山口県立こころの医療センター広報誌

新春号
2016年

こころだより

特集 発達障害について

11/22（金）コミュニティくらすに参加し、セルプ岡の辻とむつみ会の２事業所の見学・作業体験をしました。
午後には大声大会やクイズ等の催し物もあり、楽しく参加できました。

＊平成28年を迎えて
＊認知症疾患医療センター合同研修会のお知らせ
＊体が温まる♪冬の定番レシピ［栄養管理部］
＊診療のご案内

編集：広報委員会
発行：山口県立こころの医療センター
山口県宇部市東岐波４００４－２
TEL：0836-58-2370（代表）

特集！ 発達障害について

精神科医　青島（あおしま）　真由（まゆ）

Q 発達障害とは

発達障害は、脳機能の発達が関係する生まれつきの障害です。
発達障害にはいくつかの種類があり、自閉症スペクトラム障害（ASD）、注意欠如・多動性障害（ADHD）、学習障害（LD）といった疾患が含まれますが、これらは互いに重なり合っており、なかにはどの特性も全て当てはまるという人もいます。

Q 発達障害の症状

ここでは、発達障害のうち主な３つを取り上げ、その症状を簡単にご説明します。

◆自閉症スペクトラム障害（ASD）

- 社会的なコミュニケーションや対人関係における相互反応の障害
  独特な言い回しや場面にそぐわない言葉遣い・視線や身振りなど非言語的なコミュニケーションが苦手・人と興味や情動、感情を共有しようとすること（子どもであれば、好きなおもちゃを親に見せるなど）が少ない・場の雰囲気や会話の文脈から状況や相手の意図を捉えることが苦手　など
- イマジネーションの困難
  興味の幅が狭い・物事へのこだわりが強い・新しい体験や予定変更が苦手　など

◆注意欠如・多動性障害（ADHD）

- 不注意：気が散りやすく、物事に集中できない・忘れものや失くしものが目立つ　など
- 多　動：落ち着きがなく、じっとしているのが苦手（授業中の立ち歩き・手悪さ）　など
- 衝動性：順番を待つことが苦手・よく考えずに行動してしまう　など

◆ LD（学習障害）

- 全般的な知的発達に遅れはないが、読む・書く・計算するといった特定のことが困難　など

Q 家族の対応

発達障害を持っている子どもたちは、親とのコミュニケーションにも困難を抱えやすく、親が育てにくさを感じていたり、わが子とうまく気持ちを通い合わせることができずに苦しんでいるケースもあります。母親にとって、子どもへの理解が深まることは安心につながり、母親の安心は子どものこころの安定につながります。そのためには、母子をとりまく環境（家族や地域、学校など）が安定していることも重要です。母親を含め家族や支援者が発達障害を正しく理解し、本人の特性を肯定的にとらえ（たとえば、ASDの特性をもつ人たちは真面目で正直者ですし、ADHDの特性をもつ人たちは人懐こく活動的です）、安定した環境で本人をサポートすることができれば、本人も自己肯定感を持って社会に出ていくことが出来るでしょう。

Q 受診・治療

発達障害は、それ自体は生まれつきもっている本人の特性であり、治療して治すようなものではありません。大切なのは、周囲の支援者が本人の特性を適切にとらえ、特性があることで生じる社会生活上の困難をサポートしながら、本人が社会のなかで過ごせるような環境を整えることです。

発達障害の特性を持っている子どもにとっては、学校など同年代の集団は試練の連続です。とくに思春期にあたる10代は二次障害としての不登校やひきこもり、抑うつや不安といった精神症状も伴いやすいと言えます。児童思春期外来では、不安や抑うつ症状など二次的に生じた情緒や行動の問題に対する精神療法や薬物療法を行いますが、ここでも本人をとりまく環境の調整が重要なのは同じです。

平成 28 年を迎えて

明けましておめでとうございます。日頃より当院の運営にご理解とご協力を賜り，感謝の念に堪えません。皆さまとご家族にとって，新たな申（さる）年が素晴らしい１年となることを念じております。

新年を迎える度に，今年は一念発起と決意を新たにして参りましたが，ふと振り返ると年月を重ねてきたもので，平成 18 年４月に赴任して院長を拝命し，今春で 10 年の節目を迎えます。ここまで歩んできた道程を振り返ると，病院の全面建て替えという大きな転換期を越えて，新しい施設の下で，さまざまな医療体制を構築しました。とくに，児童思春期，認知症や高次脳機能障害への専門医療や相談・支援，精神科救急医療や司法精神医療における当院の体制は飛躍的に高まったと自負しています。

これら 10 年の歩みは，職員がそれぞれの役割を真摯に担い，協働して成し遂げてきたものと実感しています。とくに，看護部の充実と認定看護師の躍動，作業療法士，臨床心理士，精神保健福祉士などコメディカルスタッフの活躍，事務部の効率化した運営は，いずれも頼もしい限りで，多くの若い人材が当院の将来を担ってくれると期待しています。

しかし，まだまだ，現状には多くの課題も山積しています。また，生命の営みに関わる医療そのものに不確実性は避けられず，医療者は時として理想と現実のギャップに直面し，無力感に苛まれる宿命にあります。それでも，我々は，一期一会の関わりを大切にして，専門職として当事者の方々と誠実に向き合い，安心・信頼・希望を重視した医療の理想を追い求めて行きたいと考えています。

当院は，その理念として「県民の心の健康を支える質の高い医療の提供」を掲げています。今後とも，諸関係機関との連携を深めつつ，県全域の精神科医療体制を高めるために，当院に求められる役割を担って行きます。

新年を迎えて，職員一同とともに，矜持と使命感を高めて，精進を重ねて行きたいと期しています。今年もどうぞよろしくお願い致します。

院長　兼行（かねゆき）　浩史（ひろし）

研修会のお知らせ

認知症疾患医療センター合同研修会

日時：**平成 28 年２月 21 日（日）13 時 00 分～ 16 時 30 分**
場所：山口県総合保健会館２階 多目的ホール
山口市吉敷下東３丁目１－１　TEL 083-934-2200

13：00 ～ 14：10　**特別講演１**
「認知症を理解する－地域で支えていくために－」
岡谷市民病院 院長　**天野 直二** 先生
（前信州大学医学部附属病院長・信州大学精神科教授）
座長　山口大学医学部高次脳機能病態学分野　渡邉 義文 教授

14：20 ～ 15：10　各医療センター活動報告
いしい記念病院，柳井医療センター，泉原病院，県立総合医療センター，県立こころの医療センター，下関病院　各担当者から

15：20 ～ 16：30　**特別講演２**
「若年性認知症と認知症疾患医療センターの役割」
佐賀大学医学部神経内科教授　**原 英夫** 先生
座長　山口大学医学部神経内科学分野　神田 隆 教授

対象：医療・福祉専門職
主催：いしい記念病院，柳井医療センター，泉原病院，県立総合医療センター，県立こころの医療センター，下関病院
共催：山口県，山口県医師会，山口県神経精神科医会

お問い合わせ：
県立こころの医療センター内，
認知症疾患医療センター（橋本・枝村）
TEL: 0836-58-5950

体が温まる♪ 冬の定番レシピ

［栄養管理部］

◎ふっくらかき飯◎

＜１人当たりの材料（g）＞

米	１００	A	だし汁	１３０
牡蠣	８０		酒	３
			みりん	１
			濃口醤油	３．５

＜作り方＞
① Aを合わせたものを一度軽く沸騰させ、その中で牡蠣を２分ほど下ゆでしてから、一旦取り出す。
② Aを一度冷まし、取り出した牡蠣が冷める間に生じる出汁もAに足し入れる。
③ 米が浸水できたら、一度ザルにあけてしっかり水気を切って鍋に移す。そこにAの全量を注ぎ入れ、具なしでごはんを炊く。
④ 炊きあがったら、事前に火を通しておいた牡蠣を戻し入れ、５分ほど蒸らしてから、さっくりと底から混ぜ合わせる。

カキの効能
「海のミルク」といわれるカキ（牡蠣）は、海の幸を凝縮させた栄養豊かな食品です。
アミノ酸の一種であるタウリンが多く含まれており、タウリンには、血圧や血中のコレステロール値を下げる効果があるため、高血圧症や動脈硬化の防止に役立ちます。

診療のご案内

外来診察担当医						
	初診		再診			
月	（物忘れ、一般）兼行　浩史	（一般）角田　武久	磯村　信治	兼行　浩史	藤田　実	宮野　康寛
火	（児童・思春期、一般）村田　由紀		三好　俊彦	吉田奈緒美	青島　真由	
水	（児童・思春期）加来　洋一	（高次脳）兼行　浩史	村田　由紀	兼行　浩史	新造　竜也	青島　真由
木	（アルコール依存、一般）藤田　実	（一般）新造　竜也	兼行　浩史	角田　武久	宮野　康寛	
金	（物忘れ、一般）宮野　康寛	（児童・思春期）青島　真由	藤田　実	加来　洋一	吉田奈緒美	

初診・再診とも予約制となっております。予めお電話でご予約されてご来院ください。
外来直通電話：０８３６-５８-２３２７

交通のご案内

お車 / 山口宇部道路「宇部東 IC」より丸尾方面へ約５分
電車 /JR 宇部線「丸尾駅」より徒歩約 15 分
バス / 宇部市営バス「東岐波中学校前」より徒歩約 10 分

地方独立行政法人山口県立病院機構
山口県立こころの医療センター

〒 755-0241　山口県宇部市東岐波 4004-2
TEL：0836-58-2370（代表）
：0836-58-2327（外来直通）
FAX：0836-58-6503

こころの医療センター　検索
http://www.y-kokoro.jp/