

あいざとだより



Vol.55 2025.02

- P1 院長挨拶
院内研究会講演会
- P2 冬に流行する感染症
- P3 第31回日本精神科看護専門学術集会 in 山口
第56回目で見える精神保健展
- P4 お知らせ
- P5 ネット・ゲーム依存講演会
- P6 吉田成良君を偲んで

院長挨拶

年末年始から、院内は新型コロナとインフルエンザの感染に影響を受け、入院されている方々やご家族にはご心配をかけました。いまだに感染症に左右されることへの苛立ちと少しずつ対応が上手くなった現場スタッフへの感謝が入り混じっています。

昨年 12 月に、当院医師として勤務していただいた吉田成良先生が急逝されました。先輩であり、共に精神医療に取り組む仲間であった先生を失った悲しみと動揺は、医師・病院職員にとって非常に大きなものでした。また、担当をしていた通院中の皆様にはご迷惑をかけていますが、先生の遺志を継いでより良い医療の提供に努めたいと思っています。

昨年までに精神保健福祉法は改正され、医療保護入院の期限が原則設けられるなど、入院中心から精神科医療は変わりつつあります。また「にも包括」と呼ばれる地域で精神障害者の方々が住み続ける取り組みが求められています。これまでも藍里病院は「急性期精神医療」をはじめ、地域医療に関わってきましたがより積極的に取り組んでいきます。そのために、サービスにかかわる患者・家族・職員皆様の意見に耳を傾けていきたいと思っています。

本年もよろしく申し上げます。

藍里病院 院長 元木洋介



院内研究会講演会

～ベてるの家 向谷地先生～

11月7日、浦河ベてるの家 理事長 向谷地生良（むかいやち いくよし）先生と、当事者の伊藤さんに当院へ来ていただきました。ベてるの家は、北海道にあり、就労サポートセンター、訪問看護ステーション、グループホームなどの活動をしている社会福祉法人で、向谷地先生は当事者研究を創始された方です。

当院では、午前中はデイケア藍果で、当事者研究をしていただきました。当事者研究は、症状や生活の中の困難を『大切な苦勞』と捉えて、研究テーマを見出して、仲間と話しながら研究していくものです。当日のデイケア等の利用者さんのうち約 30 名が参加され、活発な発言をいただき、盛況でした。午後は、当院職員向けに、講演会を開催していただきました。ベてるの活動や、統合失調症をはじめとする病気への考え方、症状への対応などについて、新たな視点からお話いただきました。





冬に流行する感染症



感染管理認定看護師が
わかりやすく解説します！



冬に感染する病気ってなんだろう？

冬にはインフルエンザ、RS ウイルスなどの呼吸器感染症や、ノロウイルス、ロタウイルスなどによる感染性胃腸炎など様々な感染症が流行します。



冬に流行するのはなんでだろう？

冬は気温が下がり寒く、乾燥もしやすい時期です。感染症を引き起こすウイルスや細菌は低温(16℃以下)、低湿度(40%以下)で長く生存でき感染力が強くなります。また空気が乾燥していると咳やくしゃみの飛沫が小さくなり、ウイルスが遠くまで飛んでしまいます。気温の低下や乾燥、体内水分量の減少により免疫力が落ち、喉や気管支の粘膜が乾燥し感染しやすい状態となります。



感染症を防ぐにはどうしたらいいの？

①こまめな手洗いが基本！

(手洗い・手指消毒)

いろいろな場所を触ることにより手にウイルスが付き、自分や周りの人へ感染させてしまいます。感染症の基本的な対策はこまめに手洗いをすることです。

②マスクを着用する！咳エチケット！

感染を広げないためにもマスクを着用することを心がけましょう。

③免疫力を高める！

免疫力が弱っていると感染しやすくなり、感染した時に症状が重くなってしまう恐れがあります。普段から、十分な睡眠、バランスのよい食事を心がけましょう。

④換気

空気の流れを意識して効果的な換気をしましょう。1時間に2回以上換気を行い、室内湿度は40%以上を保ちましょう。



正しい手の洗い方

1

流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2

手の甲をのぼすようにこすります。

3

指先・爪の間を念入りにこすります。

4

指の間を洗います。

5

親指と手のひらをねじり洗います。

6

手首も忘れずに洗います。

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を確実に覆う



2 ゴムひもを耳にかける



3 隙間がないよう鼻まで覆う

出典：厚生労働省

第31回 日本精神科看護専門学術集会 in 山口

R6年10月26日(土)・27日(日)山口県 海峡メッセ下関

今回のテーマは「Moral Injury (道徳的傷つき) を超えて看護師として進むには？」でした。COVID-19の世界的流行から5年を迎え、改めて看護師として何ができるか考える機会となりました。



せっかくなので観光とグルメも堪能！（学会にはちゃんと参加しましたよ😊）山口と言えば「ふぐ」山口県ではふぐのことを「ふく」と呼ぶそうです。由来は、福として縁起を担ぐためだそうです。唐戸市場で「ふく定食」を頂きました。安くて絶品でした。また、郷土料理である「瓦そば」は文字通りアツアツ

ツの瓦の上に茶そばを乗せた、意外にもつけ麺で頂くタイプでした。



元乃隅神社は静かな海岸沿いにある神社で、岸壁の上に続く曲がりくねった参道に123基の朱色の鳥居が連なっています。高さ6mの大鳥居の上部に設置された賽銭箱には届かず願いは撃沈です（笑）。

角島大橋は全長1780m。映画やCMのロケ地になったことでも有名です。コバルトブルーの海は絶景でした。皆さんもぜひ行って下さい。（坂本 千恵子）

第56回目で見る精神保健展

R6年11月26日(火)・27日(水)徳島市ふれあい健康館



ふれあい健康館で開催された「目で見る精神保健展」に当院からも出展、参加しました。入院患者さんやデイケア、生活介護利用者さんの手芸、陶芸作品など合計120点の出品となりました。

会場には他病院、他施設の目を引く作品や工夫を凝らしたブースがたくさんあり、参加者も楽しまれていました。今年度も様々な方々にご協力いただき、無事に出展を終えたことを嬉しく思います。



お 知 ら せ

徳島大学医学部生の 実習が始まりました



当院では、これまで看護学生をはじめとする様々な医療職の学生実習について皆様のご協力をいただいています。令和7年1月からは、新たに徳島大学医学部医学科の学生実習が加わります。医学生の精神科の知識と理解を向上させるために全国の大学で順次開始されている実習で、県内複数の精神科医療機関が実習施設となっています。通院および入院中の方には、同意をいただいて実習にご協力いただくようになりますので、よろしくお願いたします。



献血功労表彰

令和6年11月19日(火)徳島県庁において、献血功労表彰式が行われ、藍里病院は厚生労働大臣感謝状を受贈いたしました。大変名誉なことであり、これからも献血への協力及び啓発活動を推進いたします。



新しく看板を設置しました

近隣の皆様からの要望もあり、車のスピードを抑えることとゴミのポイ捨てがなくなるように、病院東側の道路沿いに看板を設置しました。

また当院では、今後も引き続き近隣の清掃活動を行っていきます。



ネット・ゲーム依存講演会



令和7年1月19日に徳島県JA会館大ホールにて「ネット・ゲーム依存講演会」を開催しました。

依存症治療に長年にわたり取り組み、2011年からは国内初のネット依存治療専門外来を設立された独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター名誉院長の樋口 進先生をお招きし、第一部の講演をしていただきました。第二部では、当院依存症研究所長 吉田精次医師が講演を行いました。



ネット・ゲーム依存が形成される背景には、ネット・ゲーム自体の構造だけでなく、家族や社会との「つながり」の欠如が深く関係していることを学びました。ネット・ゲームが悪いのではなく、現実でのつながりを感じられない子ども達にとって、ゲームが唯一の居場所や安心できる空間になってしまうというを理解することができました。中でも家庭でのつながりについて、家族で食卓を囲む時間を意識的に持つことが大切だというお話が印象に残りました。また、講演を聴く中で、ネット・ゲームについて社会全体で考えるべき課題となってきたことも実感しました。



今回の参加者は約120名で、特に教育関係の方にたくさん参加していただきました。教育現場で起こっている現状、悩まれている教育関係者の方がたくさんいることを実感いたしました。

今後も、依存症に関する情報発信や講演会を開催し、様々な関係機関とも連携を深めていき、依存症治療拠点機関としての役割を果たせるよう務めていきたいと思っております。

(藍里病院アディクション委員会 藤原)



アディクション委員会からのお知らせ

令和7年5月18日(日) **徳島・ギャンブル問題を考える第10回市民公開講座**を開催します。

今年は、日本で最も早くギャンブル依存症の治療を始めた精神科医でもあり、作家としても大変活躍されている はきはぎほうせい 帯木 逢生 先生をお招きして講演していただきます。場所は徳島県医師会館を予定しています。

吉田成良君を偲んで

藍里病院の職員食堂に入ると、「おう」と片手を上げて挨拶してくれる成良君の笑顔の白衣姿が目には浮かびます。成良君の突然の訃報を受けてから、はや 2 ヶ月が経とうとしています。

成良君は平成 24 年に県立中央病院を定年退職されてから、あいざとパティオクリニック（現在のあいざと蔵本クリニック）の院長を務め、高齢になってからは名誉院長、そして、クリニックと藍里病院のパート医として勤務してくれました。社会医療法人あいざと会の理事として経営面でも協力をお願いしていました。

我々は、昭和 46 年、徳島大学医学部を卒業して精神科と一緒に入局しました。医局講座制等を問う大学闘争の時代に学生生活を送り、医師になってからは先輩の若手医師達と精神医療改革を目指しました。成良君は大学にしばらく勤務した後、徳島県立中央病院の精神科医師となり、ここで精神科の入院患者さんの処遇改善や新しい医療に積極的に取り組みました。また、公立病院精神科病床の削減・廃止の全国的な流れの中で県立精神科病床の確保、そして、我々民間精神科病院からの要請にも応えて精神障害者の身体合併症治療の受け入れに努力してくれました。精神科部長として、生真面目でコツコツ努力する持ち前の粘り強さを発揮され、病院機能評価の認定が受けられるよう県立総合病院精神科としての改革を進めました。

我々二人には実家を県西部に残しているという共通点もありました。二人でこの実家、田畑、山林を将来どうしたものかとよく話をしていたことを思い出します。彼は温かみがある誠実な人柄でしたから、今でも実家のご近所とは深いお付き合いをして、しばしば田舎に帰っていたようです。

突然、大きな悲しみに襲われ、ご家族のお気持ちは察するに余りあります。謹んでお悔み申し上げ、成良先生のご冥福をお祈り致します。

社会医療法人 あいざと会
理事長 久保 一弘

※吉田成良(よしだまさふみ)先生、令和 6 年 12 月 2 日逝去。享年 78 歳。

藍里病院には吉田姓の医師が多く、「せいりょう先生」と呼ばれていました。ありし日の成良先生。写真はホームページ用に撮影した、令和 4 年 9 月の医局メンバー。成良先生は前列右から 2 番目。





藍里病院

日本医療機能評価機構認定病院
精神科救急医療施設常時対応型病院
徳島県依存症専門医療機関
徳島県依存症治療拠点機関



精神科・心療内科・内科・歯科

受付
(午前) 月～金曜日 午前 9:00～11:30
(午後) 月～水・金 午後 13:00～16:00

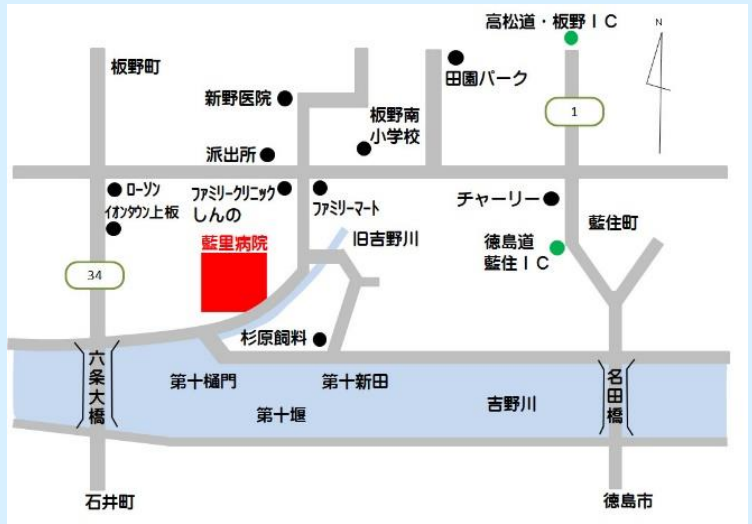
診療
(午前) 月～金曜日 午前 9:30～12:30
(午後) 月～水・金 午後 13:30～16:30

休診日

木曜日午後・土曜日・日曜日・祝日
年末年始

歯科診療

(午前) 月・水・木・金 午前 9:00～12:00
(午後) 月・水・金 午後 13:00～16:00



〒771-1342
徳島県板野郡上板町佐藤塚字東 288-3
TEL 088-694-5151
FAX 088-694-5321



※詳しくはお手持ちの携帯電話ならびにスマートフォンでQRコードを読み取ってください

あいざと蔵本クリニック

心療内科・精神科

受付 (午前) 月～水・金・土曜日 午前 9:15～12:00
(午後) 月～水・金 午後 14:00～17:00

診療 (午前) 月～水・金・土曜日 午前 9:30～13:00
(午後) 月～水・金 午後 14:00～17:30

休診日 木曜日・土曜日午後・日曜日・祝日・年末年始



〒770-0041
徳島県徳島市蔵本元
町二丁目 40-1

TEL 088-634-1881
FAX 088-634-1880



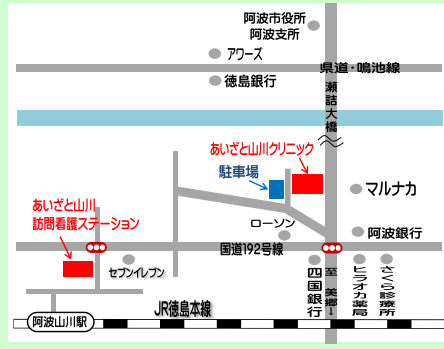
あいざと山川クリニック

心療内科・精神科

受付 (午前) 月～水・金・土曜日 午前 9:15～12:00
(午後) 月～水・金 午後 14:00～17:00

診療 (午前) 月～水・金・土曜日 午前 9:30～13:00
(午後) 月～水・金 午後 14:00～17:30

休診日 木曜日・土曜日午後・日曜日・祝日・年末年始



〒779-3403
徳島県吉野川市山川
町前川 200 番地 2

TEL 0883-42-8811
FAX 0883-42-8812



関連施設

- デイケア 藍果
- デイケア 山河
- あいざと訪問看護ステーション
- あいざと蔵本訪問看護ステーション
- あいざと山川訪問看護ステーション
- 障害福祉サービス事業所 すくも
- 地域活動支援センター ことじ
- グループホーム しょうずい
- いたの1 いたの2 いたの3
- かみいた1 さんが
- パン工房 ランベリー

あいざと・こころの医療福祉相談センター

TEL 088-694-5151

24 時間 365 日受付

精神科救急／一般的精神医療相談生活相談