



こころの四季

シリーズ こころの散歩道 vol.27

「Coda コーダ あいのうた」

残暑が厳しかったですが、ようやく秋らしくなってきました。そして芸術の秋です。今年はコロナで2年中断していた当院の文化祭を開催いたします(10月11日～11月11日)。素晴らしい作品をどうか鑑賞してください。さて、今回は映画をご紹介します。

今年のアカデミー賞を受賞した「Coda コーダ あいのうた」は、ろうの家族の中でただ一人耳が聞こえる少女の物語です。Coda とは Children of Deaf Adults = “耳の聴こえない両親に育てられた子ども” という意味です。

主人公のルビーは聴者で、幼い頃から手話を使い両親と兄の通訳をしていました。また父と兄は漁師なので、早朝から漁を手伝い、港で仲買人と値段の交渉もして高校へ通っています。そのような生活ですから、ルビーは同世代と付き合う時間がなく、皆のように自分を主張できません。合唱クラブに入ると顧問の先生は、すぐにルビーの才能を見出しますが、ルビーは自信が持てません。先生はルビーに音楽大学への進学を勧めますが、ろうの家族にはルビーの歌声の美しさを感じることはできず、進学して家族の通訳がいなくなることを両親は受け入れられません。自分の好きな道へ進むか、家族のためにとどまるのかに悩む姿が切ないです。転機となるのは合唱クラブの発表会で、家族がルビーの晴れ姿を見にいきます。その場面には無音で映像が流れるシーンがあります。見ている私たちも、ろうの家族と同じ体験をします。家族は周囲の観客の様子から、ルビーの歌が人々を感動させていることを感じます。その後の展開は見てのお楽しみです。

この映画はいろいろと感じ、考えさせられます。劇中の歌は60、70年代の曲が多く、マーヴィン・ゲイやジョニ・ミッチェルなど年配の人にはたまらない懐かしいものです。また、家族らしく激しい衝突と深い愛情も感じます。最近のヤングケアラーの問題を連想するかもしれません。ろう者は手話という言語を母語とする言語的少数者で、独自の文化を持つという考え方もあります。現代はジェンダーや発達障害などのマイノリティを、人間の多様性として尊重する流れにあります。この秋にご覧になって、いろいろと感じてみてください。

茨城県立こころの医療センター病院長 堀 孝文

ギャンブル障害について ～自分の力だけではやめられないという病気の正体～



パチンコ、スロット、競馬、競輪、競艇…。ギャンブルは私たちの身近にあります。やったことのある人は、たくさんいらっしゃるでしょう。ではギャンブル障害（いわゆるギャンブル依存症）の人とそうでない人は、何が違うのでしょうか。またギャンブル障害になったら、どうしたらよいのでしょうか。小松崎先生に解説していただきました。

Q1 ギャンブル障害ってどんな病気？

ギャンブルに対する衝動が抑えられず、借金、家族関係の悪化、仕事がおろそかになる、気分が落ち込むなどの問題が起きても、ギャンブルをやめられない病気です。

原因は「脳内報酬系」という神経回路の異常だと考えられています。もともとの衝動性の高さ、ビギナーズラックの経験、ギャンブルをしやすい環境なども影響します。医薬品の副作用で起こることもあります。

そして、うつ、不安障害、アルコール・薬物依存症などの合併もみられます。これらの精神疾患とギャンブル障害は、「たまごが先か、にわとりが先か」の関係にあります。例えば、ギャンブル障害のつらさからうつになるケースもあれば、うつのつらさをまぎらわすためにギャンブルにはまる人もいます。

Q2 どんな治療をするの？

ギャンブルに対する衝動の引き金を同定し、それをやり過ごす対処法を考える作業をしてもらいます。ストレスとのつきあい方や、コミュニケーションのとり方なども見直します。そうして、ギャンブルをやらない日を、一日一日積み重ねていきます。

単にギャンブルをやめることだけでなく、自分を苦しめる考え方のクセや、無理のある生き方を変えることを目指します。これらは短期間で解決するものではなく、根気よく取り組む必要があります。

Q3 家族はどう関わればいいですか？

借金の督促状が届いたり、ギャンブルで給料を使い果たしたりすると、ご家族は借金を立て替えたり、生活費を出してあげたりしがちです。

ご家族が金銭的に助けてあげるとは、そのときはいいように見えても、ギャンブル障害の悪化につながります。ギャンブルに限らず、依存症から回復するには「自分の荷物は自分で背負う」が原則です。具体的なコツについては、医療機関や精神保健福祉センター、各種相談機関（NPO 法人ギャンブル依存症家族の会など）に相談してください。

『パーソンセンタードなケアへの旅路』

～ソーシャルディスタンスが必要な現場でのケア～

パーソンセンタードなケアって？

当事者と援助者がお互いを尊重しながら支えあい、自己実現について一緒に考えていくことを基本姿勢としています。自己実現に向け、当事者の近くに寄り添い、ゆっくり話をしながら安心できる場を提供し、求めているものを共有していきます。

新型コロナウイルス感染症の影響

新型コロナウイルス感染症の影響で、どこの医療現場でも症状が疑われる方にはやむを得ず感染対策を取らざるを得ないことがあるのではないのでしょうか。

防護服やフェイスシールドなどの使用は、援助者の表情が伝わりにくいため圧迫感や緊張感を与えることがあり、不安や恐怖心を抱かせてしまうことがあります。援助者と当事者間でソーシャルディスタンスが必要であり、パーソンセンタードなケアが難しい状況になります。

そのような状況でもできること

- ☆ソーシャルディスタンスを保ちながらスタッフの顔写真付きの名札を見せて自己紹介をし、目線を合わせてゆっくりした口調での声かけを心がけ、当事者の声に耳を傾けながら不安を和らげられるよう取り組みます。また、辛い状況であろう当事者への労いの声かけを大切にします。
- ☆多職種間での情報共有を行うことで当事者理解に努め、自己実現に向けた関わりの工夫を行います。
- ☆個室での療養を求められるため、自宅で普段使用していた娯楽用品などはできるだけ使用できるように配慮します。
- ☆季節を感じられる装飾で明るい環境を提供します。

ケアを行い感じたこと

ケアを行う中で感謝の言葉をいただいたり、笑顔で退院される方を見送った体験から、一人の「人」として大切にするにはどうしたらいいかを考え、実践し続けることで、当事者と援助者双方の安心や安全につながり、自己実現に向けたパートナーシップが作られていくのではないのでしょうか。

この状況の中でもお互いを尊重し、
安心できるような関わりを実践
してみませんか？

CVPPP（包括的暴力防止プログラム）推進委員会

家田・羽石

イラスト 鴻田



ディケアで SDGs

十数年前から病院グラウンドにあったベンチを通称 U 工務店(※)がリメイク！ 解体→木材補填→ペンキ塗り→組立という工程を経て、あたかも新品のようにベンチがよみがえりました。グラウンドの木陰に置いてあります。みなさんもベンチに座って紅葉を眺めながら、ほっと一息つきませんか。



製作者コメント

「錆びているネジをはずすのが大変でした」

「報酬は皆さんの笑顔です」

※U工務店とはディケアメンバーで構成された物作り隊。製作実績はボッチャで使用する競技用補助具「ランプ」等がある。

3年ぶり！

文化祭 開催のお知らせ

10月11日から11月10日まで文化祭を開催します。ぜひお越しください。

精神科ネットワーク連携医療機関紹介

酒門診療所

精神科/神経科/心療内科/児童精神科

異なる医療機関・施設間が連携をとることで、患者さんの症状に対する適切な医療提供を行えるようにネットワークを図り、包括的な連携支援体制を構築しております



医療法人南山会は、地域に根付いた精神科医療を理念として、当事者が社会で生活するために必要な医療や様々な社会資源の提供を行ってきております。この度酒門診療所を増築し、令和4年9月1日桜川クリニックを統合し、新たに児童精神科を開設しました。児童精神科では、発達の遅れや偏りがみられるこども、情緒や社会的機能に困難さを抱えるこどもなど幅広く診察しております。診断や心理検査のみでなく、こどもの成育環境にも目を向け、成長や発達を考慮しながら医療を行っております。

プレイセラピー、心理教育、ペアトレ、不登校児のこどもディケア“しろくま”、教育も配慮した“ふたば”などの治療プログラムや、親御様に対して様々な視点からの情報提供や地域連携の窓口的な医療相談も行っております。また、睡眠時無呼吸症候群などの大人の睡眠障害以外に、こどもの睡眠障害にも取り組んでいます。

	月	火	水	木	金	土
精神科 神経科 ・心療内科	○	○	○	○	○	○
児童精神科 ・心療内科	○	○	○	○	○	-
睡眠外来	○	○	-	-	-	-

〒310-0841 茨城県水戸市酒門町 1577-10

医療法人南山会 酒門診療所

精神科/神経科/心療内科 TEL029-240-1060

FAX029-240-1586

児童精神科/心療内科 TEL029-239-3370

FAX029-239-3372