

【休診のご案内】

ひだクリニック：土曜・祝日 休診

ひだクリニックセントラルパーク：水・土・日曜日



急に具合が悪くなった場合は、主治医がいなくても応急対応をいたしますのでご相談ください。セントラルパーク休診の場合は、ひだクリニック（本院）で対応いたしますので、お電話にてご連絡ください。

自立支援は登録医療機関のみご使用になれます。

***毎週木曜日10時～15時セントラルパークでは、ママ外来のお部屋の用意がございます。**

【ご案内】

★家族講座は、ひだクリニック研修ホールで行います。
家族sstも、ひだクリニック研修ホールにて行います。

1月15日（日）10時～12時 家族sst

1月15日（日）14時～16時 外来サイコドラマ

1月15日（日）15時～16時半 CBTフォローアップ講座（セントラル）

1月22日（日）10時～12時 ふぁみりーテーブル基礎講座

「薬について」薬剤師

2月 2日（日）16時半～20時 クローバーファミリー

ぶーけ家族懇談会と家族sst セントラルパークにて

2月 5日（日）10時～12時 「べてる式家族当事者研究」

2月12日（日）わいわい講座「精神疾患の見取り図」

【編集後記】

あけましておめでとうございます。皆様は、年頭に今年の目標を立てられましたか？年齢の速度で日々は過ぎていくといわれていますが、1年は本当に早いものです。夢や希望は目指さないと叶わないものです。早い1年だからこそ、目標を立て有意義に過ごしたいものです。（み）



H29年 1月号No.1



年頭のごあいさつ

医療法人宙麦会 理事長 肥田裕久

みなさま新年おめでとうございます。

今年も始まりました。ひだクリニックは11年の時を過ごしました。その間に様々なことがありました。昨年であれば、ひだクリニックセントラルパークの休院と再開。新たな有為な人材と出会い、また、幾人かとお別れをしました。これは世の常の事ではありますが、それでもその積み重ねに月日を感じます。今年の干支にならえば、烏兔匆匆（うとそうそう）という四字熟語がありますが、これは「月日の経つのが慌ただしく早いさま」をいいます。まさにそのような11年間でもありました。開院時また開院前の写真をみるのが最近多くありました。数多くの写真をみながら、11年前の青臭い精神科医療の理想を思い出しています。

1918年、今からおおよそ100年前。日本の精神医学と精神医療の創始者の東京帝国大学（当時）教授呉秀三は、その著書「精神病者私宅監置ノ実況及ビ其統計的観察」で、「我邦十何万ノ精神病者八実ニ此病ヲ受ケタルノ不幸ノ外ニ、此邦ニ生レタルノ不幸ヲ重ヌルモノト云フベシ」という有名なことばを残しています。

これは病気になったという第1の不幸と、施策不備や偏見という第2の不幸にさいなまれているということに他なりません。100年前のことばだが、はたして過去のことばとしていいもののでしょうか。到底そうとは思えません。

宙麦会のミッションが精神障害者の地域生活や就労支援ですから、余計にそのように感じてしまうのかもしれませんが。鳥瞰的に目を向けると、精神科疾患のみならず、2025問題をはじめ、様々な身体疾患のためになんらかの問題を抱えながら地域で生活する事の困難に遭遇します。

病気があってもなくても、認知症になってもならなくても、精神障害があってもなくても、その人なりの当たり前の日常を送り、当たり前の喜怒哀楽を感じ、当たり前とその人生を終える。この当たり前を実現していくための方法の模索の11年だったと思います。施策に万全はなく、不備をかこっても仕方ありませんが、指を啜って見ただけでいいのでもありません。この指を加える事を良しとしなかった11年間でもあったと思います。

宙麦会グループの職員は、青臭くあってほしいと思います。わたしたちは青臭いままで「青臭いプロフェッショナル」を目指したいと思います。50年後の精神科医療を変えていくために、青臭いわたしたちがまだまだやれることがあると思います。

どうか今年もよろしく願いいたします。



肥田先生のメディカルコラムVol.72



「精神科デイケアとは何か。精神科デイケアの本質とは何か」

その8～

デイケアから話題が少し離れますが、集団療法はいつから起こったのでしょうか。今から100年以上前になります。プラット（Pratt, Joseph Hersey : 1872-1956）という内科の先生が、1905年ボストンで試みた、重症結核患者さんへの集団指導の場に見られた偶発的な患者さん同士の相互作用が、療法としての集団の利用の始まりとされています。

この頃の結核患者さんには、お薬はありませんでした。抗結核剤が開発される以前で、かかったら不治の病と言われていました。治療法もありません。結核にかかるのは若い人が多いですから、そうすると自分たちの将来に対して悲観的になり、自暴自棄的になりがちです。そんな患者さんたちを集団指導しているときに、偶然に患者さん同士がいろいろなことを話し合うようになりました。これが、患者さんの集団精神療法の最初とされています。患者たちが定期的に集まって語り合うことで「結核患者特有の孤立無援感やうつ状態」が改善していったといわれています。

インド出身のイギリスの精神分析家ビオン（W.R.Bion, 1897-1979）は、軍医として兵士の戦闘に対する態度を観察し、そこで、グループ（集団）は基本となる数種類の体制があることを発見したのです。今回はこのグループの分類を挙げて説明をいたします。



**宙麦会&MARSスタッフのバトンリレーのページです。
今月は、マーレの平林裕子さんです**

明けましておめでとうございます。

私の名前は平林裕子です。統合失調症をもっているピアスタッフです。発症は高校二年生です。いちを、社会福祉士と精神保健福祉士とサービス管理責任者の資格を持っています。たまに、「裕子さんだからできるんだよ。」と言われるのですが、私も大変です。今は結婚して三歳の娘を育てています。私が仕事をしていて思うのは、当事者もスタッフも諦めるの早いことです。ご本人も支援者も「これがいいならもういいかな」というような勝手な限界をきめてしまっていると感じることがあります。けれども、その一言でご本人の人生が変わってしまうと思うんです。もっと、真剣に自分の人生に向き合うべきだと思います。だって、自分の人生、未来って誰だってキラキラしていただきたいでしょう？

それから、「自分の力を信じる!」といたいんです。病気をするともう前のように頭が働かないとか、酷いと「もう人生は終わりだ」と感じてしまう人までいます。しかし、リハビリすれば病前よりももっと深く楽しい人生が送れます。私は自分の人生を諦めたことがないです。どんなに病気が酷いときも自分は必ずよくなる!と信じていました。大学二年生の時に、インドネシアにボランティアに行き、ポルブドゥール寺院を觀ました。この障害者の私がインドネシアで一生関係ないと思っていた寺院を觀ている!と思うととても荘厳で人生觀が変わりました。なんともいえない感動でした。これは、私の例ですが、信じないと夢も叶わないし、潜在能力も引き出せないし、奇跡も起きません。私は娘が大きくなったら娘と一緒にインドネシアに行きたいです。これも私の諦めない夢の一つです。インドネシア語でTida apa apa!!! (なんとかなるさ!) みなさんにも、楽しい人生を、ゆっくりと過ごしてほしいです。次は同じように夢を持って生きて

いるすびかの安本さんにバトンタッチです。



ひだクリニックセントラルパーク 院長 宗岡克政

平成29年、2017年、明けましておめでとうございます。

昨年平成28年はひだクリニックセントラルパークの院長として勤務させて頂くことになった年でした。4月11日にクリニックが再開して、皆様のおかげを持ちまして新年を迎えることができました。心より感謝申し上げます。勤務を始めてのわかったことは、ご存知のようにここが特別な内装がされているということ、そしていろいろな患者さんが来られるということです。今後も、幅広い層の患者さんに来て頂いて、この空間、雰囲気の中、少しでも気持ちを安らげて帰ってもらえるようにしていきたいと思えます。

どうぞ今年も応援よろしくお願い致します。



(株)MARS 代表取締役 中田健士

あけましておめでとうございます。謹んで新年のお喜びを申し上げます。

昨年中は、ご利用者の方々やご家族様そして地域の皆様より、暖かいご支援やご理解を賜り厚く御礼を申し上げます。

今年は株式会社MARSとしては、ピアスタッフと協働して困っている方々の支援をしていくことや、企業と福祉との協働により新たな価値を創造してきたこと等、これまでの取り組みにより蓄積してきたノウハウを積極的に地域に貢献していく年にしていきたいと考えています。

幸先良く1月1日発行の厚生労働省が編集協力をしている雑誌「厚生労働」の地方の挑戦～先進事例紹介～の枠で、昨年実施をした千葉県ピアサ

ポート専門員養成研修について取り上げて頂きました。この取り組みは今後弊社を含む千葉県の数か所で毎年研修を行い、「稼げるピアサポート専門員」を養成していく計画で進んでいます。私たちはこの研修と併せて就労移行支援事業所コパスにおいてピアサポーター養成事業を行っており、専門的な研修と日々の訓練を行うことの相乗効果で、ピアスタッフを目指す方々の夢を応援し実現することが可能だと感じています。コパスにおいては、一般就労者への訓練のグループranaは昨年だけで12名の就職者を出しており、今年も働くことの実現に向け力強い支援ができると確信しています。

また、この東葛地域ではまだまだ他のサービスにつながってなく、症状に悩まされている在宅の方も多いと聞きます。これは、生活訓練や訪問における支援の必要性があり、当事者としてのリカバリーの経験が活かしていく場面も多く、マーレの役割も大きいと感じています。

さらに、2/20~24には東京の味の素スタジアムでグルメンピックというグルメイベントがあり、お好み焼き屋「焼麦大郎」が特別枠での参加が決定しました。このイベントは東京オリンピックに向け、日本・全国各地のグルメを世界に発信していくことをスローガンとしており、このイベントを通じて企業と福祉と一緒に商売を行うこと、つまり利益追求と就労訓練が同じ組織で両立できることを全国へ発信できるチャンスだと考えています。レストランテTERRA、お好み焼き屋焼麦大郎、韓国ダイニングカフェオリゾンテはこのことを証明している店舗ですので、是非今年も足をお運び頂ければ幸いです。

この1年も株式会社MARSは宙麦会グループとして、多くの方々の期待に応えることができるよう職員一同頑張っていきます。本年も皆様からのご指導ご鞭撻をお願い申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。本年もよろしくお願い致します。



院1年目H19年1月が第1号でした。当時は、「ひだクリニック」だけでしたので、『ひだクリ通信』という名でした。

このA4 1枚裏表だけで、色使いもあまりカラフルなものではないものでした。途中からホームページにも掲載するようになり、色使いを意識し始めました。どんどん、クリニックや法人、宙麦グループが大きくなり、H24年からタイトルが『そらむぎ』へと変更になりました。そして、肥田先生のメディカルコラムはH22年7月から、スタッフのバトンリレーは、H24年1月からスタートしています。皆様に医学的な知識もお伝えしたい、様々なスタッフが活躍していることもお伝えできたらと考え、また、昨年からは、「Ye11」、同じ病気の経験者からまだ、病気になり始めの方へ経験談をお伝えするコーナーも時折掲載したいと、スターとしました。

当院は、クリニックではありますが、多機能型診療所です。全国に先駆けて行っている取り組みもあります。診察室での診療だけでなく、多くのサービスがあり、当院での取り組みを皆様のお伝えしたい。様々な情報を密に伝え、回復、生活に役立ていただきたいという気持ちは当初から変わっておりません。今後もぜひみなさまのご活躍にお役立ていただけ、皆様とともに歩むクリニックであり、「そらむぎ」でありたいと思っております。

(編集長 宮崎りつ子)