

あ

いいあいのこころの宅配便

contents

特集

アルコールの謎

report

精神科デイケアセンター むづれは

山形さくら町病院冬祭り

山形さくら町病院 医療技術研修 筋肉注射

gallery

春一色により

山形さくら町病院 医療技術研修

山形さくら町病院 医療技術研修

information

山形さくら町病院 医療技術研修

山形さくら町病院 医療技術研修

2014春号
No.70



上山病院 医師 山崎 猛

ア ルコール中毒とアルコール依存症はどう違うのですかと聞かれることがあります。

「中」という漢字は、「あたる」とも読みます。中毒というのは文字どおり、毒にあたることを言います。食中毒、一酸化炭素中毒のように、中毒という場合、自ら望まずに体へ入ることも意味します。

アルコール依存症の場合は、自ら望まないわけではないので、現在の精神医学では、アルコール依存症という言葉を使います。細かく記すと長くなるのですが、基本的に同じことを意味すると考えてください。

お 酒を飲むと陽気になることが多いので、アルコールには興奮作用があると思っている方がいますが、アルコールには鎮静（抑制）作用があります。

普段私たちは、色々なことを抑えています。電車の中では静かにしていたり、多少腹が立ってもがまんしたり。お酒の飲み始めは、普段抑制しているものが抑制されます。このため陽気になったり、怒りっぽくなったりします。さらに飲み続けると、姿勢を保つ役割をしている小脳も抑制され、ふらついたり、ちどり足になります。それが進み、呼吸や意識をつかさどる脳幹という部分が抑制されると、呼吸が止まり、亡くなることもあります。イッキ飲みや飲酒の強要は避けたいものです。



ア ルコール依存症は、本人だけではなく、家族にも影響を与えます。依存症の人がいる家庭で育った子供には、ある傾向がみられることがあります。「責任を負う子供」「順応する子供」「なだめる子供」「行動化する子供」などのタイプが言われています。

「責任を負う子供」は、親の代わりに料理したり、親を寝かしつけたり、優等生のようにふるまいます。「順応する子供」は、ただ指示に従い、静かにして手がかからないように見えます。「なだめる子供」は、必要以上に周りの顔色をうかがい、他人に合わせます。「行動化する子供」は、周囲と問題を起こし、非行に走ったりします。

実 際、夜自宅に帰らず友人宅を泊まり歩く問題児だと連れてこられた中学生が、よくよく話を聞くと、母親が朝から酒を飲んでいるので家に帰りたくないということがありました。では、依存症の人だけが悪いかというと、そうではなく、家族の行動によって本当の問題から目をそらし、飲酒を支えている側面もあります。まずは家族だけでも医療機関で相談することをお勧めします。

最 後に、ある回復した依存症の患者さんの話をしたいと思います。

依存症治療の3本柱は、通院、抗酒剤、自助グループ（断酒会など）への参加といわれています。その患者さんはきちんと守って20年間断酒をしていました。奥さんと断酒会に参加していましたが、進行性の胃癌が見つかり、余命数ヶ月という宣告を受けました。その方が亡くなってから、断酒会で奥さんが語った話です。

「今までよくがんばった、もう先がないのだから最後に好きなだけ酒を飲んででもいいよと話したけど、一滴も飲みませんでした。今まで世話になった人を訪ねて挨拶し、図々しいとは思いますが自分が死んだ後、妻と子供をよろしく頼みますと頭を下げて廻ってくれました。若い頃は酔って暴力をふるうこともあったし、死んでしまえばいいと思うこともありましたが。でも、最後の数ヶ月の愛情を思うと、その思い出だけで私はこれからも生きていけます。」



表紙のテーマは

今回の写真は、
開花した桜から臨む
山形さくら町病院です。

お詫びと訂正

あいあい69号の内容に誤りがありました。
次のように訂正しお詫びいたします。

特集「新グループホーム あすなろの家」の1ページ目 下から2行目

誤
正

援助が必要な方に対し、家族等の日常

援助が必要な方に対し、家事等の日常

精神科デイケアセンター むづれは

やっぱり働きたい ～今年度は7名働きました～

精神科デイケア「むづれは」は、外来通院されている方がリハビリテーションを行う施設で、就労支援も行っております。当デイケアには『就労志向グループ』というグループがあり、25名のグループメンバー中7名がすでに就労中、就活中の方は4名おります。さらに今年度はリワークも含め9名の方が就労にチャレンジされています。

「いつか働いてみたい・・・けど働けるんだろうか？」という不安から一歩踏み出せない方も多いようですが、デイケアの様々な活動を通して「まんざらでもない自分の発見」から「苦手な事をしてみようと思えるゆとり」が生まれ「新しいことへ（就労も含め）チャレンジする勇氣」が出てくるようです。

グループ間でも、お互いがモデルとなり、大

変さ・充実感・工夫する事などを共有しながら刺激し合っており、それも新しいことへ踏み出すエッセンスになっていると思います。

思いがけず病を抱え、夢や希望を失ってしまいがちですが、「むづれは」では、「今の生活を変えたいけど、とっかかりがつかめない」という方に応援団としてサポートしていきます。



《リハビリによる気持ちの変化》

自信をなくし
何かする気持ちに
なれない...

得意な事だったら
何とかやれる
好きな事に没頭

苦手な事も
試せるゆとりが
出てくる

苦手な事も
何とかなった
体験

あきらめかけた
目標に取り組み
始める

report

山形さくら町病院 冬祭り開催!!

2月5日に2階生活機能回復訓練室にて、冬祭りを開催いたしました。入院をされている方を中心に多数の方にご参加いただきました。寒い冬、身体も心も**ほっと**するひと時となりました。



医療技術研修

1月30・31日に山形さくら町病院にて「筋肉注射」の研修会を行い44名が参加しました。肩モデル、臀部モデルを使用し、投与部位の確認と手技の実践を行いました。注射液の内容や対象者の体型等により注入角度や深さ等を考慮しなければなりません。新薬が出た時の注射部位や深さの確認、日頃正しく施行しているか再確認のよい機会となりました。



はい、こちら 地域活動支援センター おーるです！



毎日の様に、ご本人から、山形市障害福祉課から、病院から、地域包括支援センターから電話連絡があります。「一人暮らしをしているが、上手に部屋を片付けたり、掃除ができません」「労働継続支援 B 型（作業所）に通いたい」「老父母の支援に訪問したら、精神病を患った家族が同居していた」等々その内容は多岐にわたります。相談支援の発動です。

これまでは地域に住まいする方々に、自宅以外で過ごす場所を提供しつつ、日頃の生活のしづらさを伺っては、共に解決策を話し合ったりする事が主な仕事でした。職員も仕事のフィールドを、来所利用する方々の近くとし、多くの利用を頂いておりました。

相談支援の業務と、これまでの地域活動支援業務のバランスが、上手に取れてないなあと思う今日の頃です。

私たちは日々、相談支援業務に早く慣れて、また多くの方々から利用して頂けるよう努力奮闘中であります。



栄養士さんの おいしいおかず

目玉焼きのせピラフ



上山病院 療食科
佐藤 瞳

材料 分量（4人分）

A	バター … 大さじ1	お米 …… 2合
	コンソメ … 小さじ1	ベーコン … スライス5枚
	塩 …… 小さじ1/3	玉ねぎ …… 大1/2
	こしょう … 少々	人参 …… 1/3本
	目玉焼き … 4個	しいたけ … 4個
		油 …… 小さじ2
		パセリ …… 適量

1人分の栄養価

エネルギー	496Kcal
たんぱく質	14.7g
脂質	19.2g
塩分	1.5g

作り方

- 1 お米は研ぎ、いつも炊飯器で炊く水の量よりすこし少なめにしておく
- 2 ベーコンは1cm角 玉ねぎ、人参、しいたけは粗みじんになり切り炒める
- 3 炒めたベーコンと野菜、Aの調味料をお米に加え、軽く全体を混ぜ炊く
- 4 炊き上がったお皿に盛り、あらかじめ作っておいた目玉焼きと刻んだパセリをのせ出来上がり

※一緒に野菜たっぷりのスープと食べるのがお勧めです

山形さくら町病院外来診療体制表

平成 26 年 4 月 1 日～(日・祝日休診)

	午 前					午 後			新患担当
	1	2	3	4	5				
月	横 川	加賀谷	後藤(朝)	後藤(夜)		後藤(夜)	坪 野	村 山	近 藤 田 中
火	(横 川)	広 瀬	田 中	後藤(夜)	近 藤	後藤(夜)	田 中	後藤(朝)	村 山 坪 野
水	横 川		村 山	中 谷		國 井	坪 野		國 井 加賀谷
木	横 川	広 瀬	田 中	加賀谷		(広 瀬)	佐 藤	市 川	佐 藤 中 谷
金	横 川		國 井	後藤(夜)	近 藤	後藤(夜)	中 谷	(竹 中)	後藤(朝) 市 川
土	当番医			後藤(夜)					

受 付 時 間	月曜日～金曜日	午前 8時30分～11時00分 午後 1時30分～2時30分
	土曜日	午前 8時30分～11時00分
初診受付時間	月曜日～金曜日	午前 8時30分～11時00分

精神科デイケアセンター エスポアール

通 所	利用時間	食事の有無
デイ・ケア	午前 9時～午後 3時	食事 有り
ショートケア	午前 9時～午前12時	食事 無し
	午前12時～午後 3時	
ナイトケア	午後 4時～午後 8時 月・水・金曜日	食事 有り

重度認知症患者デイケアセンター 悠ゆう

午前10時～午後 4時

地域活動支援センター おーる 相談支援センター おーる

午前 9時～午後 5時 月曜日～金曜日

就労継続支援事業所 ステップアップ霞城

午前 9時～午後 4時



山形さくら町病院

精 神 科

心療内科

<http://sakuracho.net> 24 時間対応可能

☎023-631-2315 (代表) 山形市桜町 2-75

- 受付時間**
午前8:30～11:00
午後1:30～2:30
土曜 午前中のみ
- 休 診 日**
土曜午後
日 曜 日
祝 日
- 精神科デイケアセンター
エスポアール 625-7141
 - 認知症患者デイケアセンター
悠ゆう 631-2334
 - 地域活動支援センター
おーる 647-4266



上山病院外来診療体制表

平成 26 年 4 月 1 日～(日・祝日休診)

	午 前 精神科・心療内科				皮膚科	午 後	
	(再 診)	(初 診)	(再 診)	(再 診)			
月	江 口	阿 部	富 田	渡 部		阿 部	また
火	石 井	大 堀	山 崎			大 堀	は
水	江 口	山 崎	村 岡	大 堀	高 畠	山 崎	当
木	富 田	村 岡	渡 部	峯 田		村 岡	直
金	江 口	石井・渡部	阿 部			石井・渡部	医
土	午前のみ 担当医 (江 口・富 田・大 堀・村 岡)						

診 療 時 間	午前 8:30～12:30	午後 13:30～17:00
受 付 時 間	午前 8:30～11:30	午後 13:30～15:30

専 門 外 来 診 療	認 知 症 (もの忘れ)	村 岡
	児 童・思 春 期	石 井 渡 部
	アルコール依存症	大 堀
	● 専門外来は、予約制となっております。 ● ご予約・お問い合わせの時間は、平日午前10時から午後4時までとなっております。 ● 電話でご予約いただけます。 電話023-672-2551	

デイケアセンター

精神科デイケアセンター むづれば	月曜日～金曜日 開所しております。 月曜日～金曜日の祝日も開所いたします。
重度認知症患者デイケアセンター あららぎの里	祝日を除き、開所しております。



上 山 病 院

精 神 科

心療内科

内 科

皮 膚 科

<http://kaminoyama.org> 24 時間対応可能

☎023-672-2551 (代表) 山形市金谷字下河原 1370

- 受付時間**
午前8:30～11:30
午後1:30～3:30
土曜 午前中のみ
- 休 診 日**
土曜午後
日 曜 日
祝 日
- 精神科デイケアセンター
むづれば 672-8398
 - 認知症患者デイケアセンター
あららぎの里 672-2850
 - 訪問介護ステーション
あららぎ 672-2556
 - 介護支援事業所 代 672-2551

