



栄養士は、健康な食生活のための栄養指導を行っています。

これらのリハビリテーションプログラムは社会への適応力をつけるという効果のほかに、「何かをしている」ということ自体が不安を和らげる大きな意味を持っています。

退院に向けて、退院後のリハビリテーション

退院後のリハビリテーションの中心は、精神科訪問看護指導と精神科

一人一人の健全な社会生活を目指して

精神障害者は、単に精神疾患をもつ病者というだけでなく、社会生活上の困難さを持ち、各種の社会的援助対策を必要とする方々でもありません。薬物中心の治療だけでは症状の軽減や苦痛を和らげることはできても、再発予防や社会復帰の促進にはつながりません。そのため、社会復帰を目的としたリハビリテーションが、疾病に対する治療と同時に進め



られる必要があります。これまで、精神科医療においては、リハビリテーションはあくまで治療の補助的役割を果たすものとして捉えられてきました。しかし、現在はリハビリテーションが早期より積極的に展開されることが求められています。

入院中のリハビリテーション

入院患者さんは、多くのプログラムの中からリハビリテーション計画に基づいて、いくつかを選択して参加します。

- ①健康の維持・増進を目的とした活動：プレイルームやグラウンドでは、ゲートボール、ソフトボール、バレーボール、バドミントンなどで汗を流すことができます。年に数度は、各競技の大会や運動会が開催され、白熱したゲームが展開されます。他病院・施設合同の大会にも参加し、交流を図っています。
- ②家庭生活や仕事に関係した活動：

デイ・ケアです。

退院前には、ニーズに合わせて「退院前訪問看護指導」を行っています。退院後の訪問看護は、精神医学ソーシャルワーカーや看護婦(士)が患者さんの自宅に向き、在宅でその人に合った健全な社会生活を送ることができるようリハビリテーションのお手伝いをするものです。当院は50名までが通える大規模精神科デイ・ケアを備えております。デイ・ケアは病気再発の予防、社会復帰の促進、長期入院の防止に役立つと考えられ、調理やスポーツなどの通院形式のプログラムを共にしながら、生活全般の悩みに対応するなどの支援をしています。

加えて、当院では「家族セミナー」を月に一度開催し、家族のサポートも行っていきます。病気や治療への理解を深めてもらうことで、退院を促進することができ、家族自身が抱えている悩みを互いに分かち合うことができるという利点があります。

専門スタッフがチームで支える

当院には、リハビリテーションを担うべく、精神科医・看護スタッフ・精神医学ソーシャルワーカー・作業療法士・臨床心理士・管理栄養

家庭生活上に必要な調理やワープロ技術を身につけることのできる教室、少人数で生活能力を検討し伸ばしていくグループがあります。



③対人関係と社会性の向上を目指す活動：グループの中で自分についての理解を深めたり、他者との関わりを持ち方を再検討したりするため、SST（生活技能訓練）、音楽療法、サイコロドラマ、芸術療法、話し合いの会、回想法（痴呆性老人のための思い出話の会）が運営されています。また、食事・洗顔・入浴や金銭管理など日常生活全般に関する援助も行っています。外出・外泊は、社会復



帰への足がかりとなるため、一人での外出が難しい方のためにはスタッフが付き添っての集団外出を行い、積極的に支援しています。

④個人的な表現や創造を目的とした活動：草細工・籐細工・和紙工芸・手芸・書道・絵画などの作品作りを通じ、作る楽しさ、作品が展示される喜びなどを体験することができます。大画面での映画鑑賞、カラオケも人気の種目です。

⑤その他：薬剤師は、症状の軽減・再発防止に不可欠な服薬指導、管理

士・薬剤師などの専門職が配置されており、各職種が専門的な視点から得た情報を交換し、リハビリテーションの計画をたて、援助をし、

評価をする、という一連の流れを繰り返すことで、患者さん自身の目標の達成を目指しています。

作業療法にボランティアの方が講師として参加するようになって5年が経過しました。ボランティアの方々の声をご紹介します。

書道 患者さんや職員の方々とコミュニケーションをとりながら楽しく勉強させて頂いて居ります。書道を通じ、患者さんになごやかに参加して頂き、一日も早く元気になって社会復帰される日を、と願って居ります。週一回の僅かな時ですが、作業療法のお手伝いが出来ると感謝して居ります。(水元清貞氏)

人は何かに集中できる時間をもつ事で心穏やかになります。書道は一字一字に念を入れて自分の氏名を書添える。上達や喜びも感じ、心の鏡と思います。患者さんが熱心に書きあげた時の目は輝いています。その完成の喜びを職員が共感される様子は、実に心なごみ、その時間を共に過ごさせて頂いた事を感謝しております。(小川千枝子氏)

籐工芸 初めは、つい、技術的なことや、作品を作りあげてもらう事だけを考えていた様な気がします。「すごいですね。先生だってこんな大きい作った事ないよ」と声をかけると、嬉しそうに「今度はこんな作りたい」と誇らしげに話して下さり、「今度いつ来るの」と言ってくれたり、久しぶりに顔を出しても覚えていて下さる事を嬉しく思いました。籐を教えているが逆に様々な事を教わっていると感じます。作品を作りあげた時、うんと誉めてあげてほしいです。だって私も誉められると嬉しくて、又頑張ろうと思ってしまう。(渋谷照子氏)

私で役に立てるのならと軽い気持ちで引き受け、試行錯誤を繰り返しています。患者さんには楽しく作業をしてもらえる様に心がけています。どんどん高度な作品に挑戦する人などもおられます。これを機に興味として籐工芸を続ける方がいるとうれしいです。会話ははずみ、楽しく過ごしています。(長瀬由美子氏)

皆さん最初は戸惑いながら作業をされていました。しかし次第に慣れてきて、中には一つの作品を何個も作る人もいます。上手になったことで自信が出てきている様です。私も皆さんが楽しそうに作業をしている姿を見て喜びを感じています。今後も微力ながらお手伝いをさせていただきます。(松田順子氏)

スタッフの皆さんが、いつも笑顔で患者さんに接しているのを見て、私も見習う事が有ります。籐工芸については、正確にとか形が良くということもありますが、楽しく参加できる様に心掛けています。これからも、ガンバって行きたいと思っています。(石川比佐子氏)