



広報誌「遊便」(第16号)  
 発行：医療法人 仁風会 八雲病院  
 発刊日：2019年4月吉日

## 巻頭言

意地にならずに日薬、目薬、人薬

医師 岡崎 哲也

精神科医療に携わる人に限らないと思いますが、難しいケースに関わったときに、ついつい自分の腕や能力を嘆いたり、患者さんのパーソナリティやその家族に問題があるのではと怒りが増してくることがよくあります。こんな時に、人間はせっかちになり、待つことができず、「Confronting」をしてみてください。「せっかち、短絡的な、短気な」着地です。こういったときに、「ネガティブ・ケイパビリティ」という言葉を思い出してください。「Positive」ではなく「Negative」です。例えると、救急救命の医師やナースは目の前の患者にテキパキとサクサクと対応することが求められます。勿論、そうして的確に治療すべきです。それを、ポジティブ・ケイパビリティとすれば、癌の末期だとか慢性疾患、長期入院病棟の看護者や医師、地域の訪問看護・診療医はその対応に、現在の医学では治してあげれない無力感にさいなまれがちです。こういった場合にも辛抱強く治療関係を維持しながら、短兵急に陥らないで待つ能力が※ネガティブ・ケイパビリティです。

「日薬」といって時間のなりゆきに任せながら、薄紙が剥げるかのように癒されて

いく。何事も時間が解決します。六ヶ月もたてば、最初の悩みも薄れます。「目薬」は、目にさす薬ではありません。誰かが自分を見てくれている、神でも、恩師でも、心からの友でもいいのです。人間というのはもろいもの、目薬があるからこそ、夫の浮気癖、嫁姑関係、子どもの病気や発達の遅れ、職場の対人関係の悩みにも耐えていけるのです。「日薬」と「目薬」、日と目で横棒が一本あるだけです。

最後は仲間(カメラート)やグループの力、つまり「人薬」です。僕は、誰かの何気ない言葉で励まされたりすることで「生きる力」を取り戻すことがあります。八雲の郷に集う人たちが力をあわせてお互いを励まし合うことで、素晴らしい病院ができるのではないかと夢想しています。

Castro Vieira・ラ・ヴィ  
 それが人生さ、生きるっていろいろあるよね!

(※「ネガティブ・ケイパビリティ 答えの出ない事態に耐える力」はなまきゆうせい 帚木蓬生著)

巻頭言	1	遊便第十六号…もくじ
特集 「リカバリー」	2	
法人内研修 法人内ランクラブ紹介	3	
法人アクセス	4	

# 特集

## リカバリー(回復)とは…①

リカバリー…「横文字はちょっと苦手」という方も多と思います。

しかし、今、日本はもとより世界中の精神障がい者を取り巻く環境の中で、大変なブーム、大きなキーワードとなっています。そこで、今回と次回(10月発行予定)の2回シリーズで特集を組みました。今回は、過日、当法人内で開催された家族教室において、リカバリーをテーマに取り上げましたので、その内容をご紹介します。読者の皆様にとりまして、この機会がリカバリーについて関心をお持ちいただく機会となり、理解を深めていただけると嬉しく思います。

2018年12月8日、当法人の地域活動支援センター、ピ・フレンディングにおいて、毎月定期開催している家族教室「家族の輪・学びの場」の特別企画として、意見交換会を開催しました。

テーマは、『それぞれの回復・リカバリーを考える～回復の過程～』。

まず、「リカバリー」についての説明から入りました。リカバリーという言葉が普通の辞書で調べてみると、「回復。復旧。とりもどすこと。」一方、精神保健福祉辞書で調べてみると、「病気や障害によって失われるものを回復する過程であり、人生の新しい意味と目的を作り出すこと。」とあります。「リカバリー」の概念は、1990年代にアメリカで生まれ、現在では、精神障がい者の支援を考える際に国際的な潮流となっていることをお話ししました。

その後、3人の発表者の方からテーマに沿って、お話をいただき、会場との意見交換をしました。

それぞれのお話の主だった内容を以下の4点にまとめていただきました。①発病前のご様子、②発病時のご様子、③発病後のご様子、④リカバリーした最近のご様子。

3人の発表者のうち、お一

人目は精神障がいのある当事者の方。以前は多飲やスマホ依存などで生活リズムが整わず日常生活がままならない状態でしたが、ご家族や周りの支援者のサポートもあり、今では一人暮らしをしながら、毎日就労訓練施設に通所できているというお話でした。

あとのお二人はご家族の立場でお話いただきました。お一人目の方は、お子さまが当事者であり、家族教室で学んだ、適切な対応方法を実践された結果、お子さまの回復に繋がった事例を発表いただきました。お二人目の方は、一度はお子さまと心中を考えたほど追いつめられた経験もありましたが、思いとどまって試行錯誤の上、今は、毎日笑顔で過ごせるほどに、リカバリーされたという報告でした。

御三方のお話の後、会場から多くの質問が出て、それぞれの発表者の方から、丁寧に応答していただき、大変実りの多い意見交換会となりました。

以下は、意見交換会の後にとりまとめたアンケートの結果を抜粋しています。

- ・体験談を聞いてよかったです。
- ・いろいろな立場の方がいることを知る機会となり、こうし

た会に出てこられるだけでも前向きなことだと思えた。

・3人のお話を聞いて、とても元気になりました。何か一つ見つけようと思います。ありがとうございました。

・今回のように、定期的に当事者と家族が交流できる場が欲しいです。

・3人の方のお話、涙が出そうな時もあった。

・初めて参加しました。これからも続けてください。

今回、リカバリーについて上記の通り意見交換会を開催しました。統合失調症などの重い精神障害の病を持っていても、それぞれ人は立ち直ることができ、人として尊重され、希望を持ちながら、社会に戻ることもできる。リカバリーのペースも形もそれぞれであること、大きなことばかりでなく小さなことも大きな価値があるということを確認できる会となりました。ご参加いただいた皆様、本当にありがとうございました。

(森脇)



イメージ  
(車椅子バスケット  
プレイヤーの  
リカバリー)

## 法人内 研修

# 不審者対応研修に参加して

2018年10月23日、並びに、同年11月12日の2日間、松江警察署の方の指導をいただきながら、法人の不審者対応研修、及び不審者侵入訓練を実施しました。

1日目の研修では、不審者対応における基本的な対応の留意点の説明や簡単な護身術の実技指導をしていただきました。

2日目では、法人不審者対応マニュアルに基づき、松江警察署の方にご協力いただき、実際に不審者が八雲病院外来に侵入したことを想定して、外来職員が初期の不審者対応を行いました。

その後、病棟・施設職員へ応援を要請し、不審者対応の訓練を行いました。

訓練においては、日常的なクレーム対応でも起こりうるような状況想定の中、不審者役の署員の方が次第に興奮し、凶器を出し職員を襲ってくる内容にて訓練を行いました。本番さながらの訓練で、参加した職員も貴重な経験ができる訓練となりました。

今後、法人全体において今回の研修会や訓練の内容をフィードバックし、有事の対応に活かせるように努めていきたいと考えております。

(狩野)



不審者が外来に侵入した想定で、対応する職員



警察署の方から総括を聞く参加者

## 松江城リレーマラソンでチームワークを発揮！！



チームワークの力で完走しました！

当法人の職員有志で結成されたランクラブチーム「ふあんらん」は、ひっそりとゆる〜く14名で活動を行っています。

最近の活動としては、3月24日に「第1回国宝松江城リレーマラソン」があり、6名で参加しました。

一周1.7キロのコースを25周(42.5キロ)、チームでタスキを繋いでゴールを目指します。二の丸公園をスタートし、階段を駆け上るところから始まるコースは、足場も悪く、生憎の雨の中のスタートで身体的にも精神的にも厳しいもので

した。

コツコツと自主練に励むメンバーや、練習中に負傷するメンバー、練習不足の者(私)とそれぞれ不安はありましたが、チームのTシャツを作り士気を高め、声を掛け合いメンバーで助け合いながら無事に完走することができました。

「ふあんらん」では、ランニングだけでなくウォーキングも行うメンバーも随時募集しています。今後もチーム名のように、楽しみながら健康的に、ひっそりとゆる〜く続けていこうと思っています。(川角)



わたくしたちは心の声を大事にします  
 わたくしたちは医療水準の向上に努めます

八雲病院

# 医療法人 仁風会

○八雲病院（外来診療時間午前中のみ）

平日8：30—12：30／土 8：30—12：30

休診日…日曜日、祝日、お盆、年末年始

松江市大庭町1460-3

電話(0852)23-3456(代表)

FAX(0852)23-3495

・デイケアたんぼぼ（精神科デイケア）

※お問い合わせは代表まで

月曜日—金曜日 午前9：30—午後3：30

・デイケアやくも（重度認知症デイケア）

※お問い合わせは代表まで

月曜日—金曜日 午前9：00—午後3：40

○コスモス（自立訓練【生活訓練】事業所）

松江市大庭町1459-1

電話(0852)23-3360

FAX(0852)23-3370

○ビ・フレンドリング（地域活動支援センター・相談支援事業所）

松江市大庭町1461-3

電話(0852)23-4111

FAX(0852)23-4112

○雲陽の里（認知症グループホーム・介護保険）

松江市大庭町1459-1

電話(0852)23-3700

○八雲病院 居宅介護支援事業所 電話(0852)23-3456(代表)

## ご意見箱

広報誌「遊便」に対するご意見・感想などございましたら、ぜひ下記までお寄せいただくと喜びます。今後とも医療法人仁風会、広報誌「遊便」共々よろしくお願い致します。

〒690-0033

松江市大庭町1460-3

(医)仁風会

広報委員会0852-23-3456まで

お知らせ

### ホームページのご案内

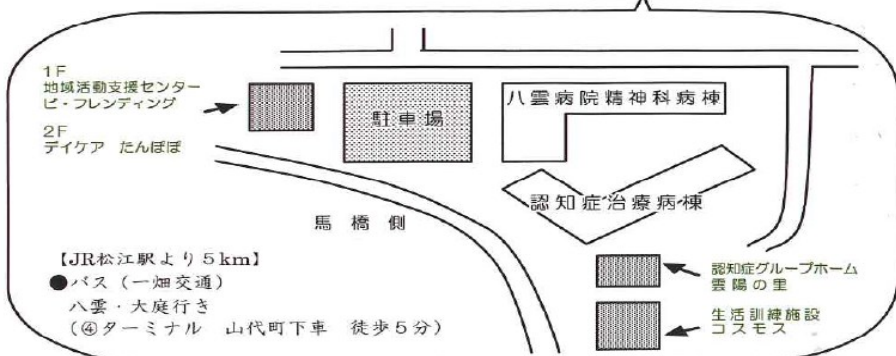
当法人の各種サービスについてホームページで紹介しております。スマートフォンにも対応しています。

ぜひご覧ください。アドレス <http://www.yakumohp.net/>



### 八雲病院来院ルートのご案内

※平成30年8月25日より



編集後記  
 平成最後の年ということ、平成の文化や風物が、今再び注目を浴びています。また、若かった頃の映像や音楽を耳にすると、当時の新鮮な気持ちや思い出が、甦ってくる気がします。この広報誌も、今改めて創刊号を見返し、当時の発行者のスタッフの思いを、今後の誌面につないでいこうと思います。

(笠置)