

広報誌



# かけはし

2022年  
新年号  
No.61

TAKE FREE

## 「OT」ってなんだろう？

～ 精神科作業療法について～

連携医療機関の紹介 Vol.20

メディア出演

かけはしマップ 好評公開中

日記な後記

かけはしマップ



# 「OT」ってなんだろう？

～ 精神科作業療法について～



## 【精神科作業療法とは】

作業療法はリハビリテーションの категорияに属していて、患者さんの持つ権利や能力の回復を目的としています。ここで言われる「作業」とは、「生活の中で生じる行動の全て」を指しています。つまり、今後の社会生活を自身が持っている能力を発揮しながら、希望に向かって生活していくための支援をすることが作業療法で、精神科作業療法もこの考え方に準じています。

一般的によく言われているのは、精神疾患とストレスとの関係性です。ストレスは「ストレスラー」と「ストレス反応」に分かれ、ストレスラーは「自分の思っている事(期待やイメージ)とは違う」刺激のことで、誰もが日々、大なり小なり感じているものです。その刺激を受けた時の反応を「ストレス反応」といい、同じ出来事であっても、人によってその反応は変わります。

例えば、「挨拶をしたのに、相手からの返答がなかった」という場面があったとします。これに対して「イラッ」とする人もいれば、「聞こえなかったのかな?」と受け流す人もいます。もちろん、この場面には相手との関係性も関与しますが、ポイントは同じ出来事に対する受け取り方になります。自分が大切にしている考えや欲求によって、その受け取り方は左右されます。

## 【精神科作業療法の対象】

精神科作業療法への対象疾患は様々です。アディクション病棟や認知症高齢者病棟のような疾患別の病棟では、参加可能な入院患者全てが対象となります。

一方で、様々な疾患が混在する病棟では、心理教育など疾患を対象にしたアプローチや、疾患特性よりもベースにある思考や感情、対処や希望を目的としたプログラムを、グループや個別で行っています。



## 【精神科作業療法のアプローチ】

アプローチのキーワードは、「分析」「安心感」「対処」の3つに分かれます。

### <分析>

まずは、これまでの生活情報や入院生活の言動、作業療法参加時の様子などの様々な場面から、症状だけでなく、自身が本来持っている思考パターンや欲求、刺激への対処法を分析し、何がマイナスに強く働くことで生活がしづらくなったのかを推測します。



### <安心感>

分析の推測をもとに、作業療法の場面などで確認しながら、患者さんが安心できる場を作っていきます。患者さんの多くは、入院前の上手くいかなかった経験から、多少なりとも自信を失っています。自信を失った事で不安が強くなり、他者が信用できずに人との交流を恐怖に感じたり、本音が言えなくなってしまったりしてしまいます。中には、極端な自責や他責傾向の思考へと変化するなど、自分の「出来ない事への注意」が強化されてしまいます。

そのような患者さんに対して、集団の中で「他者に優しくされる体験」「喜ばれる体験」「褒められる体験」などを通して、「自分にも出来ない事ばかりではない」という「出来ない事への注意」を緩めるアプローチがあります。具体的には、レクリエーション・認知症者への学習療法・トーキングなどが当てはまります。また、勝手に生じる不安に対して、目の作業に集中することで不安に向き合わない時間を作って、注意を下げるアプローチがあり、手工芸・軽スポーツ・ストレッチなどを行います。これらには「調子が良い時や好きな事は取り組むが、そうじゃない時はしない」という白か黒の行動選択ではなく、「調子が悪い時や関心が低い時にどのように取り組んでいくのか」という、「適応方法」を探していく狙いも含まれています。

### <対処法>

患者さんの生活は、対象者自身の自己選択・自己決定により成り立ちます。しかし、知識や経験の無さなどから、その選択や決定に迷いを生じさせます。

そこで、その判断の手助けとなるよう、疾患教育やストレスマネジメント、認知行動療法などによる思考の整理や、自己の視覚的客観視を目的としたサイコドラマなど、患者さんの疾患や特性に合わせて、様々なアプローチを集団や個別で展開し、患者さんの生活場면을把握する退院前訪問指導も、必要に応じて行っています。

### 作業療法課 課長 川上 仁公

私たち作業療法士は、患者さんの「自分と向き合う力」「自分自身の可能性に気がつく力」「等身大の自己を認識する力」をサポートする療法を行っています。しかし、幅広い作業を治療手段を一人で網羅するのは限界があるので、「得意なアプローチを持つこと」を方針としています。一人の作業療法士が自分の強みや興味・知識を活かした得意なアプローチを獲得すれば、課員の数だけ実施可能なアプローチの幅は広がっていきます。患者さんにとって何が変化のきっかけとなるのかは分かりませんが、その一つが作業療法であり、作業療法士であるようなアプローチが出来たらと考えています。





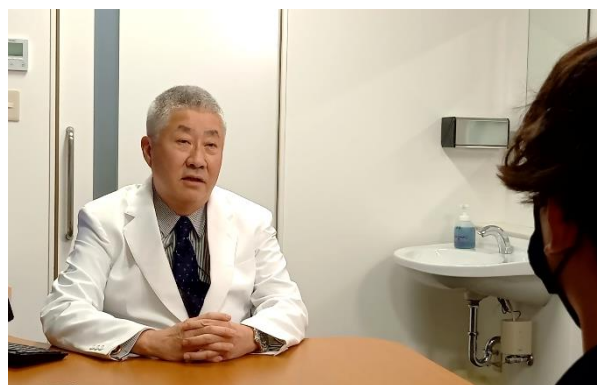
## メディア出演

12/11に、KBC九州朝日放送「とっても健康らんど」に院長 熊谷が出演しました。

「アルコール依存症」についてがテーマで、「アルコール依存症とは」「アルコール依存症での問題」「コロナ禍との関連」など、多岐に渡ってお話しました。

とっても健康らんど

[https://kbc.co.jp/kenko\\_land/](https://kbc.co.jp/kenko_land/)



## かけはしマップ 好評公開中

10月に公開しました「かけはしマップ」ですが、閲覧回数が2ヶ月半ほどで1,000回を超え、多くの方にご覧いただいております。

かけはしが発刊するたびに場所が追加され、今号もアップしております。ドライブや散策などにご活用ください。

かけはしマップ がんのす



## 日記な 後記



薬剤課

小島 光一朗



治療プログラムのひとつとして、患者さんが持っている「生きていく力の発揮」を目的とした心理教育「はぐくみ」を、昨年9月から実施しています。その中で薬剤課は、薬物療法についての講義を担当することになりました。

私は講師の経験が初めてでしたが、実際に講義をしてみると、伝えることの難しさを痛感しました。私が「伝えたい」「大切だ」と思っている内容でも、患者さんが必要と感じなければ効果がありません。

より良い内容にするため、患者さんの生活につながりやすいように実例や体験談を取り入れ、その講義が「なぜ大切なのか」が伝わりやすくなるように、いつも心がけています。これからも少しでも治療の手助けとなるよう努めてまいりますので、本年もよろしく願いいたします。

「かけはし」に関するご意見やご感想などございましたら、メール・Facebook・職員・右記QRをお願いいたします。



### このクリニック 向野 良介 院長



#### <診療科>

精神科・心療内科

#### <診療時間>

月・火・木・金曜

9:30～13:00 15:00～18:00

水曜

9:30～13:00

土曜

9:30～15:00

日・祝日

休診



#### <アクセス・リンク>

福岡市東区馬出1-13-9 D1ビル 3F

TEL 092-632-2022

URL [www.kouno-clinic.com](http://www.kouno-clinic.com)



この度は当院紹介の機会をいただき、ありがとうございます。平成10年10月に50歳で開院して23年になります。開業の際は、加藤裕二先生や緒方良先生をはじめ、先に開業しておられた若い諸先生方に、大変お世話になりました。20年以上経過し、後期高齢者となり、いつまで続けるのか考えるようになると、相談したわけでもないのに、医院譲渡や老健の勤務を勧める企業からのメールが届いています。

昨年来、コロナウイルスの蔓延による影響は大きく、職場の倒産や解雇にあい、体調不良で受診する人が増えました。解雇されて全く声が出なくなり、手話と筆談を1年間続けている若い女性や、強迫症状が悪化して、家族全員に消毒液を噴霧しないと落ち着かない主婦などがおられます。職場での適応障害で休んだり退職したりする患者さんが多くなり、傷病手当金の書類が一気に増えました。外来新患も、今年初めまでは予約無しの日来院でも診察可能でしたが、夏頃からは1ヶ月先まで予約で埋まるという、開院以来初めての状況になりました。カウンセリングを希望する人も急に増え、月内の予約はほぼ埋まっています。また、療育を終えた子供さん達のカウンセリングや診断書更新のための受診が増え、子供の元気な声で賑やかになりました。

結果として、患者数は変わらず書類だけが増えて、職員が頑張っ手伝ってくれますが、自分の首を絞めているような感じです。最近話題の映画を観ると、コロナ禍前の制作にもかかわらず「悪の帝国が有毒ウイルスを世界中にまき散らす」という設定になっており、先見性に驚きました。



雁の巣病院には開院当初より入院を引き受けていただき、大変感謝しております。以前は紹介すると「遠いから」といって抵抗を示す家族がおられましたが、人工島ができ、都市高速道路も伸びてアクセスが容易になり、受け入れられやすくなりました。休日にも受け入れていただけるので、週末に悪化した場合でも安心して紹介できます。今後ともよろしくお願いたします。

医療法人優なぎ会

GANNOSU HOSPITAL

# 雁の巣病院

精神科・心療内科

内科・リハビリテーション科・歯科

293床(精神病床264床,一般病床29床)

〒811-0206

福岡県福岡市東区雁の巣1丁目26番1号

TEL 092-606-2861

FAX 092-607-2211

<http://www.gannosu.org>



## 納得のいく医療

患者・家族の皆様、そして私たちが  
納得のいく医療の実践に努めます



### 診療時間

平日 9:00 ~ 17:00

土曜日 9:00 ~ 12:00

日・祝祭日 休診

外来受診は予約制となっております。

ただし、急患の際はこの限りではございません。

24時間365日、ソーシャルワーカーがご相談をお受けします。まずはお電話にてご相談ください。

### 面会時間

9:00 ~ 19:00

### アクセス

#### 【車でお見えになる方】

- ・高速道路利用  
九州自動車道 古賀インターから約20分
- ・都市高速道路利用  
福岡都市高速道路・香椎浜ランプから約10分

#### 【西鉄バスをご利用の方】

系統：21A番,21番,210番,220番  
バス停「雁の巣」下車 徒歩 約2分

#### 【JR九州をご利用の方】

香椎線(鹿児島本線 香椎駅で乗り換え)  
雁ノ巣駅 下車 徒歩 約5分

### 関連施設

医療法人優なぎ会

訪問看護ステーションがんのす

〒811-0206 福岡市東区雁の巣1丁目26番1号  
TEL 092-609-9119



医療法人優なぎ会

もりもと病院

〒847-0056 佐賀県唐津市坊主町441  
TEL 0955-72-5176



医療法人共和会

小倉リハビリテーション病院

〒803-0861 北九州市小倉北区篠崎1丁目5-1  
TEL 093-588-0668



社会福祉法人 松寿会

特別養護老人ホーム こくらの郷

〒803-0275 北九州市小倉南区高野4-12-11  
TEL 093-453-1100

