

しせいかい

Shiseikai

春の号
vol.69
2014.4

Contents

- 地域連携プロジェクト
- 「相談支援事業所しせいかい」開所
- 消費税増税に伴う利用料金の変更について
- アルツハイマー型認知症の内服薬について
- 「あいまいさ」とのつきあい方～心理学的な視点から～
- この春のありんくりん

ホームページアドレス <http://www5.ocn.ne.jp/~heiawahsp/>

プロジェクト

●それでも、また苗をお渡しして、育ててもらいました。なぜ続けてこられたのでしょうか？

(生産者)唐がらしの苗は、外で買えば安くて1本50円。仮に投資して育てたとしても、生産者側にとって大きな問題は、どこに販路を見出すかということ。良いものを作っても、売る相手がいなければ投資損。そこを補ったのが、今回の手法ではないか。

しせいかいが苗をお渡しする、生産者がそれを育て収穫・納品する、そしてキロ数に合わせて唐がらし代を受け取る、唐がらしはこれ一ぐ一の原料として使われる、という流れが予め決まっていました。

●みなさん、やってみる気持ちになったのは、

(生産者) ①苗をもらえること。 ②収穫の際に、ヘタ切りしなくてよいこと。 ③収穫後、冷凍保存できること

ヘタ切りは細かい作業で手間がかかる。ちょっとずつ出来上がる唐がらしを、収穫の都度、納品しに行くのは大変…そういう手間を省いたのが、今回のプロジェクトでした。

●実は、ヘタ切り作業は、リハビリに通う方たちにとって、一つの仕事となっているのです。ヘタを切りながら、虫食いを見つけて選別したり、細かい地道な手作業で集中力や持続力につけることに繋がっています。

(生産者) 知らなかった。リハビリにも貢献できているなら、やっている甲斐がある。

(区長) 唐がらし生産に関して、苗を作るまでと収穫してからのことはしせいかいが行っている。その中間をつないでいるのが上江洲区。地域と病院がこうして協力し合ってお互いを支えている形が、素晴らしいことだと思う。

現在、生産者は5名。インタビューの合間、皆さん情報交換に励んでいました。水やりの回数、台風対策の効果的なやり方、病気への対策…等々、議論は止まりません。同じものを作っているからこそ、こういった苦労が分かち合えるのではないか。そう思いながら、唐がらしについて熱心に語る皆さんのお話について惹き込まれる会でした。



ハ地域連携

生産者の方へインタビュー

●唐がらし畑の大きさと、植えてある苗の数を教えてください！

(生産者) 50坪～200坪！大体1坪に苗1本弱、間隔を空けて植えてるので、200坪ならおよそ180本もの苗を植えています。



●これまでの体験談、聞かせてください！

(区長) せいいかいが苗を提供し、上江洲区で農業を営む方に唐がらしを作つてもらうこのプロジェクト

が始まったのは一昨年の平成24年。せいいかいから依頼を受け、生産者の方たちにやってみないかと声をかけ、4～5名の生産者が集まりました。しかし開始早々、大型台風が2度も3度もやってきて全部枯れてしまう…という気持ちが折れる出来事がありました。

上江洲区女性会・ガーデンクレス

ガーデンクレスは、就労訓練工場せいいかいが作った製品を使って、喫茶店を営んでいます。パンあり、そばあり、野菜あり、これ一ぐ一すあり…たくさんの商品に追加して、4月からは更に上江洲区女性会の方々が作っているエコクラフトを置くことになりました。宝石のような髪飾り、流行りのエコバッグなど、商品は10種類以上に及びます。これを作っているのが、何とたった数人の女性会会員と言うのですから驚きです。



上江洲区女性会では、以前から一部の方を中心に、月に数回、時間がある時に集まつては、少しずつ商品を作つてこられました。その商品を、平成22年から23年にかけてガーデンクレスで販売していた時期もありましたが、事情があり一時休止。今回、女性会からお話を頂いて、販売を再開することになりました。



これまで、口コミで区内の住民中心に販売されていたエコクラフトですが、ガーデンクレスに置くことで、外向けの販路拡大と宣伝効果が狙えます。ガーデンクレスとしても、年齢問わず女性の興味を惹くようなかわいらしい雑貨は、お客様にもきっと喜ばれるはず、ワクワクする地域交流となりそうです。せっかくの上江洲区からのお声掛け、これを生かして新たにつながりを深められればと思っています。



「相談支援事業所しせいかい」開所

平成24年4月1日の障害者総合支援法（旧障害者自立支援法）改正に伴い、計画相談支援が障害福祉サービス利用者の一部の方から全ての方へと対象が見直されました。それを受け、当法人では平成25年2月1日に「相談支援事業所しせいかい」を開所しました。

相談支援事業所では、相談支援専門員が、就労訓練やホームヘルパー等の障害福祉サービスを利用している方のニーズに基づき、自立のサポートや適切なサービス利用ができるよう支援内容を共に考え、サービス等利用計画を作成するお手伝いをします。

※平成27年4月からは、障害福祉サービスを利用されている方全てに計画相談が必須となります。

（うるま市内には当事業所以外にも複数の相談支援事業所があり計画相談支援が展開されています）

■障害福祉サービス利用の流れ

- ①相談（相談支援事業所またはお住まいの市町村担当窓口で相談）
↓
- ②サービス利用の申請（市町村担当窓口で申請手続き）
↓
- ③相談支援事業所を選定・契約、サービス利用計画案の作成依頼
↓
- ④市町村による認定調査、審査・判定
↓
- ⑤支給決定（受給者証の発行）
↓
- ⑥サービス利用にむけ話し合い
サービス等利用計画作成・提出
↓
- ⑦サービス提供事業所と契約、利用開始
↓
- ⑧定期的にサービス利用状況確認
(必要に応じて見直し)



※水色の枠の説明は、相談支援専門員が関わります。

★主に精神障がいの方を対象にしています。

★当院外来通院されている方はお気軽にご相談下さい。

TEL (973-2000) 平和病院内 相談支援事業所しせいかい



消費税増税に伴う利用料金の変更について

平成26年4月1日から消費税が5%から8%へ引き上げられ、これに伴い、厚生労働省では、介護報酬についても見直しを行ないました。同時に利用者の施設サービスに要する費用及び在宅サービス支給限度基準額も下記のとおり引き上げられることになりました。

平成26年4月1日利用分から変更となりますので、ご不明な点がございましたら、各事業所へお問い合わせください。

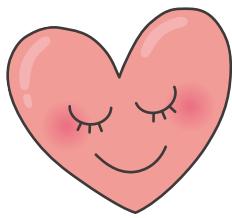
在宅サービスの区分支給限度基準額（1ヶ月）

要介護状態区分	平成26年3月末まで	平成26年4月から
要支援1	49,700円	50,030円
要支援2	104,000円	104,730円
要介護1	165,800円	166,920円
要介護2	194,800円	196,160円
要介護3	267,500円	269,310円
要介護4	306,000円	308,060円
要介護5	358,300円	360,650円

介護老人保健施設 基本サービス費

介護度	変更前/1日	改定後/1日	差額/1日	月/30日での計算
要介護1	786円	792円	6円	180円
要介護2	834円	841円	7円	210円
要介護3	897円	904円	7円	210円
要介護4	950円	957円	7円	210円
要介護5	1,003円	1,011円	8円	240円

精神科の窓



アルツハイマー型認知症の内服薬について



新垣 淑己 医師

認知症には①アルツハイマー型認知症、②血管性認知症、③レビー小体型認知症、④前頭側頭型認知症、⑤その他の認知症と5種類に大まかに分類できます。日本では約200万人以上の認知症の患者さんがいるといわれていますが、それらの約半数が①のアルツハイマー型認知症であると考えられています。そしてこれからの日本では高齢化がすすむためさらに認知症の数は増えるといわれています。今回は認知症の主な症状と最近発売された認知症新薬についてお伝えしようと思います。

認知症の症状

- ①記憶障害：最近の出来事が思い出せなくなり、同じ話を何度もしたり、物忘れがあります。
- ②見当識障害：日付けや場所が分からなくなります。自分のいる場所が分からず不安や興奮が見られることあります
- ③言語障害：物の名前が出にくくなったり、言われたことが理解できなくなります。
- ④失行・失認：服の着方が分からなくなったり、料理や入浴の段取りがちぐはぐになります。

周辺症状

- ①妄想：ありもしないことを思い込んだり、現実ではない事を言ったりします。
- ②興奮・攻撃性：些細なことで怒りっぽくなり、暴力をふるったりします。
- ③幻覚：ありもしない物が見えたりします。
- ④徘徊：うろうろと室内や戸外を歩き回ります。

認知症の新薬について

最近から認知症の新しい薬が3種類出来上りました。日本では今までアリセプト一種類しかなかったのが、これからは認知症に対する治療方法がかなり発展していくものだと思われます。ただし皆様がよく誤解されるのはこれらが全ての認知症に効果があると信じられていることです。しかしアリセプトを含め今回の新薬もすべてアルツハイマー型認知症治療薬であって、残念なことにそれ以外の認知症には適応がなく効果もほとんどみられないという事もご理解していただきたいのです。ではそれぞれの薬の簡単なプロフィールをご説明します。

アリセプト

軽度から高度の認知症まで使用可能です。日本では10数年前から使用されており、データの蓄積もあり、効果副作用についても医師からすぐ情報を得られます。1日に1回使用で十分な効果が得られます。高度の認知症の方は增量します。消化器症状（吐き気・下痢・食欲不振など）の副作用が比較的多くみられます。

レミニール

軽度から中等度の認知症に使用されます。アリセプトと違う作用がありアリセプトに効果がない人にも効果が期待できます。ただし1日に2回の内服（朝・夕）が必要です。消化器症状、めまい、頭痛などの副作用が見られます。

イクセロンパッチ、リバスタッチ

軽度から中等度の認知症に使用されます。アリセプトと違う作用でアリセプトに効果がない人にも期待できます。1日に1回湿布薬のように皮膚に直接張ります。皮膚に貼るので消化器症状の副作用は少ないので、皮膚の弱い方には湿疹ができやすくなります。

メマリー

中等度から高度の認知症に使用されます。上記の3つの薬に効果がない時に併用します。・認知症の高度な方や興奮して落ち着かない方にも使用されます。

消化器症状、めまい、頭痛などの副作用があります。

以上抗認知症薬として4種類の薬を説明しましたが、現在のご本人の状態やご家族の都合、副作用の有無など、薬の選択に関しては主治医とよく御相談されてから使用されることをお勧めします。

※当院では、一部処方出来ない薬があります。

あいまい 「曖昧さ」とのつきあい方 ～心理学的な視点から～

平和病院心理課 榎木宏之

はじめに

私たちの現代の生活を取り巻く環境は、日々大きく変わっており、少し前に流行したものでも気がつくと古く感じられるくらい、変化の速さには目まぐるしいものがあります。社会の変化が速いということは、それだけ、先の見えない時代に私たちは生きているのかもしれません。先を読めない状況は誰にとっても不安になるものであり、不透明さが強まれば、不安も一層強くなると思います。今回は、先の読めない状況という「曖昧さ」とこころの健康について少しご説明します。

病院に来られる患者さんの中には、先の見えない状況に対して先を急ごうとするあまり、心身の調子を崩す方がいます。例えば、休職中の患者さんが、復職のめどが立たない状況の中で焦り過ぎて、よけいに状態を悪くするという状況がそれに当たります。先の見えない曖昧な状態に対して、どのような捉え方をするか、どのような態度をとるかによって、その人の精神状態はマイナスにもプラスにも変わる可能性があるかもしれませんと思われるのです。



「曖昧さ」と曖昧さに対する態度について

ここでいう「曖昧さ」とは、十分な手がかりがないため、これまでの自分自身の捉え方では判断が難しい状態のこと指します。例えば、会話の中で相手が言った発言が、いくつか異なる意味で受け取られる場面では、受け取り方は、人によって様々です。曖昧さは、それを受け取る人によって意味合いが異なってくるので、同じもの、同じ場面に対しても、人の捉え方は異なることが分かります。

他の例を考えてみましょう。例えば、「結果の見えない仕事を始める」という曖昧な状況があるとします。皆さんはどのような態度をとるでしょうか？

表1 曖昧さへの態度による捉え方・感じ方の違い*

具体的な場面の例:「結果の見えない仕事を始める」という曖昧な状況に対して

態度の種類	曖昧さに対する捉え方	感じ方
曖昧さの享受	新しい発見があるかもしれない	楽しい 面白そうだ
曖昧さの受容	まずはやってみよう	はっきりしなくても 別に悪くはない
曖昧さの統制	白黒はっきりさせよう	はっきりさせないと だめだ
曖昧さへの不安	失敗しないか心配	不安だ
曖昧さの排除	はっきりしないのなら、やらない	はっきりしないことは つまらない

*西村佐彩子(2007)曖昧さへの態度の多次元構造の検討、パーソナリティ研究15(2)を参考に榎木が作成

結果の見えない仕事を始めるという曖昧な状況に対しても、態度の違いによって、捉え方や感じ方が大きく異なることがお分かりになると思います。

次に、冒頭で触れました、曖昧さへの態度と精神状態について、少し見てゆきましょう。最近では、曖昧さへの態度と抑うつの関係が指摘されるようになっています。

図1は、曖昧さに対するどのような態度が、抑うつを和らげ、また、どのような態度が抑うつを強めるかという、態度と抑うつの関係を調べた結果を図式化したものです。5つの曖昧さへの態度を抑うつとの関係を見た場合、『曖昧さの享受』の態度が強いほど、その人の抑うつは緩和されやすく、反対に、『曖昧さへの不安』の態度が強いほど抑うつは強められるという結果が見られました。あくまで、一つの研究から分かった事に過ぎませんが、曖昧な状況に対して、面白を感じて関わることは、気分の落ち込みからその人を守るように作用している可能性が考えられます。

表1は、人の曖昧さに対する態度を5種類に分けた時に、それぞれある研究によると、曖昧さに対する態度は5種類に分けられるとされており（西村, 2007）、表1は、人の曖昧さに対する態度を5種類に分けた時に、それぞれの態度ごとの曖昧さに対する受け取り方の違いを表にしたものです。ここで表している、『曖昧さの享受』とは、曖昧な状況や場面に対して積極的に楽しもうとする態度です。『曖昧さの受容』とは、曖昧さを、ありのまま受け容れる態度です。『曖昧さへの不安』とは、曖昧さに対して不安になる態度です。『曖昧さへの統制』とは、曖昧な状況や場面があると、情報を集めるなど自分から動いてできるだけ白黒をはっきりつけようとする態度です。最後の、『曖昧さの排除』とは、曖昧さそのものを認めず無くそうとする態度です。

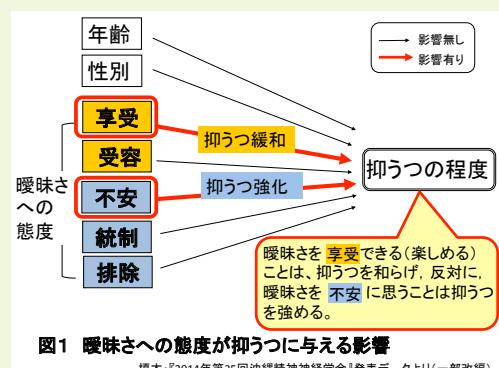


図1 曖昧さへの態度が抑うつに与える影響

榎木・『2014年第35回沖縄精神神経学会』発表データより(一部改編)

おわりに

一言で「曖昧さ」と言っても、身近なことから想定外の災害等まで、曖昧さの内容や程度は様々です。未知のものを受け容れて、少しでも楽しめることができること、こころの健康につながるのかもしれません。

この春の

ありんくりん



イチハナリ春

平成25年度3回目となるうるま市の地域活性化イベント「イチハナリ・アートプロジェクト」が、3/20(木)～3/30(日)までの11日間、伊計島で開催されました。今回は様々な雑貨アートが展示販売され、大勢の観光客や地元住民が訪れていました。

ガーデンクレスはしせいかい就労訓練工場の代表として、カフェ部門で出店。訪れたお客様からは「シンプルでおいしい」と、パンや野菜スープに好評を頂きました。



春のお茶会

平成26年3月19日(水)にあおば邸で『春のお茶会』を開催しました。

当日は、春を感じるには少し肌寒い気候でしたが、お茶会では、島椿の皆さんに三味線演奏やフラダンスを披露して頂きました。島椿には陽光館の職員が在籍しており、毎年お茶会を盛り上げて頂いています。そのあと一年間撮りためた写真をスクリーン上映し、会に参加された地域の方々やご家族にあおば邸での生活の様子を見て頂きました。



沖老健大会に参加して

平成26年2月28日(金)、ホテル日航那覇グランドキャッスルにおいて、第20回沖縄県介護老人保健施設大会が開催されました。今回、44施設から50題の研究発表がありました。

陽光館から「老人性乾皮症の改善に向けて～ハーフビニガーを取り入れて～」というタイトルで市原尚人さんが発表しました。フロアーからいくつか質問がありましたが、終了後にも個別に質問があり、乾燥による皮膚トラブルの予防法について関心が高いことを知りました。また各施設との情報交換の場として有意義な大会でした。今後も様々な取り組みや事例研究を行い、サービス向上やスタッフのレベルアップを図っていきたいと思います。



陽光館がきれいになりました

3月18日(火)・19日(水)に沖縄高等特別支援学校の生徒16人がハウスクリーニングの実習で来館しました。支援学校では、環境整備作業に必要な知識や技能の向上、また働く意欲を養うことを目的に校外活動を実施しており、今回、実習で培った技術をもとに陽光館の窓とフロアー清掃を行って頂きました。実習終了後「1年生は初めての学校外作業となりましたが、多くの経験を得ることができました。」と担当の先生が話していました。




**精神科・心療内科・内科
平和病院**
 病床数：212床（内 指定病床17床）

急性期治療病棟 精神療養病棟 精神科訪問看護 精神科デイ・ケア
 受付/午前8:30～11:00 午後1:00～3:00
 日・祝祭日は休診（木曜は新患受付行っておりません。）
 電話:098-973-2000 住所:うるま市字上江洲665番地

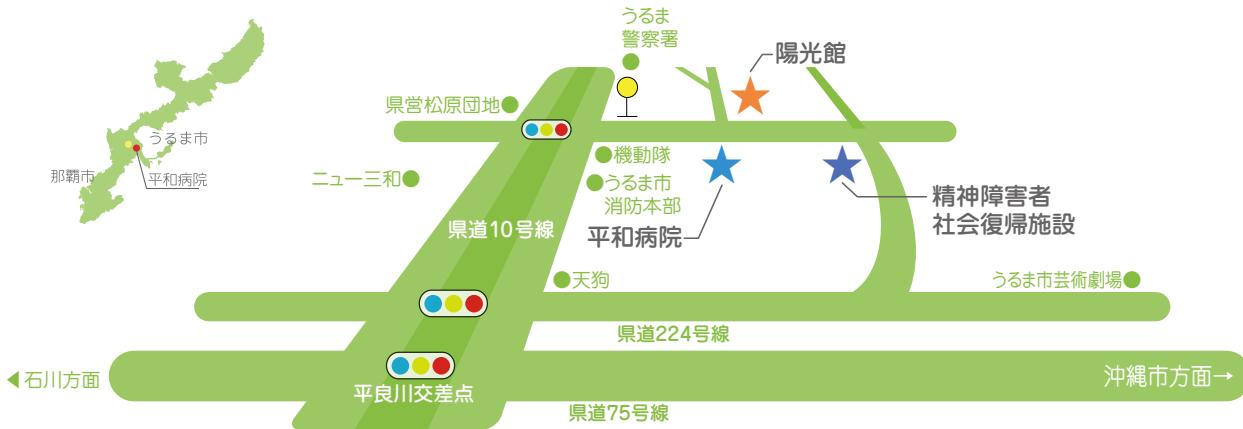

**介護老人保健施設
陽光館**
 入所定員：140床（認知症専門棟40床）

介護老人保健施設陽光館入所 デイケアセンター陽光館 ホームヘルプサービスセンター陽光館
 居宅介護支援事業所陽光館 短期入所療養施設陽光館
 認知症グループホームあおば邸 高齢者相談センター具志川ひがし
 受付/午前8:30～12:00 午後1:00～5:00 木・日・祝祭日は休館
 電話:098-974-4000 住所:うるま市字上江洲661番地


精神障害者社会復帰施設

一葉邸・二葉邸（外部サービス利用型共同生活援助）
 自立訓練事業所せいかい（宿泊型自立訓練・生活訓練）
 就労訓練工場せいかい（多機能型）（就労移行支援・就労継続支援B型）

各施設へのアクセス



編集後記

2月風回りの時期も過ぎ、うりずんの季節を迎えて、病院の中庭には春の花々が咲き始めました。そんななか、世間は消費税の増税や精神保健福祉法の改正などめまぐるしい変化を見せており、様々な分野で「変革」の時期を迎えている様に感じられます。

当法人においても本誌に掲載している2月からの相談支援事業所の開設や就労訓練工場せいかいの唐辛子栽培による地域連携の強化、イチハナリートプロジェクトへの参加継続による地域貢献に取り組んできました。これからも社会の変化に対応し、地域の皆さんのお力もお借りしながら、これまで以上に地域に根ざした医療、リハビリが展開出来るよう志誠会も変化し続けていきたいと思います。

山城 勝貴