

青仁会のご利用案内

精神科・神経科・心療内科 **青南病院** TEL 0178-27-2016
●受付時間／8:30～11:30 午後は予約診療となります。土曜日午後・日曜日休診
医療機能評価認定病院です。

通所リハビリテーションセンター **青陽館** TEL 070-6955-5453
●様々な社会復帰に向けたプログラムを用意しています。

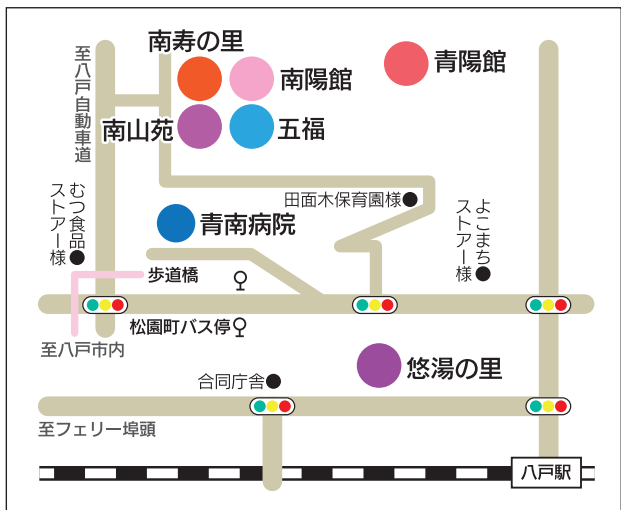
はちのへ認知症疾患医療センター
●認知症の対応や治療等お気軽にご相談ください。 TEL 0178-27-5977

介護老人保健施設 **南山苑** TEL 0178-27-3027

高齢者通所リハビリテーション施設 **南陽館** TEL 0178-27-3009
●入所及びショートステイ、デイケアなどお気軽にご相談下さい。

認知症対応型共同生活介護（グループホーム） **南寿の里** TEL 0178-20-9898
●家庭的な雰囲気を提供いたします。気軽にご相談下さい。

訪問看護・介護ステーション **五福** **看護** TEL 0178-70-1622
介護 TEL 0178-32-0088
●営業時間／8:30～17:30（月～金曜日）
営業日・営業時間外の訪問についてもお相談に応じます。24時間体制で対応します。



サービス付き高齢者向け住宅 **悠湯の里** **天然温泉**
●高齢者単身・夫婦世帯が安心して暮らせる住まいです。 TEL 0178-27-8888

ライフコミュニティパーク みさわ

住宅型有料老人ホーム **南風苑** TEL 0176-58-5321
●高齢者が自分らしく暮らせる、ぬくもりのある施設です。

小規模多機能型居宅介護 **南天の郷** TEL 0176-58-5320
●住み慣れた自宅で生活したい「思い」を応援します。

サービス付き高齢者向け住宅 **悠楽の里** TEL 0176-58-5323
●悠々自適な快適生活を楽しめます。

心療内科・精神科・一般内科 **あおぞらクリニック** TEL 0176-58-0909
●受付時間／9:00～12:30 14:00～17:45
診療時間／10:00～（土曜日・日曜日 休診）
●三沢市と周辺市町村の方々のメンタルヘルスと健康管理に貢献します。
●デイケア／月～金 9:30～16:30（昼食付）



「飛び立つ白鳥」 Photo by R.Izumori

For

Our Policy is “**For** the Society , **For** the Patient , **For** Myself”



「安比高原奥のまきば」 Photo by H.Chiba

当法人では意欲のある人材を募集しています。

医療法人 青仁会

TEL: 0178-27-2053

FAX: 0178-27-1053

〒039-1104
青森県八戸市田面木字赤坂22-1

ホームページ

<http://www.seijin.or.jp/>



私達の理念

みんなのために

すべての人達に、分け隔てない最善の医療を提供するよう努め、社会のニーズに応じて、自分達の出来る事を、実直に行っていきます。

あなたのために

利用者本位を基盤とした、こころ暖かな医療環境と安心して受けられる安全な医療の提供に努めます。

わたしのために

自分達の仕事に誇りと責任を持ち、自らに満足のいく仕事内容であるよう専心いたします。

CONTENTS

- おすすめシネマ
『僕と頭の中の落書きたち～WORDS ON BATHROOM WALLS～』……1・2 ページ
- 特集 『災害拠点精神科病院について』……3・4 ページ
- 病気について 『パニック障害とは』……5 ページ
- おすすめの一冊 『ボクはやっと認知症のことがわかった』……6 ページ
- 花言葉 『ルクリア』……6 ページ

本誌は視認性が高く、読みやすいデザインで制作しています。

発行者／医療法人青仁会 千葉 潜
発行日／令和3年 12月15日 年2回発行
※この冊子はスタッフにより作成されています。

僕と頭の中の落書きたち ~WORDS ON BATHROOM WALLS~



ストーリー

高校生のアダムは実験の授業の最中、目の前に幻覚が現れた事で事故を起こしてしまう。統合失調症と診断されたアダムは、母と一緒に治療を模索するがどれも上手く行かない。自らの病を秘密にしたまま学校生活を送るなか「普通の人生を送ること」を諦めかけていたアダム。ある日、同じ学校に通うマヤと出会い、二人は次第に惹かれあっていく。マヤとの出会い、家族や周囲からのサポートにより、アダムは精神疾患と葛藤しながらも人生に光を見出すようになる。

音楽はグラミー賞受賞デュオ 「ザ・チェインスモークス」が監修

全世界トータル楽曲再生回数260億回超えを誇るザ・チェインスモークスにとって、映画音楽の監修は今回が初となる。



感想

症状が目に見えづらい分、周囲の人から理解されづらい精神疾患。幻聴や幻視も他人には分からないけれど、映像化する事によって、本人にとっては実際に目の前で起こっている「事実」であるのだと、患者様の頭の中を少し覗かせてもらったような経験をさせられました。

広報記録委員会 北城 碧



映画配信情報

Amazon Prime video、
Apple TV、GooglePlay、
TSUTAYA TV他
ソニー・ピクチャーズ公式より各
動画配信サービスにて配信中
(日本での劇場公開、
DVD発売はされていません)



映画情報

監督／制作：トール・フロイデンタール
制作：ミッキー・リデル
ピートシレイモン
脚本：ニック・ナヴェダ
原作：ジュリア・ウォルトン
キャスト：チャーリー・プラマー
テイラー・ラッセル
アンディ・ガルシア他
制作会社：LDエンターテインメント
配給：ロードサイド・アトラクションズ
制作国：アメリカ

災害拠点精神科病院について



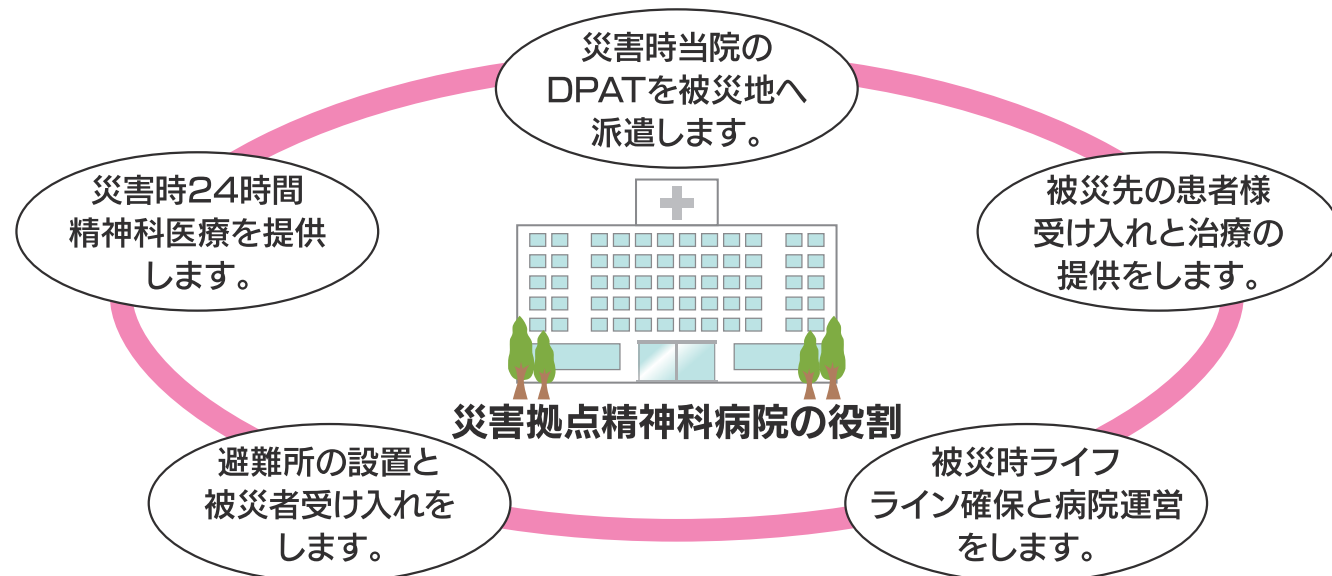
2010年代の震災の記憶と災害拠点精神科病院事業への動き

2011.3.11の東日本大震災と2016.4.14熊本地震（H28）で、被災したのは精神科病院も例外ではなく、当院においてもライフライン復旧に3日間を要し、その間の病院運営ではスタッフ総出で患者様の安全確保にあたった記憶は今でも鮮明に残っています。

また運営に壊滅的な被害を受けた精神科病院も多数発生し、物資救援を当院でも実施しています。この大きな2つの震災を契機として、2019年災害対応支援に特化した精神科病院の設置が全国で推進される事となりました。

2021年3月 災害拠点精神科病院の指定を受けました。

当院では災害対策への高い危機意識を持ち、設備準備や体制作りを進め、青森県での指定を受けています。その役割は、下記のような活動があります。



予想される 災害に向けての 青南病院の 活動



災害対策本部の設置訓練



入院患者様の避難誘導訓練



非常用発電機や炊き出し用窯等の整備

大規模
災害訓練や
必要物品の
整備を行っ
ています。

DPAT (Disaster Psychiatric Assistance Team) 災害派遣精神科医療チーム



○ DPAT ってなに？ ○

DPAT …初めて耳にする方が多いのではないのでしょうか？ DPATとは、自然災害や犯罪事件、航空機・列車事故等の集団災害が発生した際に出動し、被災地域の精神科医療を手助けする災害派遣精神科医療チームです。専門的な訓練を受けた『DPAT先遣隊』が被災地域に出向き、精神科医療を継続させるために様々な活動をしています。



避難所や救護所などで、
精神科医療が必要である方の
処置をしたり…

被災地の精神科病院で、医療継続のための
サポートもします。
病院運営が難しい場合には、入院患者様の
搬送手続・搬送を行います。



新型コロナウイルス感染の
クラスターが発生した精神科病院の
運営をサポートすることも。



○ 青南病院のDPAT活動 ○

・体制

当院では『DPAT統括者』が2名在籍しています。緊急時には青森県庁の災害対策本部に入り、災害医療の取り纏めやDPATの指揮を執る等の役割を担います。また、災害時に48時間以内に被災地に入って活動をする『DPAT先遣隊』も2チーム組織されています。

・外部との連携

様々な医療機関や自衛隊、消防署などと連携した訓練に参加しています。定期的に青森県主催の会議にも出席し、関係機関との連携体制を構築しています。





パニック障害とは



パニック発作というものは非常にありふれたものです。パニック発作が起こるのではないかと恐れながら過ごす時間が非常に長くなると**パニック障害**と呼ばれます。

パニック発作 女性の方に多く、20人に1人がかかる病気

睡眠中やテレビを見ている時に突然出現するパニック発作があります。怖いものを見たときや不安に思うことなどがある場合におこる不安発作とは異なります。

パニック障害の症状 パニック障害にはパニック発作、予期不安、回避行動があります。

動悸、息苦しさ、
過呼吸、めまい
震え、しびれなど

「自分がコントロールできない」
「死んでしまいそう」
といった恐怖感

子供の場合、
吐き気や便秘が症状
になる事が多い

予期不安 発作がまた起こるのではないかと不安

発作を繰り返す事で、「また起きるのではないか」「次は激しい発作ではないか」「今度こそ死んでしまうのではないか」など不安が消えなくなります。

回避行動 繰り返されるパニック発作により、他人に迷惑をかけるのではないかと、恥をかくのではないかとといった予期不安を避けようすること

回避行動は、電車やエレベーターの中など発作が起こりやすい場所や状況を避けるようになってしまいます。

パニック発作 + 予期不安 + 回避行動

＝

外出制限



治療法

薬物療法

薬によって不安を和らぎます。パニック障害の中心症状であるパニック発作が、薬物療法によって治まった後も、予期不安は残されることが多いです。

行動療法

予期不安をなくすために、避けていた場所や状況に少しずつチャレンジします。

青南病院のご案内

診療科：精神科・神経科・心療内科・内科
受付時間：月～土曜日 8:45～12:00

TEL **0178-27-2016**

あおぞらクリニックのご案内

診療科：精神科・心療内科・内科
受付時間：月～金曜日 9:00～17:45

TEL **0176-58-0909**

おすすめの一冊

ボクはやっと 認知症の ことがわかった

著者 猪熊律子 長谷川和夫
定価：1,430円
発売日：2019年12月27日
出版社：KADOKAWA

書籍紹介

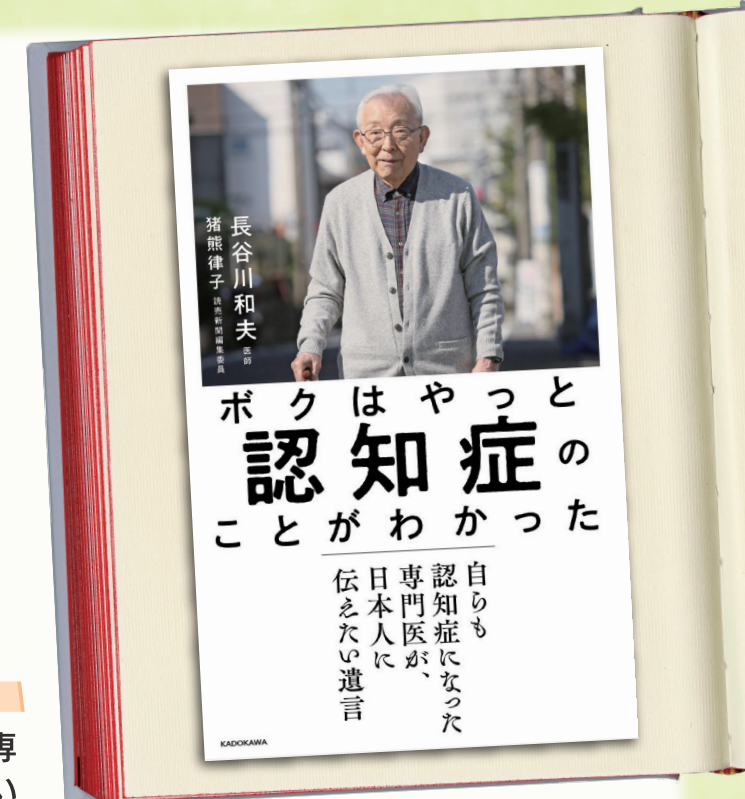
これまで何千人もの患者を診てきた認知症の専門医は、認知症になって何を思い、どう感じているのか。自身の半生や生き方、日本の認知症の歴史に触れながら、日本人に伝えたい「遺言」を語る。

所感

認知症が痴呆と呼ばれていた時代から、認知症と真摯に向き合ってきた著者の半世紀を記す本となっています。専門家として、また患者として2つの視点から発見したことや感じたことが綴られており、「認知症」について考えさせられる1冊となっています。

11月にご逝去されました。ご冥福をお祈りいたします。

広報記録委員 西山 夏海



花ことば 「清純な心」「優美な人」

ルクリア

科・属名：アカネ科
ルクリア属
和名：ニオイザクラ
見頃：10月～12月

花の由来は、桜に似た花姿で、上品な芳香があるため「ニオイザクラ」という和名が付けられました。素朴な、甘く優しい香りがします。花言葉は、「優美な人」「清純な心」など可憐な花にぴったり

です。コロナ禍で批判の声やストレスなどが溜まっている現代で、精神を和らぎ優しく、清純な心を。今の現代だからこそ知って欲しい花となっています。

