

# ひぜんだより

肥前精神医療センター総合情報誌

## 第25号



2017. 11



## 脳生理・神経画像研究室の紹介

臨床研究部長 上野 雄文

肥前精神医療センターでは、患者さんの治療を行うという一般的な精神科病院としての役割はもちろんのこと、心の病気に関する研究にも大きな力を注いでいます。今回は、当センターにいくつかある研究室の一つである脳生理・神経画像研究室についてご紹介いたします。一般に、医学研究には動物や細胞などをつかって行う基礎研究と、実際の患者さんからデータを取らせていただく臨床研究とがありますが、当研究室で行うのは臨床研究です。名前の通り、脳生理学的研究と、神経画像研究を中心に行っている研究室であります。脳生理学というのは、個々の神経細胞やその集まりが示す生理学的な現象を手がかりに、脳や心の働きを理解しようという学問です。言い換えると、脳の機能的な側面に注目しているわけです。具体的には当院では臨床で一般に使われる脳波計の約3倍の密度で測定出来る多チャンネル脳波計を用い、安静時や単純な音刺激に対する脳波を測定し、そのデータを時間周波数解析と言われる数学的な手法で解析を行い、特定の周波数の活動（ $\alpha$ 波、 $\beta$ 波、 $\gamma$ 波など）が時間的にどのように変化するかを詳細に検討しています（図1）。また、神経画像研究では、頭部MRI画像を解析し、脳の特定の領域の体積変化を調べたり、形態のバリエーションを調べたりという脳の構造に着目した研究を行います。それに加え、機能的MRIと呼ばれる、脳内の各領域での血流の時間的な変化をとらえることが出来る手法を用い、神経画像を用いて脳の機能に着目した研究にも力を入れています（図2）。脳波にしてもMRIにしても、人体への影響は全くないため、安全に研究を行えることも利点の一つです。研究成果は国内外の学会や英文雑誌を通じて世界に向けて発信をしております。こうした研究を続けることで、一つは未だ謎の多い心の病気が起こる仕組みについて理解を深めること、もう一つは病気の診断や治療効果の判定などに使える客観的な指標を見つけることが可能になるのではないかと考えております。上記のように、臨床研究は実際に被験者の方に協力いただくことで成り立っています。この場を借りてご協力いただいた方々にお礼を申し上げます。詳しい研究内容などについてご興味のある方は、職種を問わず気軽に研究室をおたずねください。

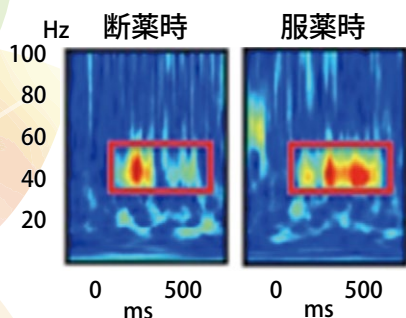


図1) ある統合失調症患者におけるASSRの位相同期性を時間周波数マップで示す。断薬時に比べて服薬時では位相同期性の改善がみられる。当研究室での予備的研究

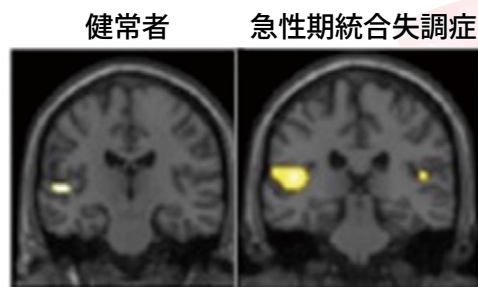


図2) 80Hzのクリック音刺激に対するASSR・BOLD。急性期統合失調症群では健常者と比べて有意なASSR・BOLDの増強がみられる。(Kuga et al, 2016より改変)



## 平成 29 年度 精神科医療体制確保研修を開催して ～精神科病院における安心・安全の医療を提供するための研修として～

精神科救急病棟（西5病棟） 永池 昌博

この研修会は、厚生労働省が公募した事業に、これまでの CVPPP の実績、理念、技術が高く評価され、国立病院機構が事業実施体となり、当院が実務と事務局を担い平成 28 年度より開催しているものです。

具体的な活動としては、全国 7 ヶ所（仙台・東京・名古屋・大阪・岡山・福岡・沖縄）での研修会の開催を計画しています。現在、仙台・東京・名古屋での研修会を終了し、今後は大阪（11 月）・岡山（12 月）・福岡（平成 29 年 1 月）・沖縄（2 月）での開催を計画しています。

プログラムの内容としては、講義（安全・安心の精神科医療、攻撃性マネジメントトレーニング、CVPPP による安心・安全な医療）、演習（コミュニケーション技法の基本、ブレイクアウェイ）、事例（動画）を用いたロールプレイ（リスクアセスメント、リスクマネジメント）と、全国のインストラクターと協力し充実した研修会になるように工夫しています。

どの会場でも定員の 100 名に近い受講希望者がおり、受講生からは、「今までの考え方と違う視点を持つことが出来た。」「仕事へのモチベーションを上げることができた。」などの感想が聞かれ、このプログラムへの関心の高さと必要性を感じています。

CVPPP の基になった C&R（Control & Restraint）は 1980 年代にイギリスで開発されました。イギリスでも臨床に C&R が定着するまでには、10 年、20 年と長い期間が必要だったと聞きます。しかし、C&R が定着すると「暴力に対処する」という発想から「ケアをする」という発想へと変化し、現在では「Person Centered（当事者中心）」という考え方がスタンダードとなりました。これは当院が掲げる「The most important person in this hospital is the patient（この病院で最も大切な人は患者様である）」に近い理念だと感じます。

我々医療従事者は、協働的パートナーシップをもち、患者主体の生活を取り戻すためには何が必要なのか共に考え、悩む姿勢が大切です。協働とは、「同じ目的に向かって力を合わせる事。それぞれができることや得意分野をすることであり、一般的に使われる“共同”よりも“協働”の方が、より一緒に行動するという意味合いが強い。」とされています。まさに、各専門職が高い専門性を持ってチーム医療を展開している我々を表す言葉であり、目指すべき姿だといえます。

このような関わり方や考え方が日本の精神科医療の現場で当然のこのように語られるようになるため、これからも CVPPP の普及を目指し活動していきたいと思います。





## 精神医学セミナーin沖縄



レジデント 馬渡 星示



野路先生の発表

平成 29 年 7 月 8 日～ 7 月 9 日、国立病院機構 精神医学セミナー in 沖縄に参加しました。当院からはレジデントの野路先生、藤井先生が「若手医師の研究成果報告」のテーマにおいて発表・討論を担当しました。野路先生の発表演題「母と子をつなぐ『お母さんの学習室』」が、見事に優秀賞を受賞しました。

他の国立病院機構で勤務されている先生方から、それぞれの地域における特色、取り組みを学び、良い刺激を得ることができました。また、中堅医師の先生方による講演において、以前当院に勤務していました高尾先生（現在、島根県立こころの医療センター勤務）も発表されていました。肥前で学んだことが島根での臨床・研究に大いに役立っているとのことでした。レジデント一同、今後も肥前の良さ、伝統を受け継ぎ、頑張りたいと思います。



看護師 酒井 伸吾

平成29年7月29日（土）「平成29年度大規模地震時医療活動訓練」が開催され、佐賀県 DPAT（災害派遣精神医療チーム）として当センターからは医師1名、看護師2名、業務調整員2名、計5名1チームで参加しました。

今回の研修は、多数の医療活動隊が連携を取りながら、相互の強力の円滑化を図ることを目的に、南海トラフ地震が発生した想定で訓練が行われました。

これまでの DPAT 研修で習得した知識や技術を実践し、刻々と変化する状況の中、情報収集、情報整理、情報共有をしながら、同じ岸和田市で活動する他県 DPAT 隊を調整する役割を当センターが担当しました。リアルタイムに情報が入ってくるため、情報を整理しながら、その情報の信憑性、重要度、優先順位を判断していくことが難しく、大規模地震を想定された訓練を体験することができました。

これからは、DPAT だけではなく、DMAT をはじめ他の医療活動隊との繋がりを深め、いつでも災害医療活動ができる体制を強化していきたいと思います。





## 平成29年度 肥前納涼祭

作業療法士 遠江 少妃子



毎年、当院では肥前納涼祭が行われています。今年度は前年度と違い、屋外で夕方から夜にかけて開催されました。肥前ピア（患者実行委員）の司会のもと納涼祭が始まりました。会場では、数十人が輪を作り皆で盆踊り（炭坑節）を楽しく踊りました。盆踊り周辺では、出店が列を並べ人だかりができ、とても賑やかでした。地域の作業所



（ザ・かんざき）の方にも出店して頂き、かき氷、フライドポテト、枝豆などの品物が数分で完売し、様々な方に喜んで頂きました。また、会場では、ステージパフォーマンスも行われ、真美体操チームやTOSUどんきんきん隊の方々をお招きし、素敵な衣装で迫力のあるパフォーマンスを披露して頂きました。太陽が沈み暗くなった頃に、今回の一番の目玉であった打ち上げ花火が綺麗に夜空を舞いました。打ち上げ花火は、患者様のたつての希望でもあり、花火が上がると同時に「わぁー！」と歓声が湧きました。花火が上がり終わると会場から拍手が起こり、皆が笑顔になっていたように思います。



最後になりましたが、納涼祭を開催するにあたり、様々な方にご協力頂き、ご迷惑をおかけしましたが、盛況に終わることができました。この場を借りて御礼申し上げます。誠にありがとうございました。





# 精神科の風景

## ～ 『退院前訪問』 ～

精神科医師 八ッ賀 千穂

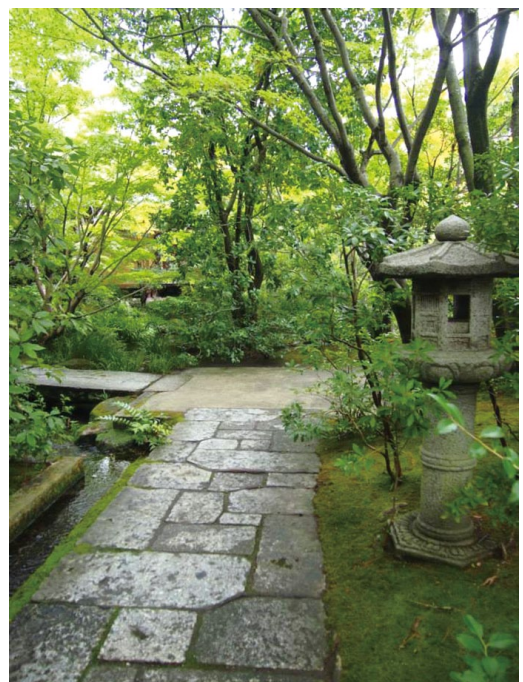
病院に入院する時があれば、やがて退院する時も。どんな入院でもそうだけれど、退院することの喜びや解放感がある一方で、久しぶりの日常に戻る事への戸惑いと不安があるのが通常ではないだろうか。入院された本人もそうであるし、迎える家族も、どこまで本人に頑張ってもらうべきかなど、迷うことも多い。精神科は環境の変化が症状に現れやすいため、なおさら気を遣う。

そのような、退院という大きな変化への対策として、退院前訪問がある。

主に看護師やケースワーカーが行くことが多いが、時に担当医師も行くこともある。

その退院前訪問をさせてもらうことで、初めて知る一面が見えてくる。感嘆するような努力をされている方もいれば、想像以上の困難や苦労をされている事に気づかされることも多い。外来や入院の際に、本人さんや家族と話をしていても見えなかった一面である。尋ねると「自慢することでもないです」と謙遜をされたり、当然のことと認識して敢えて言われない方もたくさん。遠慮もあれば、どこまで話すべきなのか迷いもあって言われないこともあるのかもしれない。

至極当然のことではあるが、病や障害は本人さんや家族の一部分に過ぎないことを改めて感じることができるのが退院前訪問である。そして、その一部分に過ぎない病が、再び悪化しないように、自宅に伺って病院との環境と比較し、起こりうる不安な点と対策を共に考えることもできる。私にとって、日常診療の中で心洗われるひとときだ。



# 子ども外来プログラムのご紹介

## 子どもと親の『絆を深める』プログラム CARE (ケアー)

親と子どもが、あたたかな、よい関係をつくるためのコツを伝授します。

研究と経験をもとに編み出された、「6つのコツ」を身に付ければ、だれでも子育て名人に・・・!?

### ○このプログラムで学べること

- ・子どもと上手に遊ぶためのコツ
- ・子どもにわかりやすく指示を伝えるコツ

### ○詳細情報

- ・全4回(月曜: 10:00 ~ 11:30)
- ・2週間に1回、講義・ロールプレイ形式
- ・年2クール: 7~9月、1~3月

## 子ども外来集団プログラム たんぽぽクラブ

自分の気持ちを表現したり、コントロールしたりすることが苦手な子どもが、同年代の小さなグループの中で、『上手な人付き合いのやり方』や、『気持ちの伝え方』を学ぶグループです。

**子どもが主役**のグループです。

### ○このプログラムで学べること

- ・相手に上手に気持ちを伝える方法
- ・気持ちをコントロールする方法

### ○詳細情報

- ・全7回(火曜: 15:30 ~ 17:00)
- ・2週間に1回、グループワーク形式
- ・年2クール: 7~10月、12~3月

### ○対象になるお子さん

- ・小学校高学年~中学生

## 自閉スペクトラム症勉強会

発達障がい(自閉スペクトラム症)の特徴や、発達障がいの子どもに効果的な子育ての方法(行動療法)についての勉強会です。

### ○このプログラムで学べること

- ・発達障がい(自閉スペクトラム症)の特徴
- ・発達障がいをもつ子どもに、効果的に教える方法

### ○詳細情報

- ・全2回(月曜: 10:00 ~ 11:30)
- ・2週間に1回、講義形式
- ・年2クール: 6~7月、12月

## お問い合わせ

ご質問、参加のご希望につきましては、下記までお電話ください。

・肥前精神医療センター 心理室

TEL: 0952-52-3231

担当: 山下葉子、杉本頼己







薬剤師 中村 敦士

健康志向が高まるにつれて、サプリメントを摂る方も増えていると思います。しかし、サプリメントは何かと言われると答えられる人はそう多くありません。

私達が普段飲むお薬とは何が違うのでしょうか？ここでは、サプリメントの知識を深めていきましょう。

## サプリメントの役割

サプリメントの言葉には、「不足する栄養素を補う」という意味があります。つまり、サプリメントは普段食べている食事の中で、足りないものを補ってあげるという役割があるのです。サプリメントは本来、普段の食事の中で、どうしても足りないものを栄養補給してあげるために飲む、という摂取の仕方が正しいのです。

## あなたがサプリメントに求めるものは何ですか？

- ▶ 食事だけでは不足しがちな、基本の栄養素を補給したい
- ▶ より健康で美しくあるために、もっと積極的にサプリメントを活用したい
- ▶ それとも気になる体の不調や、特定の症状を改善したい

実はサプリメントはその働きや目的によって

- ◆ ベースサプリメント（ビタミン、ミネラル、アミノ酸、食物繊維、コラーゲン、乳酸菌等）
- ◆ ヘルスサプリメント（イソフラボン、ローヤルゼリー、クロレラ、セサミン、アセロラ等）
- ◆ オプションサプリメント（セントジョーンズワート、ウコン、マカ等）

の3つのカテゴリーに分けられ、それぞれ摂るべき栄養素が違ってきます。



イラストにしてみましょう。

一番大切なのは健康体の土台となる食事、睡眠、休息、運動といった環境を整えることが大切です。忙しい日常の中ですが、1日のどこかで環境を整える時間を設けてみてはいかがでしょうか？環境整備をすることで自分に足りないものに気付けるのではないのでしょうか。サプリメントを上手に利用して心も身体も健康になれるといいですね。



## サプリメントの注意点

手っ取り早く摂取できるサプリメントですが副作用もあります。特にお薬を飲んでいる方は注意が必要です。お薬の効き目が弱くなったり、逆に強く表れたり。お薬を服用中の方はお気軽に薬剤師にご相談ください。



## おすすめの一品

(シリーズその⑥)

栄養管理室 渡辺 菜摘



肥前精神医療センターでは月に一度、重症心身障害病棟の入院患者様を対象にお楽しみ献立を実施しております。いつも大好評のお楽しみ献立ですが、中でも特に喜んでくださるのはデザートです。旬の食材を使用したものや、季節のイベントに沿ったスイーツをお出ししています。

今回は、秋の味覚「さつま芋」を使ったモンブランケーキのレシピをご紹介します。

### 料理名：さつまいもモンブラン

栄養価：エネルギー 302kcal たんぱく質 2.9g  
脂質 14.2g 塩分 0.1g

※モンブランクリームを作る際のさつま芋の裏ごしは、熱いうちに行うのがポイントです。

### ●材料（1人当たりの数量）

| 材料名         | 数量(g) | 材料名   | 数量(g) |
|-------------|-------|-------|-------|
| バウムクーヘン     | 20g   | <甘露煮> |       |
| <モンブランクリーム> |       | ・さつま芋 | 5g    |
| ・さつま芋       | 60g   | ・砂糖   | 2g    |
| ・生クリーム      | 25g   | ・バター  | 2g    |
| ・砂糖         | 8g    |       |       |

### ●作り方

- ① モンブランクリーム用のさつま芋は皮をむいて2～3cmの輪切り、甘露煮用のさつま芋はお好みで皮を残して5mmの角切りにしてそれぞれ水に10分ほどさらしてでんぷんを抜く
- ② モンブランクリーム用のさつま芋を沸騰させた湯の中に入れ、ずっと竹串が通るくらいまで茹でる
- ③ 茹で上がったさつま芋を1～2cmの角切りにして裏ごしをしながらボウルに移す  
※火傷に注意しながら熱いうちに手早く行う
- ④ 砂糖を加えてよく混ぜる
- ⑤ 生クリームを2～3回に分けながら入れてその都度よく混ぜ、滑らかになるまでよく練る
- ⑥ 絞り袋に移し、バウムクーヘンの上に円を描くように絞る
- ⑦ 甘露煮用のさつま芋と砂糖を鍋に入れ、さつま芋が7割つかる程度水を加えて弱火で煮る
- ⑧ 水分がある程度蒸発したところにバターを入れ、全体にバターが溶けてなじんだら火を止めて粗熱をとってから⑥の上に乗せる





## 名所案内：吉野ヶ里産直市場・『吉野麦米』

よしのばくべい

作業療法士 永尾 結花



今回は、当院近くに今年9月にオープンしたばかりの『吉野麦米』さんをご紹介します。

店内は、吉野ヶ里町産の野菜・海産物の直売所をはじめ、手作り豆腐のお店や打ちたての生蕎麦がいただけるお食事処など様々なお店がはいっています。その他にもお弁当やお惣菜、たい焼きやプリンなどデザートも販売されています。観光バスの休憩場所にもなっているとのことで、私が伺った時には多くの人で賑わっていました。

そんなお店の中でも店長さんのおすすめが“本格石窯パン”です。私もいただき、いろんな種類が並んでいてどれにしようか迷ってしまいましたが、焼きたてのパンは特別美味しかったです！

また、お店の外には購入したものをその場で食べることのできるイートインスペースや、おしゃれなカフェも併設されているので、皆さんもお出かけ際にはぜひ立ち寄ってみてください。



## 私の趣味 「カメラ」

入院係 神崎 美沙

私の趣味は、カメラで風景や人物を撮影することです。風景などによって撮る角度を変えたり、効果を変えたりしながら撮影していくことも楽しいです。ファインダーから見える風景は実際に見るものと少し違っていてそこも面白いです。

一眼レフで撮影しようと思ったきっかけは、父がカメラ好きで、よく撮影のために旅行していたので気になってついて行ったことでした。今は携帯のカメラも画質がいいですが、また、物1つでもどのように撮影するのかは、何通りもあり、一眼レフでは自分で考えながらとることも魅力の1つです。ぜひカメラを持って旅行やドライブに行ってみてはいかがでしょうか？





看護部長 児玉由美子です。  
よろしく願います。

## 目次

- |     |                                                              |      |                                 |
|-----|--------------------------------------------------------------|------|---------------------------------|
| P.1 | ・脳生理・神経画像研究室の紹介                                              | P.7  | ・子ども外来プログラムのご紹介                 |
| P.2 | ・平成29年度 精神科医療体制確保研修を開催して<br>～精神科病院における安心・安全の医療を提供するための研修として～ | P.8  | ・ほっと一息                          |
| P.3 | ・精神医学セミナー in 沖縄                                              | P.9  | ・おすすめの一品：さつまいもモンブラン             |
| P.4 | ・平成29年度大規模地震時医療活動訓練に参加して                                     | P.10 | ・名所案内：吉野ヶ里産直市場・石窯パン工房<br>『吉野麦米』 |
| P.5 | ・平成29年度 肥前納涼祭                                                |      | ・私の趣味：『カメラ』                     |
| P.6 | ・精神科の風景 ～『退院前訪問』～                                            |      |                                 |

### ◆編集後記◆

今年の夏も、異常気象が続き日本各地をゲリラ豪雨が襲いました。また、台風が日本列島を数回上陸しました。災害に遭われた方には謹んでお見舞い申し上げます。災害は年々ひどくなっているように感じます。個人で災害に備えることも大切なことですが、もっと地球規模で地球環境を考えて欲しいものです。

編集部



## 患者の権利

- |                              |                            |
|------------------------------|----------------------------|
| 1. 安全で、かつ平等な最善の医療を受ける権利      | 5. 常に人としての尊厳を守られる権利        |
| 2. 疾患の治療等に必要の情報を得、また教育を受ける権利 | 6. 医療上の苦情を申し立てる権利          |
| 3. 治療法を自由に選択し、決定する権利         | 7. 継続して一貫した医療を受ける権利        |
| 4. プライバシーが守られる権利             | 8. QOL や生活背景に配慮された医療を受ける権利 |



## 患者の義務

- |              |              |              |              |
|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 1. 情報を提供する義務 | 2. 状況を確認する義務 | 3. 診療に協力する義務 | 4. 医療費を支払う義務 |
|--------------|--------------|--------------|--------------|

平成29年11月発行

編集・発行：広報委員会 委員長：橋本(喜) 副委員長：須藤、村川、吉永

委員：佐川、遠藤、金子、伊藤、山口、江間、金高、古城、大迫、宮地、大坪、今里、田中、山崎(京)、宮下、杉本、後藤、永尾、井村、下川

発行所：独立行政法人国立病院機構 肥前精神医療センター

〒842-0192 佐賀県神埼郡吉野ヶ里町三津160

TEL 0952-52-3231 Fax 0952-53-2864

ホームページ <http://www.hizen-hosp.jp/>