



Vol. **21**  
2024.11

ひらく・知る・つながる

# 愛知県精神医療 センターニュース

## 特集 認定看護師 活動の広がり

[シリーズ] 教えて先生 当院のアルコール依存症家族相談、家族講義について

Information 2024年 夏祭りを開催しました！

愛知県精神医療センターニュースへのアンケートにご協力ください！



[シリーズ]

## 教えて先生

今号の先生



医師  
定塚 良甫

### 当院のアルコール依存症家族相談、 家族講義について

こんにちは、愛知県精神医療センターの定塚です。私は当院に赴任して3年目の医師です。病棟や外来の仕事以外にアルコール依存症の家族相談、家族向けの講義を担当しております。アルコール依存症は本人だけでなく、その周りにいる家族にも深刻な影響を及ぼします。だからこそ、家族がどのようにサポートできるかを考えることが非常に重要だと感じています。

私の講義では、まずアルコール依存症の基本的な理解を深めることから始めます。多くの方は「依存症」と聞くと、ただの飲酒問題だと思いがちですが、実際にはもっと複雑です。依存症は心理的、身体的、そして社会的な要因が絡み合った状態です。参加者には、依存症が脳の働きに与える影響や、なぜ飲酒が習慣化してしまうのかをわかりやすく説明します。

具体的な講義の中では、参加者の体験談や質問を交えながら進めています。ある日、参加者の一人が「家族が飲むのを止めることを強要してしまい、逆に距離ができてしまった」と話してくれました。その時、「まずは理解しようとする姿勢が大切」との意見が出て、みんなで活発に意見交換をしました。このように、講義を通じて参加者が共感し合える場を作ることが、私にとっても大きな励みになります。

家族が依存症に悩む本人を支えるためには、正しい知識と理解が不可欠です。そのため、私たちの講義では、効果的なコミュニケーション方法についても触れます。「どう接すればいいのか？」

という疑問を持つ家族は多いですが、まずは相手の気持ちを尊重し、非難するのではなく、共感を示すことが大切です。具体的には、「あなたがどう感じているのか教えてほしい」といった聞き方をすることが効果的です。

また、家族自身もストレスを抱えることが多いので、自己ケアの重要性についても強調しています。家族が疲れてしまうと、支え続けることが難しくなります。「自分も大切にすることが、結果的に相手を支えることにつながる」というメッセージを伝えています。参加者の中には、自分の気持ちを話すことで楽になったと感じる方も多くいます。

講義を受けた後、実際に行動を変えた方々からのフィードバックも嬉しいです。「家族の会話が増えた」「以前よりも理解できるようになった」といった声をいただくと、講義を続ける意義を強く感じます。

今後も、アルコール依存症についての正しい情報を広め、家族と一緒に問題に向き合えるように力になりたいと思っています。依存症は孤独な戦いではありません。家族が理解し、支え合うことで、回復への道は大きく開けます。

最後に、もしこの問題で悩んでいる方やその家族がいれば、ぜひ相談してください。私たちと一緒に考え、解決策を見つけましょう。

### Information

#### 2024年 夏祭りを開催しました！

夏祭りのチラシ



夏祭りの様子

当センターでは7月25日(木)に夏祭りを開催しました。今年も、患者さんやそのご家族をお招きし、城山ホール(体育館)で大規模に開催しました。

プログラムの内容としては、各部署や地域の作業所によるじゃがバター等の飲食や、ゲーム(無料)・雑貨販売などの出店がありました。また、自由ヶ丘会館「女性部踊りの会」の方やスタッフ、患者さんが浴衣姿になって盆踊りや太鼓の演奏などで盛り上げてくれました。

今年は、4年ぶりの開催となった昨年の経験を活かし企画・運営したことで、より多くの患者さんに楽しんでいただけました。

参加された方からは、「盆踊り楽しかった」「食べ物がおいしかった」「顔見知りの患者にあえてよかった」などの感想をいただき、多くの笑顔が見られました。

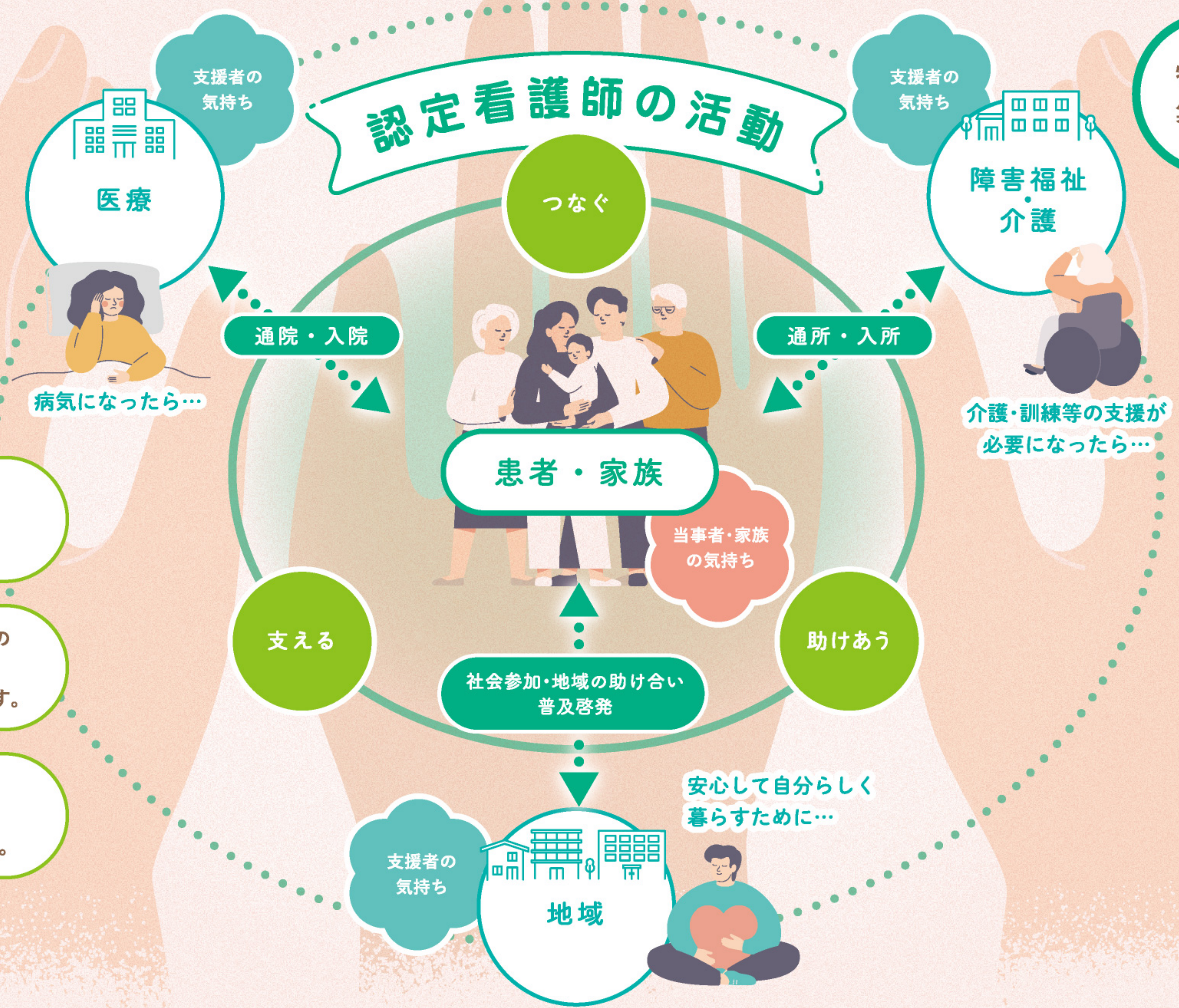


## 精神障害にも対応した 包括ケアシステム

精神障害の有無や程度にかかわらず、誰もが地域の一員として安心して自分らしい暮らしをすることができるよう、医療・障害福祉・介護、住まい、社会参加、地域の助け合い、教育が包括的に確保された精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築を目指す必要があります。同システムは、地域共生社会の実現に向かっていく上では、欠かせないものです。

- 支える** 精神的健康について援助を必要としている当事者に対してだけでなく、支援するご家族や支援者も支えたいと考えております。
- つなぐ** 医療とつなぐ、福祉とつなぐ、人とつなぐ、などたくさんの意味を含みます。人はつながることで支え、支えられ、また役割ができ、健康的に暮らすことができると考えます。
- 助けあう** 健康的に生活をしていくための知恵は、すべての人の中にあり、それらを共有することにより支援する側、される側という垣根を越え、助け合えたらと考えます。

## 特集 認定看護師 活動の広がり



私たち認定看護師は、患者・家族の皆様、院内の多職種の職員、さらには地域の関係機関の皆様と共に「地域包括ケア」を推進していきます。今こそ連携の力でケアの質を向上させ、当事者とご家族を支えられる環境を大切にします。

今回センターニュースでは、「つなぐ」働きをする認定看護師に、どんな顔ぶれや特徴があるのか紹介させていただきます。

これまで認定看護師は、主に病棟業務や研修・教育の場で活動をしてきました。これからは、各自の強みと専門性を生かした活動を可能な限り広げていきます。

**認定看護師とは**  
日本看護協会や日本精神科看護協会にある資格制度で研修・認定を受けた看護師。  
特定の分野において熟練した看護技術と知識を持つ。

## 認定看護師紹介

**誰もが安心して生活できる街づくり**

精神科認定看護師  
こんどう みほ  
**近藤 美穂** 認

認定分野 精神科看護領域

**できること**

- 心の健康に関する相談、治療に関する不安や困りごとの相談。
- ただ気持ちを吐き出したときなど、いつでも気軽に声をかけください。

**特技**

「安心感の輪」子育てプログラム認定ファシリテーター

**主な活動**

地域で暮らす患者さんとご家族の困りごとや課題の整理

**あなたの「つなぐ」をサポートします**

精神科認定看護師  
(公認心理師)  
さかた まさはる  
**坂田 正治** 認

認定分野 精神科看護領域

**できること**

- 認知行動療法を活用した、幻覚・妄想にも対応したメンタルヘルスサポートや生活を共に考えること。
- 出前講座・看護教育の講師
- 医療・福祉で働く人のメンタルヘルスサポート。

**好きなコト**

スポーツ観戦、ドラマ鑑賞、キャンプ

**主な活動**

幻覚・妄想のある人への認知行動技法

**あなたの「創造」をサポートします**

精神科認定看護師  
にいみ こうじろう  
**新美 浩二郎** 認

認定分野 精神科看護領域

**できること**

- 一緒に考え、ともに成長すること。個人では超えられなかった壁も、いろんな人の助けを借りて乗り越えることを経験してきました。一人より二人、二人よりチーム、いろんな考え方、価値観を統合し「よい仕事」に繋がられたらと思います。

**好きなコト**

釣り・喫茶店でコーヒー

**主な活動**

支援者への支援

**境のない地域、人**

精神科認定看護師  
すずき ゆうや  
**鈴木 優也** 認

認定分野 精神科看護領域

**できること**

- 私は、精神科認定看護師の資格を2023年度に取得しました。最新の研修で学びを得たことは強みだと考えます。精神科薬物療法領域に関心があり、多職種と連携を図りながら共に考えていきたいです。

**特技**

人の良いところを探すこと

**主な活動**

地域で暮らす患者さんとご家族の困りごとや課題の整理

**認知症予防の時代**

認知症認定看護師  
にし のようこ  
**西野 陽子** 認

認定分野 認知症看護

**できること**

- 認知機能の低下を防ぐ力をお伝えします。
- 認知症の方と接するコツを一緒に考えます。
- 認知症サポーター養成講座の講師をしています。

**療しの時間**

園芸、骨董品、めだか&猫

**主な活動**

認知症に関連した相談

**こころの苦痛を謎解きます**

精神科認定看護師  
しまだ よしこ  
**島田 美子** 認

認定分野 精神科看護領域

**できること**

- 認知行動技法を使った面接や介入。(うつ病に対する認知行動療法・問題解決療法・短期回想法)
- 標準版家族心理教育。
- 性暴力対応看護師(SANE)養成プログラム2024受講。

**特技**

猫と話す トマトの皮むきスクワット

**共に考え、共に歩む**

精神科認定看護師  
いしかわ あつまさ  
**石川 敦成** 認

認定分野 司法精神看護

**できること**

- 医療観察法(入院・通院)看護の実践、相談。
- 後輩の認定看護師の育成。

**特技**

バイク作成、ギター演奏

**感染制御の視点で施設を守り安全な医療を提供します**

感染管理認定看護師  
さとう たえこ  
**佐藤 妙子** 認

認定分野 感染管理

**できること**

- 感染予防対策に関するご相談や、手指衛生の訓練など。私は認定看護師の初心者です。「今さら人に聞きにくい…」と思う内容でも全く問題ありません。ご遠慮なくお尋ねください。一緒に考えていきましょう。

**特技**

目的地と逆方向の電車に乗ること

**好きなことを教えて下さい**

精神科認定看護師  
やすだ けいこ  
**安田 恵子** 認

認定分野 精神科訪問看護

**できること**

- 希望する地域で暮らしたい。こんな当たり前のことが、当たり前になるよう微力ながら努力していきたいと思っています。

**特技**

韓国ドラマ・猫3匹・メダカ100匹 WRAP・メリデン版訪問家族支援