

昭和大学附属烏山病院だより

あおぞら

〔発行責任者〕 病 院 長 岩波 明
〔編集責任者〕 広報委員長 常岡 俊昭
〔住所〕 〒157-8577 東京都世田谷区北烏山6-11-11
〔電話〕 03-3300-5231(代表)

第 1 9 6 号

[2 0 2 3 年 1 2 月 3 1 日 発]

令和 5 年度秋季公開講座

I. 発達障害専門デイケアの取り組みとその効果

～一人ひとりのゴールを目指した支援～

リハビリテーションセンター 作業療法士 水野健

デイケアで行っている発達障害専門プログラムの紹介と目標のもち方についてお話させていただきました。支援を行っていくなかでプログラムの効果は、知識を得て自己理解が進むだけでなく、仲間と出会うことで得られる安心出来る場所での支え合いだと考えております。特に自分と似た特性をもつ仲間との交流は「〇〇さんみたいになりたい」「〇〇さんも頑張っているの、自分も負けれない」と目標となる方を見つけ、一步を踏み出す後押しをしてくれる機会になっています。

目標を持つことは頑張る方や程度を決める上で必要ですが、発達障害の方は目標を持つことが難しい方が多くいらっしゃいます。未来のことを想像することが苦手、自分のことがよくわからない（何ができるか、どのくらいできるか）、継続してがんばり続けることが難しい、目標を立てても上手くいかなかった経験を積み重ねたため心が折れてしまっているなど理由は様々です。また目標を決めてしまうとやらなければならないと言葉に縛られてしまい、行動に移せなくなってしまうという方もいらっしゃいます。目標は一人ひとり違い「就職する」といったものから、「調子を崩さずに過ごせるようになる」「家族の一員として役割をもつ」など幅広いですし、同じ人でも時期によっても変わってきます。

デイケアでは、ご本人の気持ちを大切に担当スタッフと定期的な面談の中で振り返りシートを使いながら「なりたい自分」を一緒に考えて支援を行っています。デイケア利用者の方々がそれぞれのペースで、それぞれのゴールの向かい努力していることが、ご家族や他の支援者にも伝わると良いなという気持ちで今回のテーマとしてとりあげさせていただきました。今後もデイケアが安心して過ごせ、「なりたい自分」を目指せる場所として利用者のお役に立てるようつとめてまいります。この度は、公開講座にご参加頂きありがとうございました。



II. 発達障害と依存症

昭和大学医学部精神医学講座 准教授 常岡俊昭

2023年11月25日(土)に令和5年度秋季公開講座という事で「発達障害と依存症」についてお話させていただきました。前回の公開講座は直前にコロナ関係で中止になってしまったこともあり、最悪演者がコロナになっても何とかできるようにハイブリッドにしてもらいましたが、当初予定していたオンラインでの100人の申し込みがすぐに埋まってしまい、一時締め切って、途中で再度500人を上限にして参加して頂きました。そのようなバタバタな中で当日も最初はオンラインの問題で入れない方々がおられるなどご迷惑をおかけしました。



題名の「依存症」と「発達障害」の2つにはいくつかの共通点があります。ぱっと挙げるだけでも、薬だけ飲んでいれば何とかなる病気ではない事、完治という概念はなく一生付き合っていくものである事、疾患や特徴についての勉強・理解が必要である事、多くの仲間が必要で仲間の中で回復していく事、自身の特徴を理解して自身にあった環境を手に入れた時には「障害」が「武器」に変わる事がある事などでしょうか。

そしてこの2つは合併する事も多く知られています。依存症の患者さんを診ていて依存症の背後に発達障害の生きにくさがある事はよくありますし、発達障害の患者さんは依存症になりやすい事も指摘されています。では2つが合併する事は不幸なのでしょうか？個人的にはそうは思いません。「依存症」も「発達障害」もある人は「依存症の支援者」からも「発達障害の支援者」からも支援を受けられます。両方の社会資源を使う事が出来ますし両方の仲間を作る事が出来ます。2つの病名が付くことは倍の援助が受けられる事で倍のコミュニティーを作れることだと思いますしこれは羨ましい事にもなるんじゃないかと思っています。



「そんな生易しいものじゃない」「綺麗ごとを言うな」などのご意見はごもっとも。大変な中を生き抜いてきた当事者の方や家族にとって「2つあってラッキーでした」なんて事は失礼にあたるかも知れません。それでも当院は発達障害と依存症という一般精神科病院では敬遠されがちな2つの疾患に力を入れています。当院に繋がって、「依存症/発達障害は自分の武器だから」「2つも武器があって良いでしょう」と言える方々が一人でも増えてくれたらと思って日々診療させて頂いています。

区民講座について

作業療法士 熊谷 なつめ

11月16日に烏山区民館で行われた依存症セミナーに参加しました。今回は、作業療法士も参加し、B4病棟入院中の患者さんと共に遠征を行いました。

参加者は当事者が一番多く、続いて当事者家族、スタッフが参加していました。

講演会の内容は、常岡先生より「依存症は私の誇り」というテーマでの講義のあと病棟のOB、OGの当事者から体験談を聞きました。当事者の体験談では治療中のリアルな体験談や、本人たちの変化していく考え方がよく伝わりました。後半はマンガ家であり、依存症当事者の三森みさ先生よりこれまでのナラティブを通して依存症とどう向き合っているのか講義を行っていただきました。壮絶な幼少期の体験も話してくださり、臨場感がありました。

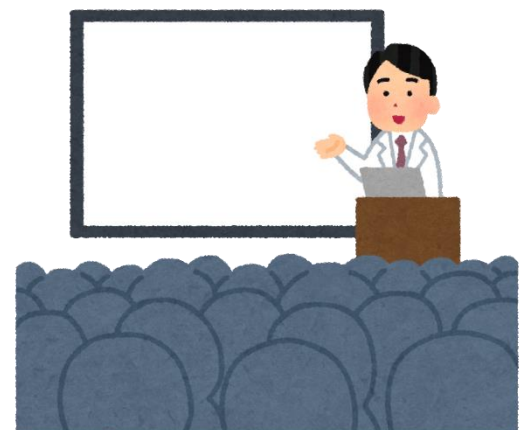
参加者は熱心に講義に耳を傾け、また、仲間の頑張っている姿に勇気づけられたのではないのでしょうか。

外部に遠征して作業療法を行うことは私自身初の体験であったため、新しいことを行う嬉しさの他に内心ドキドキしていました。

しかし、院内で行う依存症プログラムだけでなく、たまには、遠征をしての作業療法もリフレッシュができるなど感じ、これからも病棟の患者さんと遠征OTを行いたいと思うきっかけになりました。

依存症に対する偏見はまだまだ多い中で、実際に回復してきた人の声を届けることは、社会への啓発運動になります。今回は参加者が当事者に関係性する人だけでしたが、続けていくことによって、依存症には関係ないけど興味を持った人、自分は依存症ではないかと疑っているけど誰にも相談できない人なども来てくれるようになると良いと思いました。

帰り道で参加者に感想を聞くと、「自分もこんな風につらかったこともよかったと言えるようになりたい」「回復したと胸を張って言えるようになりたい」「自分を好きになりたい」とポジティブなものが多く、治療意欲を刺激できているため、続けていくことの大切さを実感しました。



デイケア活動 プロジェクトKについて

Bさん

プロジェクトKは10:00~11:20に開かれているプログラムです。みんなで話し合ってイベントを決めます。前回のイベントでは3択クイズ大会を開きました。企画の段階では、プロジェクトKのみんなで問題を作り上げました。自分が考えた問題はイギリスの首都はロンドンですが他にもロンドンと名の付く都市がある国はどこですか？という問題でした。当日は19人参加しました。結構大盛況でした。お菓子は参加者全員にあり、正解が多い人から好きなお菓子を順に選んでいただきました。自分は問題を読む係をやりました。スライドを進める係と何度も打ち合わせしたことで当日はスムーズに進行できました。読み上げる時に参加者たちが解き終わったのを確認して次の問題へ進むように心がけました。クイズを盛り上げるために「Aの人手を挙げてください」ということにしていましたが、最初のころ言い忘れていました。しかし一緒に担当していた司会の方に声をかけてもらって思い出すことができました。今後もプロジェクトKでいろいろ企画を考えて皆さんと楽しんでいきたいと思います。



総合サポートセンター

～受診・入院のご相談～

受付：月曜日～金曜日・8時30分～17時
土曜日 8時30分～13時
電話：月曜日～金曜日03-3300-5329
土曜日 03-3300-5231
◎初診受付：月曜日～金曜日・8時30分～14時
土曜日 8時30分～12時
◎休診日：日祭日・本学創立記念日・年末年始

《11月》 入院(前月) 外来(前月)

◆延患者数 8,297(8.568) 6,331(6.586)
◇一日平均患者数 276.6(276.4) 275.3(263.4)
◆診療実日数 30(31) 23(25)

広報委員会では、皆様のご意見ご感想をお待ちしております。連絡先は k-kouhou@ofc.showa-u.ac.jp となります。

こちら当院のホームページのQRコードとなります。ぜひご覧ください。



【編集後記】

今年の秋は、秋らしさを感じられないまま師走を迎えそうな異例の暖かさが続いている今日この頃です。一方で少しずつ朝晩の肌寒さを感じつつ、お肌の乾燥対策も始めようかな、、、と思いつつ冬は着実に近づいてきているようにも思います。冬といえばインフルエンザ等感染症流行の季節ですね。コロナもだいぶ落ち着き今年の年末は帰省や旅行にも行かれる方が多いのではないのでしょうか。引き続き感染症対策に気を配りながら、健康にお気をつけてお過ごしください。

(広報委員 亀井)