

ずっと、そっと、想いのそばに。医療法人 芙蓉会



ふようトーク

特集 チーム フロンティア

「手と手を取り合いながら開拓を目指す
共に暮らせる地域生活のために」

表紙写真：村上病院 リハビリテーション科 高谷成美

CONTENTS

- | | |
|-----------------------|---|
| ■ふようトーク…………… | 特集 チーム フロンティア
「手と手を取り合いながら開拓を目指す 共に暮らせる地域生活のために」 |
| ■芙蓉会病院デイケアのご紹介…………… | 精神科デイケアからのお知らせ |
| ■となりのアート…………… | 芙蓉会病院のアート作品紹介 |
| ■栄養士のれしびのーと…………… | りんごとさつま芋のヨーグルトケーキ |
| ■RakuRaku エクササイズ…………… | 座ったままでできる指体操① |
| ■芙蓉会ものがたり…………… | 第3話 ～ 三代目 村上 正一 ～ |
| ■2024 年 | |
| 法人設立 60 周年を迎えます…………… | 60thロゴマークをつくりました |

ふようトーク

手と手を取り合いながら 開拓を目指す

共に暮らせる地域生活のために

精神医療

「入院治療から地域生活へ」

2004年に厚生労働省は「精神保健医療福祉の改革ビジョン」として「入院医療から地域生活中心へ」という方策を示しました。そして日本の精神医療の変化をもたらすため、次のような目標を掲げました。

- ・「精神疾患は誰もがかかりうる病気である」ということへの認知度を上げ、一人ひとりが精神疾患を正しく理解し、自分自身の問題と考え、行動する社会を目指した意識の改革
- ・受入条件が整えば退院可能な者は約7万人とされており、医療と地域生活支援体制の協働の下、地域生活への移行を促すこと

これを境に「地域移行（※）」の流れは大きくなりましたが、「精神保健医療福祉の改革ビジョン」が打ち出されてから20年以上近くたった今もなお、日本の精神医療における入院の長期化は続いています。

※地域移行…精神疾患を抱えた方も、一人ひとりが自ら選んだ住まいで安心して、自分らしい暮らしを実現すること

地域移行はハードルが高い？

私たち芙蓉会病院でも入院患者様の約半数が1年以上の長期入院を余儀なくされています。ではなぜ入院が長期に及び、地域移行がスムーズ

に進まないのでしょうか。

疾患の内容により治療に多くの日数を要することはありますが、その他の要因としては、地域において精神疾患に対する正しい理解が浸透しきれていないことも挙げられます。

「退院支援」を、 そしてその先の「地域移行」へ

今の時代、メンタルヘルス上の課題はごく身近にあります。

私たち芙蓉会病院は、「精神疾患を抱えた方も、誰もが安心して暮らすことが出来る地域生活を目指していきたい。病院が中心となるのではなく、地域生活が中心となるスタイルを当たり前としたい。そのための一歩として退院支援を、そしてその先の地域移行に取り組んでいきたい」と考えました。

その答えとして

「多職種連携チーム、チームフロンティア」

長期入院への退院支援においては、多職種でのチームアプローチが有効であるといわれています。そこで私たちは地域の相談支援事業所の方々とともにチームを結成。こうして誕生したのが「チームフロンティア」です。

多職種連携チーム 「チームフロンティア」

退院支援の取り組みにおいては、治療だけではなく、患者様が抱える生きづらさへの介入や支援も必要であり、多職種スタッフがお互いの役割を理解し、連携することが必要不可欠です。

青森市内には、患者様が地域で生活することを手助けをしてくれる相談支援事業所のスタッフの方々がたくさんいらっしゃいます。そこで退院支援、地域移行に関する意見交換を重ねていき、平成30年に「チームフロンティア」を結成しました。

この活動を病院内だけではなく、地域へも輪を広げることで、より大きな力となると考え活動してきました。

「地域」と「病院」とのつながりを大切にしていきたい

退院促進活動だけにこだわらず、まずは患者様がどんな話題でも話せる機会や場となるよう、病棟内に専用ブースを設け対面形式で行う「なんでも相談会」を開催しました。地域にも気軽に相談出来る支援者がいることを知ってもらいたいという思いもありました。

またその他にも、参加する方が不安や緊張なく、穏やかな雰囲気の中で雑談できる「なんでもカフェ」の開催、地域にある施設を撮影した映像を上映する「社会資源上映会」など、「地域」と「病院」とのつながりを大切にしてきました。

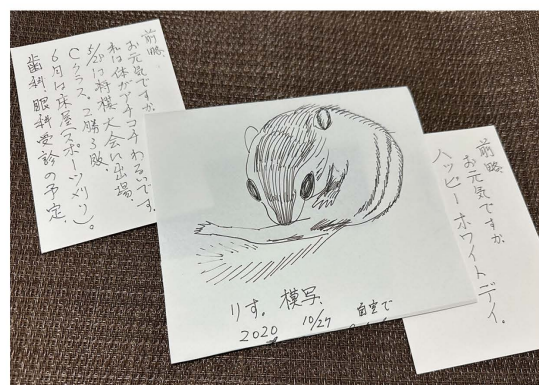
実際にこの活動を通して、長期入院から退院された方々も多くいらっしゃいます。退院後の地域生活は何かと大変なこともありますが、それでも退院した方々は自分らしさを大事に、地域の中で過ごされています。

長期入院されている方々の「退院したい」という声に耳を傾け、その想いを実現させて

いくことが私たちの役割であり、今後も病院から地域へスムーズに移行できる方法を「地域」と「病院」とともに考え続けていきたいと思えます。これからも私たちは、患者様の希望を叶えるために、新たな可能性を開拓していきます。



相談会の様子



退院し地域で生活されている方からのお手紙

「チーム フロントア」についての質問

Q1. フロントア結成の目的は？

竹浪 単なる「病気の治療」という視点だけではなく、退院した後、よりその人らしい生活とは何かを患者様とともに話し合い、それを可能な限り実現させることが必要だと思っています。それを叶えるための取り組みこそが、この「チーム フロントア」の存在意義であると感じています。

Q2. 多職種連携とありますが、具体的にどういう方々がどのように関わっていますか？

斎藤 芙蓉会病院からは、医師はじめ、看護師、作業療法士、精神保健福祉士が主にチームメンバーとして活動しています。それぞれの職種が自分の役割を意識し合い、手と手を取り合うことで、大いに力を発揮することができると考えています。

工藤 医師の役割として、まずは薬物療法や精神療法で患者様の状態が安定することが大切だと考えています。そのうえで、地域移行に向けてのプロセスを在院中の早い時期から意識し、患者様、家庭を含め他の職種と情報を共有し、早期の退院を目指していきます。

江戸 看護師は患者様と接する時間も多く、患者様に一番近い存在だと思います。その利点を活かして、患者様の想いを汲み取り、代弁者として発信しています。医療従事者だけで多職種連携を語るのではなく、患者様本人がチームの中心にいてこそその退院支援だと考えています。

竹浪 作業療法士としての強みは、患者様ご本人の作業能力を詳細に捉え、ご本人が難しいと感じている部分をプログラムで練習できることです。退院後の生活を想定し、入院中に実際に練習することができるということは患者様の退院への不安軽減にも繋がると感じています。

斎藤 精神保健福祉士は、病院の中で一番地域に近い存在だと思います。地域と病院が手と手を取りあい、患者様が安心して地域で暮らせるつながりを支援することや、ご家族や地域の方々にも安心を届けられるようなつながりを作っていくことが役割だと思っています。

Q3. 一般の方々が、精神疾患について知るための啓発活動などがありますか？

斎藤 以前は、一般の方々へ向けてボランティア募集をし、精神疾患への講義とデイケアでの活動に参加していただく取り組みなどがありましたが、コロナ禍で、そうした活動は減っている現状があります。しかし一方で地域包括支援センターと意見交換しながら、民生委員や地域の方々へ向けた精神疾患の講演等の機会をいただくことも徐々に増えています。このような活動を通して、身近にあるメンタルヘルスへの課題に対して、病院として出来ることに取り組んでいけたらと思います。

Q4. 地域に住んでいる方々は、どのようなことを心がけるとよいのでしょうか？

工藤 退院された患者様を『見守ってほしい』、この一言を皆様へお伝えしたいです。
また、精神疾患への正しい情報・知識を身につけていただければ願っています。



回答した チーム フロンティアメンバー

患者様本人を取り巻く環境はとても大事だと思います。それぞれの職種が、患者様が環境に適応できる条件や方法を専門分野から提案することにより、その人らしい地域生活の実現に繋がると考えます。

しかし、その中では様々な不安が患者様だけではなく、地域の方々にもあるでしょう。そこを一つずつ意見交換しながら、ともに暮らすよりよい地域生活環境の共有を目指していきたいです。

Q5.「チームフロンティア」として、 これから目指すものは？

江戸 誰もが安心して生活出来る社会にしていくには、もっとたくさんの色々な役割を持った方々と力を合わせる必要があるでしょう。訪問看護やデイケア、保健所や市役所など、まだまだ活動の幅を広げていく余地があると思います。

斎藤 退院＝ゴールという訳ではありません。大切なのは、患者様のその後の人生にも目を向けて、多職種連携という大きな力で支援していくことだと思います。

いま、この記事を読んで下さった皆様と一緒に、病院から地域へ、患者様の生活がスムーズに移行出来るような方法をともに考えていけたら嬉しいです。



医師

工藤 浩一

くどう ひろかず

治療で患者様の状態の安定を目指します



精神保健福祉士

斎藤 徳子

さいとう のりこ

病院・患者様・地域との間に立ち、安心できるつながりを作ります



看護師

江戸 走太

えど そうた

患者様に一番近い立場から、患者様の気持ちを汲み取り、周りに伝えます



作業療法士

竹浪 恭平

たけなみ きょうへい

作業療法を通し、患者様ご本人が地域で生活していくための不安を軽減します



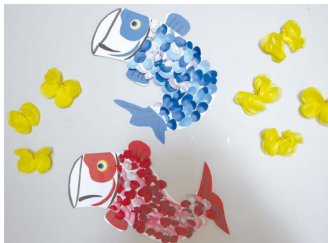
芙蓉会病院デイケアのご紹介

精神科デイケア 大規模デイケア

精神障害のある方が、再発防止や入院予防、社会参加などを目的に様々なプログラム活動を行う治療の場です。



ソフトバレーボール



創作活動



バイキング



外出行事

精神科デイケア 思春期プログラム

心の不調が原因で、人づき合いが苦手、家に閉じこもりがち、就学・就労したいが自信がないなどの悩みや問題を抱えた方(中学生～25歳)を対象とした少人数で行うプログラムです。



生活スキル向上プログラム



就労体験



施設見学

重度認知症デイケア シルバーデイケア

認知症の方が日中安心して穏やかに過ごせる場を提供しています。個別的・専門的なプログラムを作成し、心身の健康を維持し、在宅生活を継続していくために必要なケアを行うことを目的としています。医療保険で利用できる認知症デイケアです。



創作活動



外出



園芸

ご利用のご相談は
デイケアスタッフまで

デイケア相談員



小野

小笠原

種市

DCメール



DCブログ



デイケアブログも
やってるよ!



芙蓉会病院
マスコットキャラクター
FUYONくん

医療法人 芙蓉会 芙蓉会病院

TEL 017-738-2214 (代表)

平日 8:30～16:30

〒030-0133 青森市大字雲谷字山吹93-1

「いのち」

工藤 修子



画材：ケント紙、アクリル絵の具、ペン、パステル、鉛筆／サイズ：B1 (728mm×1030mm)
2020 Art to You! 第6回東北障がい者芸術全国公募展 アイリスオーヤマ賞 受賞



作者：工藤 修子
KUDO NOBUKO

新型コロナウイルスが蔓延し出した頃、その脅威を感じながら制作していました。制作している一ヶ月の間、冷静であることが良いことなのか、はたまた感情に身を委ねることが良いことなのか、たくさんの思考が頭の中を駆け巡りました。多くの感情を湧きあがらせながら描いていくうちに、「いのち」というひとつの主題へ向かっていることに気がつきました。ぶつかり合う感情の波、自然界と人間界、生き物の生命力。そうしたものを散りばめて描いていきました。この絵は、明日の見えない日々の中で、私が自問自答した証にもなる気がします。

絵を見た人の感情が揺れ動くことがあったら嬉しいです。



砂糖を使用しないため
カロリー控えめで
やさしい甘さのケーキ!

栄養士のれしぴのーと

りんごとさつま芋のヨーグルトケーキ

りんごとさつま芋の ヨーグルトケーキ

テーマ「県産りんごとさつま芋で
簡単ケーキ！」

【作り方】

- ① りんごは皮を剥いて1cm角に切る。さつま芋は、洗った後皮付きを1cm角に切る。
- ② 卵・サラダ油・ヨーグルトを混ぜ合わせる。
- ③ ②に薄力粉とベーキングパウダーを網目の細かいざる等でふるいながら入れ、粉っぽさがなくなるまで混ぜ合わせる。
- ④ ③に①を入れる。
- ⑤ ④をパウンドケーキの型に流し込む。
- ⑥ 180℃に予熱したオーブンで 20 ～ 25 分焼く。(竹串を使って生地が付かなかったら完成)

【材料】※パウンドケーキの型

縦6.5cm×横17.5cm×高さ4.5cmの場合

・りんご	60g
・さつま芋	50g
・薄力粉	85g
・ベーキングパウダー	4g
・卵	1個(60g)
・サラダ油	3g
・ヨーグルト	30g

★1切れ(6等分)の

エネルギー 95kcal

Point

・生地をふくらませたい場合は、混ぜ過ぎないようにさっくりと切る感じで混ぜ合わせましょう。

椅子に座った姿勢で行います。背もたれを利用しても良いですが、可能な方は背中を伸ばし、背もたれを使用せずに座って行ってみましょう。

手のひら押し体操

- 1 手のひらの中央を、反対の親指の腹で押す
- 手のひらの中央が少しくぼむ程度の力で押す

親指



- 2 人差し指・中指・薬指・小指も、同じように押す

人差し指



中指



薬指



小指

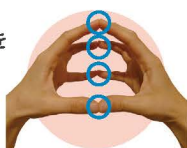


指先の力を鍛える運動です。手のひらの中央を1本ずつ手のひらと反対の指で3~5秒程度押しましょう。手のひらの中央が少しくぼむ程度の力で10~20回ずつを目安に行いましょう。

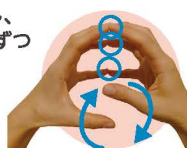
指回し体操

両手の指先同士をくっつけて、手の形を丸くドーム型にします。各指を1本ずつ対になっている指を離して互いに触れないように回します。この時他の指先は合わせたまま離れないように注意しましょう。内回しと外回し、それぞれ10回ずつを目安にしましょう。親指・人差し指・中指・薬指・小指をそれぞれ行います。

- 1 両手の指先同士をくっつけ、手の形を丸くドーム型に



- 2 内回しと外回し、それぞれ10回ずつを目安に回す



回していない指は合わせたまま

- 3 人差し指・中指・薬指・小指も、同じように回す

指離し体操

左右の手のひらを合わせます。親指から順番に1本ずつ指を離しては元に戻します。親指・人差し指・中指・薬指・小指の順に離し、次に小指から逆の順番で親指まで離して戻すを繰り返します。

- 1 左右の手のひらを合わせる



- 2 親指を離す



- 3 親指を戻してくっつける



- 4 同じように人差し指・中指・薬指・小指の順に離しては戻す

- 5 次に、小指・薬指・中指・人差し指・親指と、逆の順番で繰り返す

指で綱引き運動

左右の同じ指を曲げて組み、左右に引っ張り合います。親指・人差し指・中指・薬指・小指の順でゆっくりと1回ずつ、指が離れない程度の強さで引っ張りましょう。



指をカギのように曲げて引っかけ、引っ張る

体操中は息を止めないように、数を数えながら行いましょう。また、体調不良の場合や痛みがある場合は無理せずに中止してください。



RakuRaku
エクササイズ

14

座ったままでもできる指体操 ①

体操の目的と効果

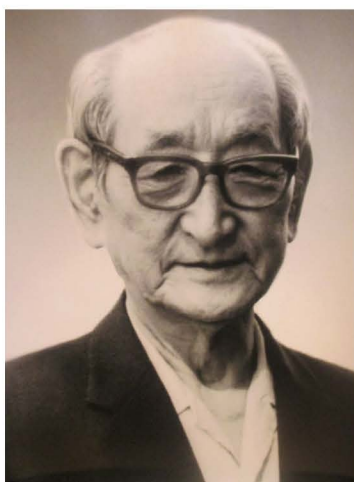
今回は道具などを使わずでも座ったままでもできる指体操をご紹介します。人間のからだの中でも指先は非常に感覚が敏感な部位です。指を効果的に動かすことで、筋力を鍛えるだけでなく細かい作業での巧緻性の向上や脳の活性化にも良いとされています。簡単に始めやすい体操ですので、楽しみながら行ってみましょう。

巧緻性
UP

脳の
活性化



芙蓉会ものがたり 第3話



3代目 村上 正一

(むらかみ しょういち)

二代目不二の長男として生まれた正一は、昭和12年村上醫院に勤務。昭和33年に村上病院（一般病床85床）を開設します。その後、青森市四ツ石に*三楽診療所（内科・小児科）を開設。東京オリンピックが開催された昭和39年の12月には医療法人芙蓉会を開設し、初代理事長に就任しました。昭和43年10月三楽診療所を廃止し、三楽病院開設（精神科・神経科）、昭和45年2月村上病院を医療法人芙蓉会へ合併。平成6年6月には老人保健施設ニューライフ芙蓉を開設するなど、医療法人芙蓉会の基盤を作りました。

*三楽とは

中国の戦国時代中期の儒家・思想家である孟子の言葉で「君子に三楽あり」で始まります。要約すると概ね以下のようになります。

君子には3つの楽しみがある。

1. 父母が健在で兄弟全員が健康であること
2. 天にも人にも恥じることのない生き方をしていること
3. 優れた才能の持ち主を見つけ教育する機会を得ること

「三楽」には、初代愛吉の「人々の命を守り 地域の役に立ちたい」という想いに通じるものを感じます。

次号に続く

医療法人芙蓉会は、 2024年に法人設立60周年を迎えます。

節目の年を迎えるにあたりロゴマークをつくりました。



モチーフは「芙蓉の花」

そして、テーマは「歴史・新しさ・未来へ」です。

線の重なりで歴史の積み重ねを、

数字0の質感の変化で多様性と新しさを、

数字6の右上に伸びる線で未来へ続く様子を表現しました。

医療法人芙蓉会はこれからも、みなさまと共に、

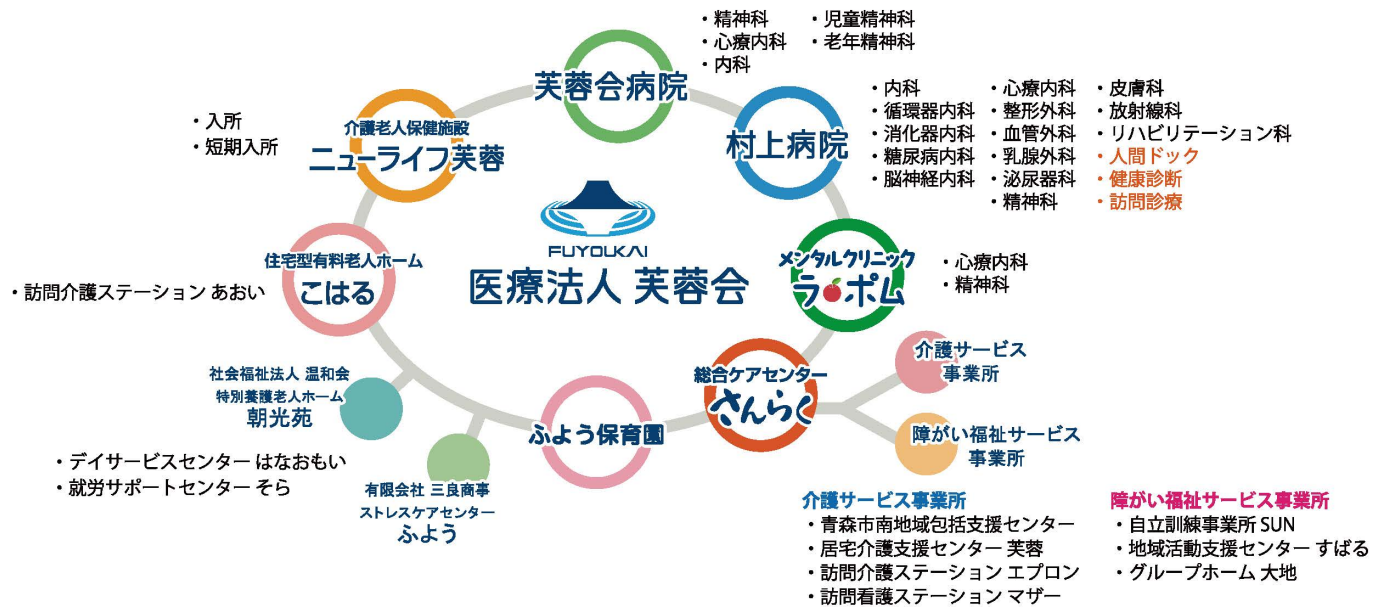
ずっと、そっと、想いのそばに。医療法人 芙蓉会

【理念】

入所している方とご家族も安心して医療・介護を受けられる地域に必要とされる施設を目指します

【芙蓉会グループのネットワーク】

一人ひとりの患者さま、利用者さまの状況に合わせた医療・介護・福祉サービスを提供できるように、各施設が互いに協力し合うネットワークを結んでおります。



【交通のご案内】



- 芙蓉会病院
- 村上病院
- メンタルクリニック ラ・ポム
- 介護老人保健施設 ニューライフ芙蓉
- 住宅型有料老人ホーム こはる
- 総合ケアセンター さんらく
- ふよう保育園

青森市大字雲谷字山吹 93-1
 青森市浜田 3 丁目 3-14
 青森市緑 3 丁目 9-2 (サンロード 1F)
 青森市妙見 3 丁目 11-14
 青森市大字四ツ石字里見 76-1
 青森市妙見 3 丁目 11-14
 青森市浜田 3 丁目 3-49

TEL: 017-738-2214
 TEL: 017-729-8888
 TEL: 017-718-8277
 TEL: 017-728-2200
 TEL: 017-728-1226
 TEL: 017-728-2201
 TEL: 017-763-5776
 FAX: 017-738-2249
 FAX: 017-729-8887
 FAX: 017-718-5260
 FAX: 017-728-2203
 FAX: 017-728-1227
 FAX: 017-728-3452
 FAX: 017-739-2263

グループ施設

- 特別養護老人ホーム 朝光苑
- ストレスケアセンター ふよう

青森市横内字亀井 245-1
 青森市花園 1 丁目 25-20

TEL: 017-764-5117
 TEL: 017-718-2566
 FAX: 017-764-5118
 FAX: 017-718-1533



医療法人 芙蓉会のホームページをご活用ください

■ 各施設情報 ■ 活動報告 ■ ブログ ■ イベント情報 ■ 求人情報 など

随時更新中 <http://www.fuyoukai.or.jp/>

芙蓉会

検索



本誌に関するお問合せ：広報企画課 017-764-1815 kouhoufuyou@fuyoukai.or.jp