

RPJ News

2017年 10月号

特定非営利活動法人(NPO法人)

精神保健福祉交流促進協会 Refresh Project

〒130-0001 東京都墨田区吾妻橋二丁目

毎月1回発行 E-mail ref-pj@mx5.ttcn.ne.jp

発行責任者：志井田美幸/ 長野敏宏/ 仁木守

連絡先 090-1811-7119

ホームページ <http://www2.ttcn.ne.jp/ref-pj/>

内 容

- * カナダ・トロントセミナーのリニューアルに向けて
社会福祉法人町にくらす会 理事長
協会理事(トロントセミナーツアー担当) 志井田 美幸
- * カナダ・トロント研修で得たこと
(社福)町にくらす会 訪問看護ステーション KUINA 水越 珠美
- * トロント ACT 研修セミナーに参加して
社会福祉法人町にくらす会 砂押 美智子
- * 事務局からのお知らせ
新刊書籍のご案内 他

* カナダ・トロントセミナーのリニューアルに向けて

社会福祉法人町にくらす会 理事長

協会理事(トロントセミナーツアー担当) 志井田 美幸

本年のトロントセミナーご参加を検討いただいていた皆様、トロントサイドの諸般の事情により募集することが出来ず大変申し訳ございません。実は昨年 10 月に受け入れ先の親組織であるマウントサイナイ病院の CEO である Mapa さんが、今年の 6 月に主任精神科医である Modyn 先生が退かれました。そして新しく Lesley Wiesenfeld 先生が着任され大幅に体制が見直されました。

そこで 9 月 25 日(月)～10 月 2 日(月)まで、トロントセミナー継続に向けての打合せを兼ねて少人数でのリニューアルセミナートライアルを実施しましたので、ここに報告させていただきます。受け入れ先はマウントサイナイ病院 ACT チームであり、窓口はチームのプログラスマネージャーである Wendy Chow さんであることは以前と変わりなく、ACT 活動に対する講義が主体であり、訪問先(詳細は参加者の報告でご確認ください)も大きく変わることはないのですが、講義の内容や見学先を我々が過去の経験をもとに現地をお願いして決めていくという方向で打合せを進めてまいりました。

来年の実施に向けて、「ご参加の皆様にとって意義のある研修は何か」をテーマに、詳細は引き続き詰めてまいりますので、次年度以降のトロントセミナーツアーをお楽しみにお待ちしております。

* カナダ・トロント研修で得たこと

(社福)町にくらす会 訪問看護ステーション KUINA 水越 珠実

今回 09 月 25 日(月)～10 月 02 日(月)までカナダのトロント ACT 研修セミナーに参加しました。

今回の参加の目標としては、新たな発見や、情報を得て、スキルアップしたいと思い講義や見学などに参加しました。

現在日本では、ACTが制度化に至っておらず、今後の活動をさらに模索しながら、いろいろなことを現場で生かせるようにと思いながらの5日間でした。

今回の研修でいくつかの新しい発見がありました。1つ目は、ロー先生の講義でした。その中で、印象深く残った話は、ACTプログラム、重症で慢性の精神障害者が住みなれた地域で継続して生活できるように援助するプログラムですが、色々な国(イギリス・オーストラリア・スウェーデン・スイス・中国・南アフリカ・グルジア等)で活用されていて、その国によって、地形的環境、風土、文化、病院環境、家族的環境等様々であり、環境にあったようにアレンジされていることを知り驚きました。

多くの国々でACTプログラムを用い支援を検討し効果は様々で、その土地、文化、宗教などの違いによりACTプログラムをそこに合ったプログラムに変化させることの大切さ、またアレンジする際にも、標準プログラムへの適合といった基本的なところは、ブレずにすることの重要性について学ぶことが出来た。2つ目は、マウントサイナイ病院の薬剤師バージニアさんによる講義でした。やはり、私は、精神障がい者の継続的な地域生活には、薬剤は重要項目であると考え、自分の専門外のことで、看護師として必要不可欠な薬剤について、前回とはまた違った新しい情報を得ることができた。様々な向精神薬の一つで、私たちのACTチームにも「クロザピン」を使用している方が数名います。このお薬については日本ではまだ少ない薬剤の一つです。理由としては、副作用が重篤で生命の危険性がある為で、使用するのに日本で知っている規定や制約の数倍のそれがある。しかし、諸外国では、軽んじて使用はしていないが、日本に比べるとかなりの割合で使用されている薬剤である。そうはいつでも日本での使用状況は、一昨年に比べ昨年度は2倍に増加というように徐々に日本でも注目されている薬剤と言える。前回の講義の中で、たばこの因果関係があることは理解していたが、今回の講義で喫煙者は、通常の量の2倍の量を使用しないとあまり効果が得られないとのデータがある話があり、喫煙することにより、ここまで違いがあると言う事を知り、改めて知識として習得することができた。私どものご利用者様も喫煙者がいるので、このことをふまえ注意深く観察し、支援していかななくてはならないと思った。3つ目は、支援についてです。自分の中で、困惑していたことであるが、認知行動療法(CBT)もしくは臨床行動分析と言われる心理療法の一つであるアクセプタント&コミットメントセラピーの話を知ることが出来た。これは、ACTの基本理念に基づく心理学的な方法で、心理学的な介入方法であり、様々な方法でマインドフルネスや仏教なども似ているとの話もあった。また、ACTはプラシボ効果があることや、CBTは必ずしも効果的ではないとの話があり、これについては、1つの事に固執している人、文化的背景や社会的背景が関係しているとの事だった。私達もCBTなどを勉強し実施してみると、実施したことでそこに固執してしまい、精神面でそれが引き金となり調子が崩れてしまう場面が何度かあり、それは私の技術の未熟さの結果だったのか悩んだことがあった。その為、今後の支援に役立てていきたいと思う講義であった。

今回の研修にあたり、毎回の事であるが、新たな気づきや、情報を得ることができ、自分にとって有意義な研修となった。また、この研修で私たちを受け入れてくださったマウントサイナイ病院のACTチームの皆さまをはじめ、見学で尋ねた際に一生懸命に施設内のツアーガイドを務めて下さったProgress Placeの利用者さんやグループホームの利用者さん裁判所の検事さん、担当ワーカーさんに感謝いたします。



ACT チームで研修中



ACT チームスタッフと共に

* トロント ACT 研修セミナーに参加して

社会福祉法人町にくらす会 砂押 美智子

平成 29 年 9 月 26 日から 10 月 1 までの 5 日間 トロント ACT 研修セミナーに参加しました。この研修でマウントサイナイ病院の ACT チームの活動や看護師の役割・注射の実践・CBT・薬物治療などに関する理解・精神保健裁判所の見学・コミュニティ訪問・オンタリオショアーズセンターの見学・プログレス・プレイス訪問など、多くの体験をしました。

私は、看護師の職に就き 34 年間、身体面の疾患に携わり、3 年半前から町にくらす会に勤務しています。身体的な疾患の患者さんは、病気を治療するためには、専門的な病院の医師に診察を受け検査を進め、検査結果により治療方針が決まり治療しますが、精神疾患の患者様は治療を受けてから地域で生活を送るため継続的なサポートが必要であり ACT チームの関わりは必要で大切であると考えます。このことを日本での実践時に研修を受けていましたが、改めて今回のセミナーに参加させていただき再認識しました。

私は、以前よりマウントサイナイ病院の ACT チームの活動について知っていましたが、実際の現場に何うことを大変楽しみにしておりました。5 日間の研修期間の中で講師の先生方のお話はとても興味深く勉強になりました。その中で特に印象に残った 4 点について報告させていただきます。

1. 看護技術として行っている注射の実習です。デポ剤(特効性注射剤)は注射薬の一種で筋肉注射です。デポ剤の最大の特徴は、薬物投与の確実性です。1回の注射で主薬が徐々に放出され作用が長期間持続する特徴があります。モデル模型を用いて実技演習を行いました。体位は、立位の状態で臀部に注射を実施しました。日本では臀部の筋肉注射は腹臥位で行う事が主流ですが、立位の姿勢で行い注射部位を決めた後アルコール綿で消毒し、アルコールの四角の角を目印として筋肉注射を行う。薬液を 10 秒かけてゆっくりと注入しました。注射部位は絶対に揉み込まないこと、ゆっくりと吸収効果を高めるためであると指導を頂きました。緊張感のある実技演習でした。

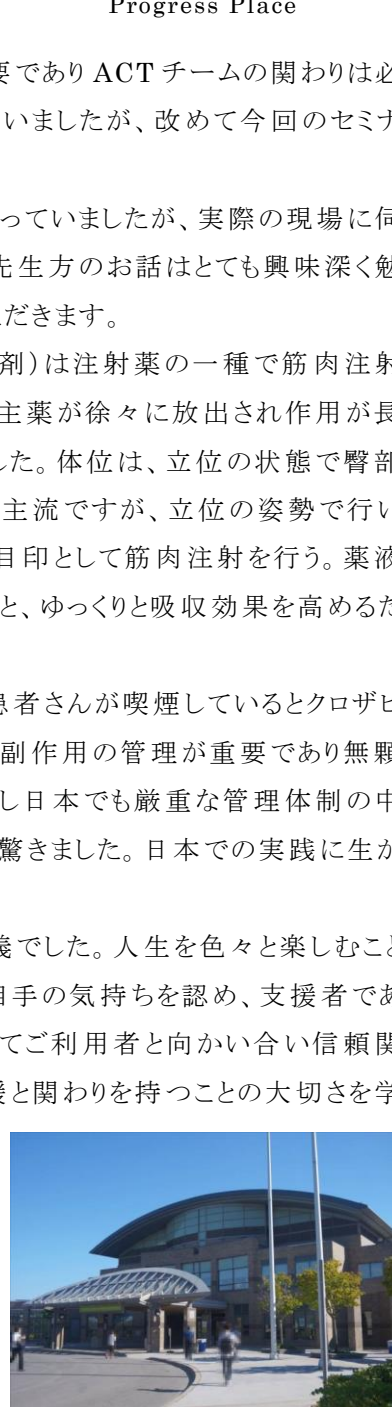
2. クロザピンについてです。講義のなかでクロザピンを服用している患者さんが喫煙しているとクロザピンの薬の量が倍量になるとのお話でした。クロザピンを服用している方は副作用の管理が重要であり無顆粒球症群や心筋炎、低血圧症、嘔吐など生命に関わる副作用が発症し日本でも厳重な管理体制の中で処方されているクロザピンが、喫煙により倍量の処方になるとの説明に驚きました。日本での実践に生かしていきたいと思っています。

3. リカバリーに関してプログラムマネージャーのウエンディーさんの講義でした。人生を色々と楽しむことに焦点をおき、彼らは何を求めているのかを考える。オープンで自由に相手の気持ちを認め、支援者である我々が自分の仕事を振り返り、我々は何ができるのか?常に問いかけてご利用者と向かい合い信頼関係の構築こそ大切であることや、個人のニーズに合わせて積極的な支援と関わりを持つことの大切さを学び、すべての言葉に共感致しました。

4. オンタリオショアーズセンター(トロントの郊外にある精神科単科の病院です。)の見学に行きました。センターは、100 年の歴史のある長期療養型精神病院です。オンタリオ湖(はじめは湖ではなく海だと思うくらい大きな湖です。)広大な敷地の中に外観も含め、とてもおもしろい建物でした。病院の中に娯楽室や、体育館、ボーリング場、ピリヤードなどの設備が整っており、18 歳から 80 歳までの患者さんが、入



Progress Place



Ontario Shores Centre

院し、出産後の母親も子供と共に入院できます。認知症専門ユニットや、北米で 2 つの機能である摂食障害専門ユニットなど日本の病院では見られない専門的なユニットが設備され、国の寄付金で支えられサポートされていることに感銘を受けました。

今回の研修セミナーに参加させて頂き思い返したことがあります。私が KUINA で ACT の活動について理事長である志井田さんに、お聞きしたことがあります。その時に志井田さんからは、重い精神障がいがあっても、入院することなく地域で生活を送ることができる。ご利用者が継続して地域で生活するのに必要なポイントがそれぞれのご利用者ごとに異なり、そのポイントと、多くの時間を共にして「いつもの●●さん」を知ることと聞いています。「個々のニーズに合わせた寄り添った支援」「できないことを伸ばすのではなくできることに目を向ける」「個々の意見を尊重する」ことが大切であると改めて胸に刻んだ研修でした。

ご利用者様が、病院でなく地域で安心、安全に生活を送っていただくためには、これからも知識を深めて、精神面のサポートはもちろんですがこれまでの経験を生かして、身体的な面にも目を向け頑張りたいと思います。研修会に参加する機会をいただき、マウントサイナイの皆さん、講師の先生方、スタッフの皆様に感謝しております。ありがとうございました。

* 事務局からのお知らせ

① 新刊書籍のご案内



第 1 回イタリア視察ツアーの通訳としてお世話になった鈴木鉄忠さんや、多くの講演会でお世話になり谷中先生との対談などもある大熊一夫さんが翻訳を手掛けた「バザーリア講演録 自由こそ治療だ！」が岩波書店より刊行されましたので、ご案内です。

著者 フランコ・バザーリア著
大熊一夫 訳、大内紀彦 訳
鈴木鉄忠 訳、梶原 徹 訳

刊行日 2017 年 10 月 6 日

ISBN 9784000244855

体裁 四六・並製・280 頁

定価 本体 2,900 円+税

※本を読んで

この本は、1979 年ブラジルで行われた 3 回の講演を翻訳したもので、講演と言っても討論の形態で、改革の意思を持った専門家の思想的なことや政治的なこと等々の質問にバザーリアが丁寧に答えております。是非お手に取ってバザーリアの言葉に耳を傾けてください。・・・事務局



—編集後記—今年もあと 2 ヶ月を残すのみとなりました。11 月 20 日(月)からのイタリア地域精神保健視察ツアーの出発まで 20 日程となり、あれやこれやと今年 1 年を振り返っているのは私だけでしょうか？今年こそはイタリアに!と、思っていました、目の前のことに忙殺されて、気が付いたらまたチャンスを逃してしまいました。がっかりしながら 2015 年の秋に来日されたブルチ先生の講演の配布資料をもう一度眺めながら、またブルチ先生が、今度こそは奥さまと来日されるのを密かに……。願って止みません。(shiida.m)

特定非営利活動法人 精神保健福祉交流促進協会 TEL090-1811-7119