



こころの風景 水挽副院長コレクション

シリーズ こころの散歩道 vol.42

三寒四温

新年度を迎え大分春らしくなりましたが、今年も3月は気温の上がり下がり極端で、何を着たらいいのか服装に迷う日が多かったです。このような天候を三寒四温(3日寒い日が続くと4日温かい日が続く)と言いますが、元々は中国で冬の天候を表わす言葉だそうです。大陸では冬にみられるのですが、日本では春先に低気圧と高気圧が交互にやってきて短い周期で天候が変わるので、春に向かう様子を表わすのに使われています。

また春は三段階でやってくる、とも言われています。「光の春」「音の春」「気温の春」の順番です。最初は日が伸びてきて日差しが明るく感じられ、次に雪解けの水が流れる音やヒバリやウグイスの鳴き声を聞き、最後に気温が上がって暖くなり桜が咲いて春爛漫を感じるというような流れです。

このように季節は、特に春は一気に切り替わるものではなく、行きつ戻りつしながら段々と移っていきます。同じことは精神科の病気の回復過程でもよくみられます。うつ病の症状が消えていく順序は、まず不安やイライラがおさまり、次に憂うつな気分がよくなり、最後におつく感がなくなって動けるようになっていわれています(笠原嘉『軽症うつ病「ゆううつ」の精神病理』講談社現代新書)。また、昨日は気分がよくてもう治ったと思ったのに、今日はまた朝からだるくて調子が悪いというように、日によってよかったり悪かったりすることがよくあります。これを、笠原先生は、もう春だと思ったあとでやってくる寒さはひとしお身にこたえるので患者さんに「治療経過中には三寒四温がある」と言って注意を促しています。

どうしてこのような波がくるのかと考え込む人もいますが、たいてい理由はよくわからないので、波をうちながら段々よくなるものだと考える方がよいです。これも前回お話ししたネガティブ・ケイバビリティにつながる構え方だと思います。

茨城県立こころの医療センター病院長 堀 孝文

医療観察法制度について



当院では平成23年10月、新病院オープンとともに本県初となる医療観察法病棟を開設しました。聞きなれない制度かもしれませんが、今回は医療観察法病棟を担当する小松崎先生に医療観察法や病棟での取り組みについて教えていただきました。

Q1. 医療観察法とは

「心神喪失等の状態で重大な他害行為を行った者の医療及び観察等に関する法律」というものがあります。略して「医療観察法」といいます。



精神障害のため刑事責任を問えない状態で重大な他害行為を行った方に、十分な医療を提供し、社会復帰していただくための制度です。医療観察法制度の対象になるかは、地方裁判所が決定します。対象者は入院または通院による医療を受けることになります。

Q2. 医療観察法病棟(入院処遇)で行うこと

医療観察法病棟に入院すると各対象者に MDT (Multidisciplinary Team) という多職種チームがつけます。MDT は医師、看護師、心理士、作業療法士、精神保健福祉士からなります。そして退院先や通院先を探し、地域の支援者との橋渡しをするのが、社会復帰調整官です。対象者、MDT、社会復帰調整官が協力し、地域の支援者のみなさんに助けをもらいながら、治療と社会復帰を進めていきます。

入院処遇においては、さまざまな治療プログラムが行われます。その内容は、病気の症状、病気と他害行為の関係、ストレスと怒りの対処法などを学ぶこと、他害行為が被害者や周りの人にどのような影響を与えたかを考えることなど、多岐にわたります。



薬の管理、人とのコミュニケーション、お金のやりくりなどの苦手なことがそのままになっていると、病状が悪化しやすくなります。こういった問題の対策もみんなで考えます。

Q3. 医療観察法の対象になったあとは

医療観察法による医療を終えたあとは、精神保健福祉法による医療に移行して、治療が続けることがほとんどです。そして多くの方が、再び他害行為をすることなく地域で生活しています。対象者の社会復帰は、地域の支援者のみなさんに支えられています。

外来のご案内

- 初診・再診ともに予約制です
- **初診予約**の流れ ※診療する医師の指定はできません

高校生以上の方 (精神科一般外来)

月初の診療日から翌月の予約の
電話受付を開始します
(受付時間：平日 10 時～16 時)

0 2 9 6 - 7 7 - 1 3 5 9

小学生～中学生の方 (児童・思春期外来)

新患予約を電話にて随時受け付けて
おります
(受付：平日 10 時～15 時)
初診までの流れは QR コード



0 2 9 6 - 7 7 - 1 6 2 4

- **予約変更・キャンセル**について：下記の電話番号までお早めにご連絡ください

高校生以上の方：0296-77-1159 / 小学生～中学生の方：0296-77-1151 (代表)

(令和 7 年 4 月 1 日現在)

診療区分	月	火	水	木	金	土	日
精神科一般外来	堀	水挽	堀	太刀川	水挽	休診	
	間中	吉川	影山	水挽	間中		
	大久保	影山	小松崎	影山	吉川		
	村上	南場	佐々木(絵)	南場	影山		
	小篠	神	村上	田村	小松崎		
	松本(翔)	大久保	八辻	松本(静)	小篠		
	山谷	村上	白鳥	兒玉	松本(翔)		
	八辻	佐藤(悠)	田口	佐々木(絵)	佐々木(恵) (第2・4)		
		妹尾	瀬山	米澤	袖山		
		高橋		佐藤(悠)			
				小川			
				関			
児童・思春期外来		上月	藤田	松本(静)	藤田		
		米澤	神	米澤			
				神			
依存症関連問題外来			小松崎	中村	中村		
					小松崎		
睡眠・覚醒障害外来	神林	千葉		神林			
	白井			岩渕			
コロナ罹患後外来		高橋					

こころとからだの事例検討会 開催

2月14日、県内の消防本部、警察、行政、医療機関から87名の方にご参加いただき、第21回こころとからだの事例検討会を開催しました。

事例1つ目は入水自殺未遂の転院搬送について。夜間帯で必要十分な情報が短時間では得られにくい中、身体科と精神科との連携が求められた事例でした。

事例2つ目は摂食障害の方の救急搬送について。保健所や市役所なども関わっていたケースで、医療を超えた地域の包括的な連携のあり方について討議がなされました。

こころとからだの事例検討会は、参加者の自由な発言を重視しています。参加いただいた方には、職種を越えた様々な意見の中から、今後の活動に役立つ知識やスキルなどを持ち帰っていただきました。今後も患者さんに必要な治療がスムーズに提供できるように、本事例検討会を定期的に開催して参ります。



支援の質向上を目指して ：院内研究発表会

当院では、治療や支援の質の向上を図る目的に、職員が取り組んだ研究の成果を報告する院内研究発表会を年に一度開催しています。今年度は3月6日に開催され、看護師や薬剤師による研究成果の報告が行われました。

このうち看護師からは、ご本人の希望を取り入れながら入院生活を支えた患者さんのケースなど、その人らしさを尊重するケアに関する発表がありました。質疑応答では参加者が自分の経験と照らし合わせて具体的な質問を持ち寄り、活発な意見交換が行われました。患者さんのニーズに沿った治療や支援を行っていくために、新しい視点や方法を学ぶことができた機会となりました。



精神科ネットワーク連携医療機関紹介

医療法人平仁会 下館病院



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

当院は67年前に創立して以来、精神科デイナイトケアや認知症専門病棟を県内で初めて開設するなど、精神医療の中核として発展を続けてきました。自然が豊かな場所に位置し、春には敷地内に藤の花や枝垂れ桜が咲き誇ります。

関連施設として、グループホームや認知症デイケア、訪問看護を実施し、若年層から高齢層まで患者様に合わせたサポートが出来る体制が特徴です。

「受診して良かったと思う病院」を目指すことを理念とし、多職種一丸となって患者様の回復に努めてまいります。

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～11:00	○	○	○	○	○	—
13:00～15:00	○	○	○	○	○	—

〒308-0843

住 所：筑西市野殿 1131 番地

病院名：医療法人平仁会 下館病院

診療科目：精神科

TEL 0296-22-7558 FAX 0296-22-7527

茨城県立こころの医療センター広報紙 第84号 発行：こころの医療センター広報委員会 発行者：堀 孝文
発行日：令和7年4月1日 〒309-1717 茨城県笠間市旭町 654 TEL：0296-77-1151 FAX：0296-77-1739