

鶴が丘だより

当院のチーム医療 チームリハビリ

当院では、患者様とご家族を対象とした心理教育を多職種で行っており、今回はその活動をご紹介します。

へ丘の上の家族の集い

統合失調症のご家族を対象とした家族心理教育です。月に1回、全4回1クールで、年2回行っています。前半に医師・薬剤師・看護師・精神保健福祉士による講義を行っています。

- このグループのルール
- 1) 毎日の生活で自分かできるよくなりました。工夫したいことを相談しましょう。
 - 2) 心配や不安などの気持ちの混乱はご家族として当然の反応です。まして責めではありません。お互いの気持ちを認め合い、助け合きましょう。
 - 3) 自分かやれていること、工夫していることに注目し、前向きに考えてみましょう。
 - 4) 実践できそうな、小さくて具体的な目標を見つけましょう。
 - 5) 自分に合ったよい対応方法を見つけたいきましょう。
 - 6) 時間は2時間です。ふんか話せるように、ポイントを短くまとめで発表しましょう！

後半には参加家族にスタッフを交えてグループワークを行います。ご家族から相談したいことを挙げて頂き、他のご家族やスタッフのアドバイスなどを一緒に共有していきます。

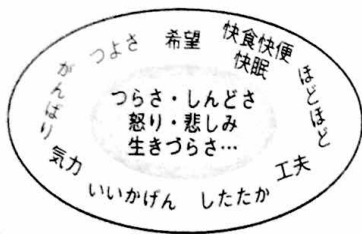
参加者からは、「他のご家族の経験が聞けて参考になった」「自分だけではなかった心気が軽くなった」「明日からの元頂いていきます。」

終了後もご家族同士が自主的に連絡を取り合っており、交流が続いているとの話も伺っています。

へ丘の上の家族の集いでは、まんじゅう理論を大切にしています。

まんじゅう理論

皮(対処)をささえ、たたえ、励ますことを通じて、あんこ(困難に伴う気持ち)をいやし、生きる力を増す。



「おまんじゅうは、あんこ」と皮(対処)をささえ、たたえ、励ますことを通じて、あんこ(困難に伴う気持ち)をいやし、生きる力を増す。

生活しているときに心の中にある、怒りや悲しみ、つらさや生きづらさのようなのを表現します。一方「皮」は「あんこ」を抱えながらも生活を成り立たせるために機能している心の働き、がんばりや強さ、希望や工夫を表します。心の健康とは、皮があんこを上手にくるんでまんじゅうらしくすることです。へ丘の上の家族の集いでは、ご家族の皮の部分に注目して、皮の厚みを増せるよう手助けをしています。

また、現在は多摩地区全体的にも参加しています。

興味をお持ちのご家族様は、主治医、相談室、担当看護師までお尋ねください。

- 1回目 統合失調症について
- 2回目 薬について
- 3回目 社会資源について
- 4回目 家族の接し方について

ある日の鶴が丘

新しい先生を
紹介します

萩野宏行先生



4月から毎週月曜日に勤務していただきます。

京都で研修をしていただいたので、久しぶりの東京です！、自宅に家具が揃っておらず、休日はイケアで家具探し、自宅で組み立てています。

バイクでツーリングをするのが好きで、新東名の開通時には行ってきました！！

ご指導のほど、よろしくお願いします。

いDに後療いた
にVにに法の取
り組Dをにの組
めるをの組め
るよをのよ
う工をの工
夫し夫し
てて



※個人情報保護のため、写真を一部加工しています。

へおくすり勉強会へおくすりゼミン
入院患者様を対象に、薬の知識や大切さを学ぶグループです。2週間に1回、全8回を7〜8名のグループで行っています。薬剤師、看護師、作業療法士、看護助手が、薬に対する不安や誤解を取り除くよう、和やかな雰囲気を出しています。

入院された患者様を
対象に、当院独自の心理教育プログラムで、全9回を
目安に行っています。多職種
による講義形式で、病室
や薬について、社会資源等
について学びます。また、
退院後の生活をイメージして

へ退院応援セミナーディング



おくすり勉強会は「福島
医大版」薬自己管理モジュール
の有用性も認められています。
おくすりゼミは、おくすり勉強会を修了した患者様を対象に、2週間に1回、全4回を4〜5名のグループで行っています。薬についての自分の考えや、飲んでいる薬の作用についてより具体的な内容で話し合っています。スタッフも患者様の薬に対する気持ちも患の関わりにも活かしています。

当院では、様々な精神科リハビリテーションを取り入れ、日々患者様へのサポートを行っております。今後とも、よろしくお願いたします。

へ文責 草薙



きるよう、デイケアや社会福祉施設などを実際に体験する機会も設けています。今年度は地域のグループホームや地域活動支援センター等の見学も予定しています。

医療法人社団 鶴永会

鶴が丘ガーデンホスピタル
TEL 044-988-3121
東京都町田市三輪山 2-2133-1
長津田いこいの森診療所
TEL 045-507-7656
神奈川県横浜市緑区長津田 4-11-14

http://www.tsunuyogaoka.or.jp

黒板

編集委員会では、当院の近況や取組みを、定期的に病院内ホムページのブログで更新していきます。鶴が丘だよりと合わせて、ご覧くださいます。

今月の...

いろはカルタ

① 思い過ぎは心の重荷

② ぐっすり眠れば気力充実