

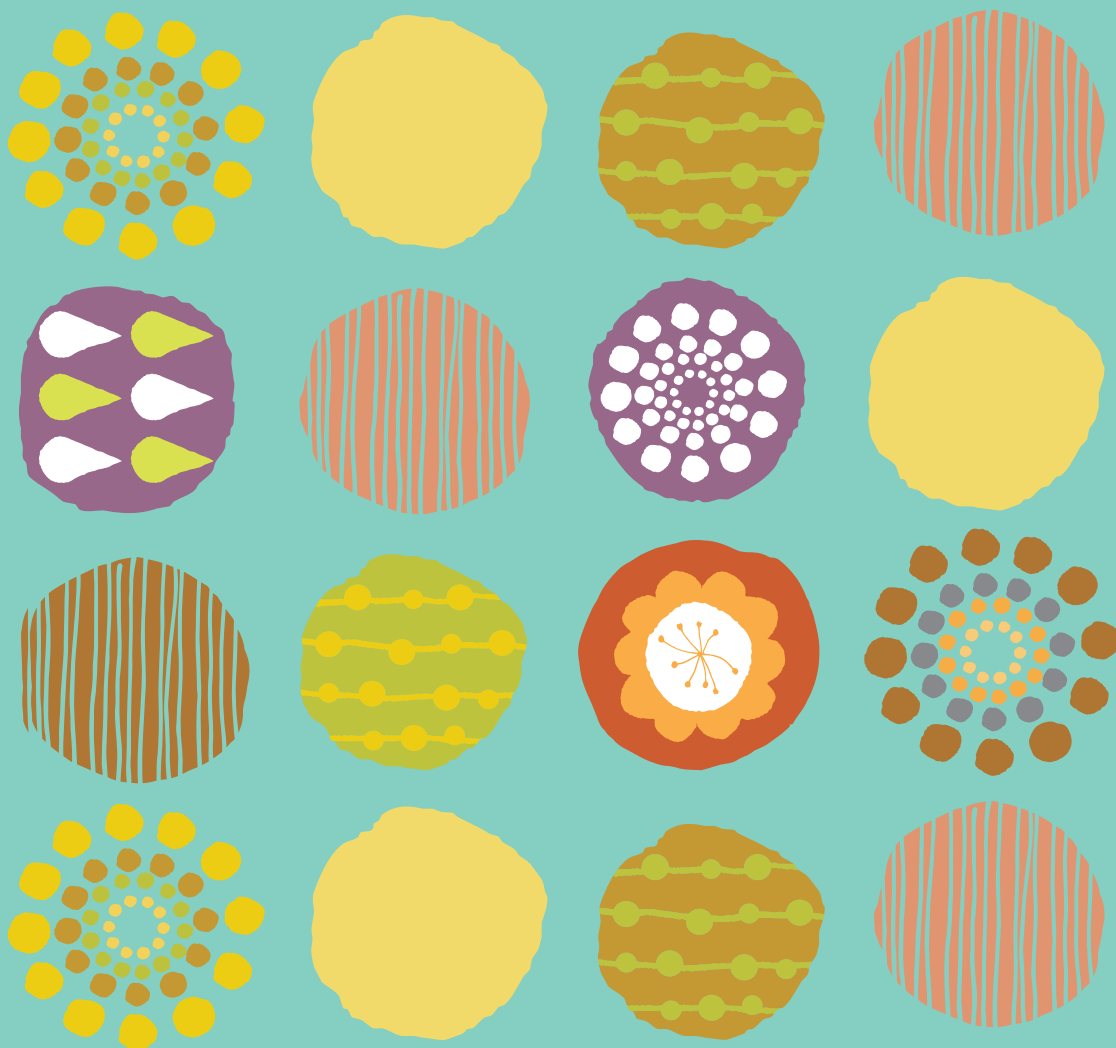


FUYOUKAI

医療法人 芙蓉会

からだとこころが休まる本

| 08



地域に開かれた 精神科医療を 目指して

村上 拓也

医療法人芙蓉会 理事長
こころのケアセンター
ふよう 院長

×

中村 和彦

弘前大学大学院医学研究科
神経精神医学講座 教授

令和6年度の厚生労働省白書は

「心の健康と向き合い、健やかに暮らすことのできる社会」がテーマでした。

そのためには「もっと地域に開かれた精神医療」が必要ではないか。

地域の高度かつ専門的な医療を担う国立大学附属病院教授と、
地域に根差した医療を実践する医療法人理事長、それぞれの立場から語り合いました。

大学付属病院

地域における役割

中村）青森県の中に国立大学病院は一つしかありませんが、それがこの弘前大学医学部附属病院（以下弘前大学病院）です。もともとは青森市にありましたが、戦後にこちらに移ってきました。

そういう中で、地域の方々と連携しながら病院運営をしてきたという伝統があり、地域の人たちからの期待と信頼を強く感じます。市民の方々からの意見も活発に寄せられ、地域の住民と大学の職員が切磋琢磨しながら盛り上げてきたというのがこの弘前大学病院の特徴であり非常に良いところだと感じています。

その中で精神科という一つの分野でのお話をさせていただきますと、総合病院の中の精神科というのは青森県にはあまり多くないのが現状です。特に入院病棟があるというところが少ないのですが、入院の病床があるということは、その役割もまた少し変わってきます。

この地域では、入院を伴う精神と身体の合併症を診てくれる病院が少

ないということもあり、そういった患者さんを受け入れ診療できるのが最大の特徴ではないでしょうか。

高度医療機関としての役割

中村）そうですね、例えば、いまでは治療抵抗性統合失調症の治療薬として使用されているクロザリル^{※1}ですが、一般病院で使用できる体制が確立される前に、まず総合病院で使って治療しながら、合併症や副作用などの検査をしてデータを積み上げていくという役割があります。その後、重篤な副作用も少なく、総合病院でなくともある程度地域の病院でも診ていけるという流れになったわけです。

※1：クロザリル：治療抵抗性統合失調症の治療薬として承認された抗精神病薬

民間病院

心の健康を維持するために

村上）4月から精神科の芙蓉会病院を「こころのケアセンターふよう」（以下当院）と院名を変更したのですが、これは普段私が感じていることと深くつながりがあります。

当院に寄せられる声というのは、

本場に「町のお医者さん」ということを要求されてるんだらうと感じています。より高度な医療というよりも、ですので、地域の方々にもっと寄り添いたい、もっと地域に開かれた病院にしたい、精神科医療への偏見をなくすことに力をそそぎ、その延長線上により住みやすい地域になればという「町のお医者さん」としての気持ちを反映しています。

例えば大学病院では、5歳児検診ですとか、弘前市内で取り組まれていたわけで。そういったことをやるにはマンパワーも必要なんですけども、民間病院にはなかなかなくて、やりたくてもやれない。でも大学病院は大学病院としての役割としてやってくださっている。役割分担があるのかなと。

ちょっと話が今後の展望に飛んでしまふのですが、当院では、オンライン診療を6月（2025年）から開始しようとしています。あと^{※2} rTMSも6月から取り組もうと思っています。また、私自身アルコール依存は診てきましたが、その延長でギャンブル依存も扱っていければ



なと思っています。そういった新しいことを取り組んでいきたいと考えています。

※2：rTMS：脳に繰り返し磁気刺激を与え特定の脳の活動を変化させ、うつ病の症状を緩和する治療

もうひとつのテーマとして「子どもの精神医療」がありますが、昨今ニーズは多い反面、受け入れ側の絶対数が足りていないと感じています。いま私が考えているのは、専門じゃなくても我々医師が少しやれる範囲でやらないと、多分追いつかないだろうなと思っています。そういった面で児童精神を専門とする先生と

今回の対談につながりました。

児童精神 目指すきっかけ

中村) 私は、香川医科大学(当時)の精神科に入局しました。入局したときに指導医が付くのですが、私に付けてくださった指導医の先生が、藤岡邦子先生。じつはこの弘前大学の精神科出身の先生なんです。この弘前大学の精神科とか、その他の地域において児童精神医学をしておられた先生です。弘前大学で、兼子先生のところで博士号を取られて、その後香川に行かれて、ちょうど私が卒業したときに、藤岡先生がそこで

助手で働いておられて、それで昔よくオーベン(指導医)って言っていました。今で言うところ専門医研修ですかね、その師匠だったわけですね。

当時、藤岡先生は児童精神の専門家で、「児童精神科外来」というのを香川医大で立ち上げてやっておられて、発達障がいの子供さんをもつお母さん方の面接をしていました。そこで僕らは指示されて、発達障がいの子供たちで一つのグループを作りました。プレイセラピーの名の下に、大学にある公園で子供たちと一緒に鬼ごっこしたり、サッカーしていました。1時間くらいなんですけども、そうやって子どもたちと過ごして、ソーシャルスキルトレーニングとまでは行かないのですが、そこで子供たちがいろいろ遊ぶことによって、例えば鬼ごっこをした時に公園の小山に登って他の子を押したりするから、そんなことしたらだめだよとか、基本的なそういうことを伝えました。スキルまでとはいかないんですけども。そんなふうに子供たちと遊んでいました。

心理の先生と私と、そのほかの同

僚たちと一緒に遊んでいるうちにお母さんたち面接が終わるんです。そんなことを香川にいた時はやっていました。

このような形で子供とかかわる機会を藤岡先生に作ってもらって、それで子供を診るようになりました。

出発点

中村) そうですね。藤岡先生に指導を受け、それで『日本児童青年精神学会』という児童精神医学の学会があつて、藤岡先生と一緒に同僚たちと学会に出かけるのですが、そこで学会発表をします。毎年のように出かけ同僚と発表したり、藤岡先生が児童精神の専門家であつたということがきっかけで先生の下でいろいろ教えてもらつて児童精神を始めたということですね。

児童精神の状況や傾向

中村) 以前はなかなか精神科というと敷居が高くて、学校の先生も行つてほしいなと思つても、精神科に行つてみたらとか言えない時代でした。

1990年は児童精神の外来を

やっているところが日本であまりなくて、大学でもやっているところが結構少なく、子供も診るという精神科医が少なかった時代で、なかなかそういう子供たちが精神科に来なかった時代でした。

今は30何年も経つと変わり、学校の先生が「精神科を受診したら」とおっしゃる時代になりました。不登校の子供たちも病院にきます。そして発達障害の啓蒙活動が20年ぐらい前から進んで、発達障害者支援法(2005年4月施行)というのができて、自閉症の子供たちをちゃんと診断をつけて、療育につなげるとい

うようなことが日本中で行われるようになり、多くの子供たちが受診するということになりました。有名な先生は受診まで2年待ちとか3年待ちのような状態でした。それだけ児童精神科医が少ないということと、児童精神科医を養成していかなければいけないという状況が続いています。私も児童精神科を養成しようとしてきましたが数が増えず患者さんは増えてきました。何ヶ月待ちつてというのが日本の現状です。いまでも児童を診てくれるところは数も少なく私どものところもお待ちいただいています。



受診者増は

受診への敷居が下がったから？

中村）敷居が下がったというよりは、そういう子供に対して、「医学で何ができる」ということが一般の方々が知る機会が増えてきたということでしょうか。

例えばADHDであれば薬物治療もあるし、自閉症も認可される薬がある。「早く療育を受ける必要がある」とか、「早く診断をつけてもらわないといけない」とかお母さん方は存じです。以前は早く診断をつけることがなかなかできない時代があつて、乳幼児期に小児科を受診しても、様子を見ましようというのが多かった。20年、30年前は。様子を見ている間にどんどん状況が悪くなっていきました。

いまはいろいろなツールができて、早く診断ができるようになり、早く診断して早く療育活動につなげられるようになりました。ゆえに医療が何かできることがあるとお母さん方はよくわかってきて。そういうこともあつて受診される子供の数が増えてきました。

民間病院

児童精神へのかかわり

村上）私自身児童精神をずっとやってきたわけじゃないので、例えばそのお母さんや保護者の方のメンタルが安定すれば、子供も安定することがあります。子供の特性をどうするか、という話とは違いますが、様々な寄り添い方があると思うので、十分お手伝いできるのかなと思います。今後、そのように困ってる保護者の方が来やすい病院になるようにしたいと思つて、病院名を変えたところもあるんですね。

中村）先生がおっしゃるように、ここが重要ところで。いま、^{※3}ペアレントトレーニングなど各地で啓蒙活動を行っています。青森でもそうなんですが、発達障がいのある子供の保護者がそういった関連のプログラムなどに参加するようになったので、いい時代になったと思います。

※3…ペアレントトレーニング…発達障害の子供の行動変容を目的とした養育スキル獲得のための保護者向けプログラム

村上）そういう意味で、いろいろご指導いただきながら連携をとつてい

けたらと願っています。

中村）児童精神も民間で児童精神科病棟を持つてる精神科の病院も結構多くなりました。静岡や香川の方でも民間病院で昨年こども専門の病棟をつくられました。そして、子どもデイケアは民間で盛んです。

残念ながら青森県には子どものデイケアやっているとところが少なく、子ども専門の病棟がないので、これからの課題と思っています。

これからの展望

児童精神分野へのかかわり

中村）そうですね。今後は民間病院が主体になると思いますが、やろうと思うとどんどん積極的にできると思います。公的なところは規定があったり、人間的なところ、予算の関係など色々難しいですが、民間だと自由に自分たちで思ったようにできるというメリットがあると感じています。特に不登校の子供たちの居場所がいま少ないので、そのような取り組みもより求められると思います。

教育支援センターに「適応指導

教室」というのがありますが、そういうところにすら行けない子供たちが集い、保護者が頼れる場所がまだ青森県には少ないので、民間主体でそのような集う場所ができるというのがなと思います。

村上）そういうのをお手伝いしたいと思っていて、テーマから逸れるんですけど、どうしても私の病院って山の中にあるので、なかなか子供たちを親が連れてくるのも大変ですし、放課後デイとか結構、街中に出てきてますよね。ですので今後、私たちがそういうことをするんだとしたら、場所を考えなきゃいけないなあと思っています。

中村）そうですね。よくあるパターンだと、民間病院が街の中にサテライトをつくっています。僕の後輩の病院も児童精神科のサテライトをやっています。子供のサテライトクリニックですね。やはり柔軟性のある民間病院がいろんなことをやっています。

いま子供のゲーム課金問題、SNSなどに伴う問題が取りあげられています。なかでもゲームなどで生活が

乱れています。それを修正する場所が必要です。入院とまではいかななくても合宿などがあってもいい。旅館や宿泊施設で3泊4日泊まってネットのない生活をする。子供たちの居場所を作ったり、入院までは必要がない子供たちの治療の場所や、治療までいかないけども子供たちの活動の場所をつくるのが民間に期待されます。

村上）合宿のような取り組みですと、必ずしも医師が主体じゃなくてもいいですね。

中村）そのような取り組みは医師が主体にはなっていない場合が多いです。

医者がいなければいけないということはなく、心理士とか福祉関係の方とかが主体で生活のリズムを整える場所を提供したり、居場所作りでしょうか。

村上）マンパワーさえあればやれそうな気がしてきました！

今後とも御指導よろしくお願ひします。



村上 拓也

医療法人芙蓉会 理事長
こころのケアセンターふよう 院長

【取得資格】

日本精神神経学会精神科専門医・指導医
精神保健指定医
臨床心理士



中村 和彦

弘前大学大学院医学研究科
神経精神医学講座 教授
弘前大学付属病院 神経科精神科 科長

【取得資格】

日本精神神経学会精神科専門医・指導医
精神保健指定医
日本児童青年精神医学会認定医
子どものこころ専門医機構専門医・指導医

こころのケアセンターふよう 精神科デイケア

当院で行っている精神科デイケアを
3回に分けてご紹介しています。

こころのケアセンターふようには3種類の精神科デイケアがあります。
最終回となる今回は、大規模デイケアをご紹介します。

居心地のいいデイケアを心がけ

「共にあり、共に歩く」がモットーです。

大規模デイケア

大規模デイケアは精神障害のある方が、社会参加などを目的に様々なプログラム活動を行う通所施設です。精神科リハビリテーション治療の一種で、精神疾患の再発防止や入院予防も目的の一つです。

利用者（メンバー）同士やスタッフとの交流もあり、対人関係の練習や精神的な安定を図っています。その他、就労や就学などの足がかりとしての役割も担っています。



創作物の数々



フットサル

デイケアでの活動を発信していますのでご覧ください。



【デイケアブログ】

医療法人芙蓉会 こころのケアセンターふよう
デイケア科

TEL 017-738-2214（代表）

〒030-0133

青森県青森市雲谷字山吹 93-1



【デイケア科について】

簡単スキマ体操

誤嚥予防に効果的なエクササイズです。スキマ時間にチャレンジ！

唾液を出して誤嚥予防

唾液腺マッサージで分泌を促そう

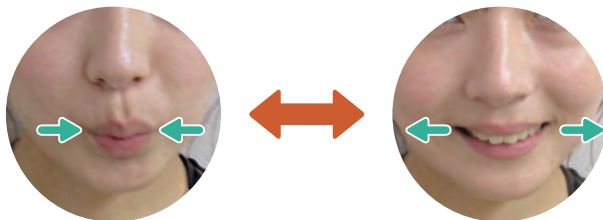
唾液には食べ物飲み込みやすくするだけでなく、消化作用、口の中の自浄作用、殺菌作用、粘膜の保護など、様々な作用があります。唾液の分泌を促すため、今回は口や頬を動かす体操をご紹介します。食事の前準備として行ってみましょう。

【口の体操①】



口を閉じてしっかり歯を噛み合わせた状態から、大きく口を開きます。10回ほど出来るだけ大きな動きで、開けたり閉じたりをくりかえしましょう。

【口の体操②】



口をすぼめたり、口を真横に引いたりをくりかえします。ゆっくり10回ほど取り組んでみましょう。

【頬の体操】



頬の中に空気を入れ、大きく膨らませます。その後空気は外に出し、頬を凹ませるように口をすぼめます。ゆっくり10回ほどくりかえしてみましょう。

県広報番組 みらい☆ルーキー (ABA 青森朝日放送) の取材をお受けしました

「みらい☆ルーキー」は、青森県で働く人やお仕事を紹介することも向け番組です。

今回は浜田地区にある村上病院で「理学療法士」として働く職員が取材をお受けしました。

理学療法士のお仕事紹介、また2026年に青森県で開催される青の煌めきあおもり障スポ（第25回全国障害者スポーツ大会）関連の内容となっています。

5月3日に放送済となっていますが、詳しい内容は下記のYouTube等でご覧いただけます。ぜひご覧ください。

【ABA青森朝日放送

YouTube公式チャンネル]

<https://www.youtube.com/@AbanetCH/videos>



【青森県庁ウェブサイト

テレビ広報番組アーカイブ（青森県広報広聴課）】

<https://www.pref.aomori.lg.jp/koho/tv/archive.html>



村上病院 新任医師 ～ 金澤医師のご紹介 ～

この春、村上病院に着任された金澤医師より、読者の皆様へのご挨拶をいただきました。

「2025年4月、村上病院に着任いたしました。

訪問診療と健康診断・人間ドック業務、一般内科、消化器内科を担当させていただきます。

これまで消化器内視鏡専門医として診療を行ってきましたので、その経験を活かした診療を行ってゆければと考えております。よろしく

お願いいたします。」

金澤 浩介
(かなざわ こうすけ)



【資格・所属学会】

日本内科学会 認定内科医

日本消化器内視鏡学会 専門医・指導医、東北支部評議員

日本消化器病学会

日本門脈圧亢進症学会

弘前大学医学部 臨床准教授



夏の思い出

小3の頃ひとりで東京の叔母の家に遊びに行ったことがある

そこには少し上の仲良しのいとこがいた
都営住宅だったと思うがエアコンはなく
今ほどではないものの暑いと思った

だから、毎日

プール遊びでキャッキャし

多少塩素の濃さに負けてはいたものの
暑さと戦えた

しかし…青森の水道水で育った私は
なんと東京の水道水をそのまま飲み
(その当時はあまり飲まないのが正解だったらしい)

お腹だけは東京と戦えなかった

だから、少し寝て休むことになった、そんな日
天井を見ていて私は目を疑う

大きなクワガタが飛んできて壁にペタッとくっついた
ほほほほーと思い捕獲しようとしたが

どうも様子が違った…その瞬間!

後ろから雑誌が飛んできて叔母がやつける
目を見開いた私にひとこと

「これ!ごきちゃん」

夏の思い出

ちいさな K

— 取材報告 —

～ 教授の熱い思い ～

4月某日、弘前大学大学院医学研究科 中村教授
にご協力いただき、当法人理事長 村上と「地域
に開かれた精神医療」をテーマに対談していただ
きました。

私たち編集担当にとって対外的な、そして国立
大学教授との対談取材ははじめてのことで非常に
緊張しました。それでも、いざ対談が始ると中村
教授のお話はたいへん貴重な、そして有意義な
もので、その場にいた全員が児童思春期分野に
対する教授の熱い思いをストレートに感じました。
気が付けば予定の時間を過ぎていましたが、教授は
その後の写真撮影にも快く応じてくださいました。

中村教授、また弘前大学大学院医学研究科神経
精神医学講座のみなさま、ご協力いただき本当に
ありがとうございました。

編集担当者一同

法人理念

いつも素直に
感謝のところで
一人ひとりに寄り添います。



【医療法人 芙蓉会ネットワーク】

こころのケアセンターふよう

村上病院

介護老人保健施設 ニューライフ芙蓉

総合ケアセンター さんらく

住宅型有料老人ホーム こはる

ふよう保育園

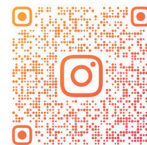


 Instagram \ follow me /

採用に関する情報も配信予定です！よろしくお願いします

@fuyoukai_saiyou_aomori

検索



@FUYOUKAI_SAIYOU_AOMORI