平、2021。 URL: <https://www.nonp.go.jp/nimh/chiiki/about/recovery.html>

デイケアにおけるパーソナルリカバリーにつながる活動例

Aさん

過去にジムへ通っていたので、デイケアでもやってみることに。スタッフとプログラムの空き時間に実践。その光景を見た他のメンバーも興味をもち、活動を介して自然な交流が始まった。それをきっかけに相互交流が生まれ、主体的なクラブ活動となり、これまで培った技術を優しくコーチングする役割を得ることや感謝されることで自身の価値を感じられるようになった。

今ではジムを再開できている。



Bさん

最初、デイケアに来た当時は気持ちも落ち気味、不安で何をしたらいいか困っていた。でもいろんな人に声を掛けてもらえたり、一緒に活動したりして不安感が和らいだ。とても助かった。

今は自分が逆の立場になって、新しいメンバーがいたら、声を掛けて、一緒にしたいことを探したり、してみたり。

相手の立場に立って考えて行動することができていると感じる。それはとても大きな変化だと思う。そんな自分を少し褒められるようになった。



さくら通信



INDEX

- 2 | 院長ごあいさつ
- 4 | 新任職員のご紹介
- 6 | 桜花会クリニック通信:桜花会デイケアセンター「リカバリーとは？」

●編集長：高畑 静香 ●編集委員：岸 恵、戸石 園美、藤木 不二人、松坂 竜也、古賀 良一、金子 泰三



院長ごあいさつ

院長 的場 祥人

元号が令和となり早くも4年目を迎えました。この間、令和2年初頭から拡大の一途をたどった新型コロナウイルスの影響は世界中の人々を翻弄し続けています。画期的なワクチンが開発され世界中で接種が進み、複数の治療薬も実際に使用されるようになってきていますが、感染自体のコントロールができていないとは到底言えない状況です。日本でも第1波以来、流行が繰り返されるたびに、感染者の増加を繰り返し、すでに2年を経過していますが、新たな変異種が発見されるなど、今後どのような経過をたどっていくのか予想がつかない状況です。

元々のコロナウイルス自体が一般的な風邪の原因病原体の一種であるため、当初から終息まで長引きそうな予想はされており、世間でもwithコロナなどと言われて、完全撲滅よりも共存の仕方が対策の一つの柱になってきた経緯があります。「ステイホーム」「三密回避」などのスローガンに始まり、新しい生活スタイルなどと呼ばれ、生活様式などの再構築が工夫されてきました。彩りさまざまなマスクも、もはや民族衣装のようになじんでいます。

実際にリモートワークなどに取り組まれている会社も増え、インターネットを活用した会議などに参加された方々も多いと思います。学校ではオンライン授業、そして高齢者施設、病院などではリモート面談なども行われているところが多数あります。

ただご利用になった方ならば、実感としては、いくら便利であるとはいえ、まだまだ使い勝手も悪く、実際に対面で会話ができないことが、どれほどもどかしいものかを痛感された方も多いのではないのでしょうか。

これらは各種機材やソフトウェアの進歩により、さらに改善されていくのだろうとは思いますが。



それでも、好きなアーティストのCDを聞いたり動画を見るのも楽しいものの、ライブ会場などで実際に音楽などを体験することは別レベルの体験でしょう。同じ空間で人と接することで伝達される情報量は、各種機材を通して伝わるものとは、量も質も圧倒的にかげ離れたものになるのだらうと思います。

当院でも新型コロナウイルスの流行初期から、面会や外出の制限など、さまざまな制約を多くの患者さんやご家族に受け入れていただき、多大なご不自由を辛抱していただいていたまいりました。職員の感染防御のための啓発も繰り返し行いましたが、それにもかかわらず今回の第6波では、ついにこの防御網をどこからか突破され、気がつくとも多くの患者さんに感染が広がり、クラスター化してしまいました。

当院内蔓延のウイルスはオミクロン株であると考えられますが、その感染性は恐るべきもので、特別に大声で長時間話したり、せきやくしゃみなどで飛沫などが飛ぶような状況ではなくとも、無症状のうちに、ほとんど他の方と接触の機会がなく、ひっそりと静かにお過ごしの方にまで次々と広がっていく現実を目の当たりにしました。これほどの高い感染性をもつ感染症を経験することは初めてで、恐怖感まで覚えました。

本号をお届けする頃には当院での感染も完全に終息し、明るい春を迎えていることと確信しておりますが、さらなる感染対策とともに、自然で人間的な環境づくりに職員一同努めてまいります。今後とも何とぞよろしくお願い申し上げます。



新任職員のご紹介



くげ かつのり
久下 勝規 局長

令和3年秋より、新たに事務局長として久下勝規氏が就任されました。コロナ禍の中で就任されたため、交流を持つ機会があまりありませんでしたが、今回は皆さんへの紹介もかねて、インタビューしてきました。

— 醍醐病院に来られるまでは、どんなことをされていましたか？

学生期間が長く、30歳手前まで大学で研究生生活を送っていました。大学院時代には、肌の弾力をつかさどるコラーゲンやエラスチンというタンパク質の構成成分(アミノ酸)が、老化やストレス刺激によって一部反転してしまい構造が壊れるという現象を発見し、その反転のメカニズムや老化との因果関係を調べていました。博士号取得後には、そのような研究を行っていたことがきっかけで、老化やアレルギーに悩む方たちの役に立ちたいと、化粧品会社に就職し、14年間勤めておりました。

化粧品会社では、肌老化、アレルギー、皮膚再生技術の研究など、多岐にわたって基礎研究に従事し、コロナの流行でよく耳にするようになったPCRや抗原検査などの測定を実際に行うこともしていました。会社の研究所だけではなく、産学連携の一環で大阪大学に出向して教員(助教)として働いた経験もあり、30代は大学と企業で研究ばかりしていたように思います。一方で、せっかくメーカー会社に就職したので製品にも関わりたいと思い、化粧品に配合する新規の有効成分の探索や実際に化粧水や美容液を試作するというも行いました。高島屋や大丸などの百貨店にあるカバーマー

ク、アクセーヌというブランドや、ドラッグストアにあるデジャヴというブランド(製品:塗るつけまつげ)をご存じでしょうか? そういったブランド製品の肌改善成分の中には、私が効果を見いだして配合したものが幾つかあります。もう関係はありませんが、宣伝しておきます。お店で探してください。

上述のように、今までは肌トラブルで悩んでいる方の一助になればと思い、長年研究を行ってきました。これまでの研究ざんまいとは全く異なる環境となり、病院という一般企業とは違う組織に戸惑う日々ではありますが、今後は皆さまと心を病んでおられる方々の助けになる病院運営を目指していきたいと思っています。いろいろとご教示いただければ幸いです。よろしくお願いいたします。

— 趣味はありますか？

趣味と断言できるものはなく、家で本や漫画を読みながらまったりするだけのインドア派ですが、麻雀は大好きです。

博打のイメージが強く、「趣味は麻雀」と言うと引かれることが多いですが、それぞれの思惑を読み取りながら駆け引きする楽しいゲームです。企業では採用活動に麻雀を導入しているところもあるそうですよ。亡国

の遊戯と嫌がらずに、職員の中で麻雀に興味のある方は、ぜひ一緒にしましょう。

— 座右の銘はありますか？

『世の人は我を何とも言わば言え 我なす事は我のみぞ知る』

坂本龍馬の句です。何故か10代の時からこの句が印象に残り、ずっと心の片隅に置いてある言葉です。一見、自己中心的にもとれる句ですが、気が弱かった若き日に信念を持って行動する意思を持たせてくれたもので、今も心に深く刻まれています。

— 続けていることはありますか？

運動不足・メタボ解消のために、ウォーキングをしています。

前職はデスクワークが主、通勤も車で、ほぼ動くことがなかったため、何とかせねばと毎日8,000歩以上は歩くということを目標に始めました。過去にジョギングなどにチャレンジしても長続きせず、自分の意志の弱さを嘆くこともありましたが、ウォーキングは2年近く続いています。歩きながらいろいろな家を観察したりするのが意外に楽しく、最近では醍醐病院周辺も探索しています。怪しまれないように姿勢良く堂々と歩いています。

— 病院の職員にメッセージをお願いします。

コロナ禍中での入職ということもあり、職員の方々と交流を持つ機会が少なく、とても残念です。

業務中には、皆さま常にマスクをしておられるので、いまだお顔を拝見できていない職員の方が多く、コミュニケーションを取るのが最も難しい時期に入職したものだ、帰りに駐車場で夕日を眺めながら呟くことがよくあります。

そんな状況ですが、理事室周辺で皆さまと挨拶を交わす際や、業務中に隠れて(笑)皆さまの様子を観察し

ていますと、とても楽しく仕事されているように感じます。良い環境づくりに努めている病院だと思いました。

コロナ禍が落ち着いたら、数年前までは実施していたと聞いているビールパーティーやその他飲み会などで、交流を深める機会が多くなること期待しています。積極的にお話にいきたいと思いますので、面倒でも優しく受け流していただければ幸いです。

皆さま、理事室には怖い常務が入りにくいかとは思いますが、お気軽に立ち寄りいただければと思います(無理でしょうけど)。

— 今後の醍醐病院について

日々、皆さまの業務や会議に参加させていただき、病院運営に関して学んでいます。学び中で精神科医療を取り巻く環境は、今後大きく変動していくということをよく見聞します。地域医療構想や地域包括ケアシステムなどに挙げられる国の方針や、これからの高齢者数の増減変動等に対応していくために、今後は醍醐病院としてその存在意義と方向性を明確にすることが重要であり、時には状況に応じて大きく方針転換することも必要になってくるだろうと思っています。現在も、病院はコロナによってさまざまな影響を受けておりますが、引き続きポストコロナにおいても、精神科病院は大きな変革を余儀なくされると予想します。この先何十年と醍醐病院が存続していくためには、多くの難題を皆さまと協力しながら乗り越えていかねばなりません。さらに、数年後には東館の老朽化に伴う建て替えの必要も出てきます。

醍醐病院を必要とする患者の方々、そしてここで働く職員の方々にとっての最善は何かを考えながら、皆さまのご尽力のもと、醍醐病院の改革を進めていきたいと思っています。ご指導ご鞭撻のほど、何とぞよろしくお願い申し上げます。