

ルチアめる

～特別座談会～

精神科医療の地域移行を実現する 「在宅支援部門」最前線



療育支援チーム

左から 臨床心理士・公認心理師 武下和史、看護師 廣松愛

- 新学期・子ども達を支える先生方へ「療育支援事業」活用のススメ
- FOCUS / 新生活で崩れやすいところのバランス ～5月病とうつのサインと対処法～
- 院長就任のごあいさつ

特別 座談会

～精神科医療の地域移行を実現する～ 「在宅支援部門」最前線

精神科医療は、入院中心から地域中心へと移行する時代に入っています。その方向性は、2026年度診療報酬改定にも明確に示されています。

当法人では、ご利用者の在宅生活や社会復帰を支える「在宅支援部門」(訪問看護ステーション、精神科デイケア、認知症デイケア、グループホーム)を展開しています。プログラムの充実や建物のリニューアルなど、近年その機能は大きく進化しています。

今回は、在宅支援部門の各施設で管理職を務める3人が、現場で感じている変化と、これからの在宅支援のあり方について語ります。

在宅支援部門や病院との 連携で地域生活を長く支える

岡 精神科訪問看護では、ご利用者の自宅に定期的に訪問し、体調管理や看護を行います。病棟で実施していたプログラムや生活リズムに関する取り決めを、退院後も継続する「継続看護」によって、体調を維持しながら長く在宅生活を続けられるケースが増えていると感じています。私は病棟と訪問看護の両方で勤務経験がありますが、病棟にいた時には具体的にイメージできなかったご利用者の自宅の環境を知り、具体的な困りごとを一緒に解決できることは、私自身にとっても仕事の大きなやりがいになっています。

菖蒲 精神疾患は長く付き合う場合も多いため、法人内に多様な在宅支援施設があることは、ご利用者の健康状態やライフステージに応じて長期的

精神科デイケア課長
精神保健福祉士

菖蒲 純平

に生活を支える体制につながり、安心にもつながると思います。

デイケア利用者の年齢層や疾患の種類は、特にこの数年で幅広くなり、学校に通いにくい子どもや休職中の方、依存症からの回復を目指す方など、さまざまな方が利用しています。最近のご利用者の様子を通して、私自身の「在宅支援部門」のイメージも、少し変わってきました。単なる社会復帰のための通過点ではなく、異なる世代や立場の人と関わりながら社会を学び、社会参加を体験する場としての役割も大きいと感じています。そうした、かけがえのない場所としての役割を果たしていることを嬉しく思います。

越智 ご利用者の変化はすぐに数値に現れるものではありませんが、認知症デイケアでも、通い続ける中でできることが増えたり、ご家族から「通うようになって良かった」という声をいただけることもあり、嬉しく思います。

医療は病院で待つだけでなく、地域に出ていく時代になりました。自宅での姿と外での姿は異なるため、訪問看護やデイケアなど在宅支援部門間でご利用者の情報を共有することで、ご利用者を多面的に理解することにつながっています。さらに、多職種が所属しているため、多様な専門職の視点でご利用者の状態を把握することができます。

岡 情報共有は、2週間に1回の在宅支援部門会議で、密に行っているため、連携がスムーズになっています。



ご利用者の情報共有に加え、「デイケアに行きたくても交通手段がない方へどう対応するか」など、在宅支援部門をより良くするための意見も出し合っています。

また現在、病棟との情報共有にも力を入れています。在宅で支援しているご利用者の状態が悪化して入院となった場合には、病棟の担当看護師や精神保健福祉士と頻りに連絡を取り、これまでの経過や自宅での様子を共有したり、退院の見通しを早期に把握できるようになりました。調子が悪いときに早めに入院することで悪化を防ぐこともできます。また、病棟の疾患別専門プログラムをデイケアで継続することができ、ご利用者へのシームレスな支援が実現しています。

地域とともにご利用者の 社会参加と自己実現を支える

越智 今後は、地域の相談支援員やケアマネジャー、医療機関などとの連携をさらに強化したいですね。ご利用者に関わる地域の専門職が一堂に会して情報交換できれば、ご利用者にとってよりスムーズに良い支援を追求できると思います。オンラインなども活用して、ぜひ実現したいです。

岡 自宅に訪問していると、民生委員の方など、地域の一般の方との交流もあります。精神科医療は、以前に比べれば理解は広がってきていますが、まだ地域では敷居が高いと感じることもあるため、ご利用者を中心に地域との

つながりをつくっていくことも大切だと思っています。

菖蒲 復学や復職を支援する中で学校や事業所と関わることもあり、それらの関係機関との関係をより深めることができれば、地域の中での精神疾患のイメージを変えたり、精神科医療の敷居を下げる糸口にもなると感じています。人口減少が進む日本において、精神疾患があっても働き続けられることは、ご利用者だけでなく、社会全体にとってもとても大きな意義があります。AIの活用などが進み、人との関わりが減りつつありますが、人との関わりは個人の生きがいや自己実現にとっても重要な要素です。治療や回復にとどまらず、ご利用者が地域で自己実現できるように、支援や地域との連携にこれからも力を入れていきたいです。

認知症デイケア
すずらん課長
作業療法士

越智 哲平



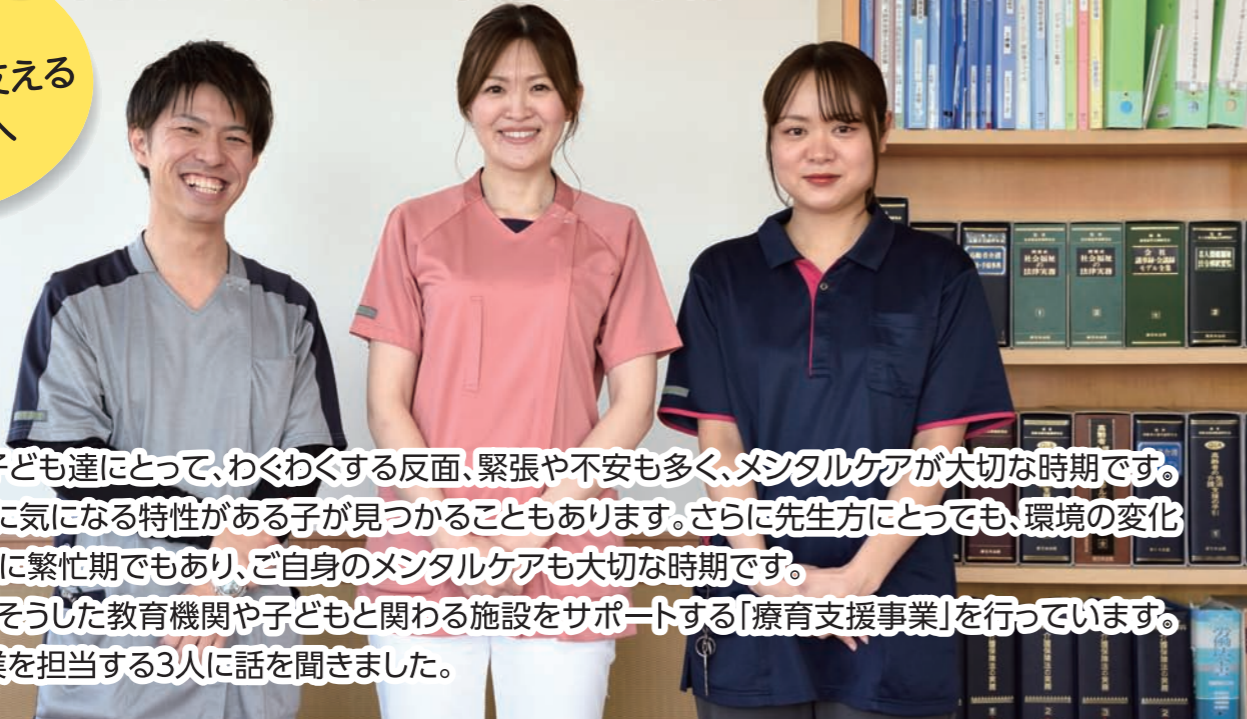
訪問看護ステーション
クローバー所長
看護師

岡 智美



「療育支援事業」活用のススメ

新学期
子ども達を支える
先生方へ



新学期は子ども達にとって、わくわくする反面、緊張や不安も多く、メンタルケアが大切な時期です。また、新入生に気になる特性がある子が見つかることもあります。さらに先生方にとっても、環境の変化が大きいうえに繁忙期でもあり、ご自身のメンタルケアも大切な時期です。

当院では、そうした教育機関や子どもと関わる施設をサポートする「療育支援事業」を行っています。療育支援事業を担当する3人に話を聞きました。

お悩み Q & A

新学期によくある先生方のお悩みにお答えします。

Q1 授業中に席を立って歩きまわる生徒がいまいます。まずどのように対処すればよいですか？

A 子どもの特性によって適切な対処は異なります。例えば、先生の関心を引きたいために立ってしまう子は、席を先生のすぐ近くに移動してみると、先生との関わりが増えて落ち着くことがあります。多動の特性があり長時間座ってられない子には、提出物の回収役をお願いするなど、あえて席を立つてもよい役割を与えることもおすすめです。特性の見極めは難しいですが、まずはよく観察してみてください。当院の専門職と一緒に検討することもできます。(P4参照)

Q2 発達障害や学習障害の疑いがあることを、親御さんにうまく伝える方法がありますか？

A 検査や受診をすすめる際は、親御さんが納得されることが大切です。いきなり学校での様子を伝えると、叱責されているように感じて身構えられることもあるため、「おうちで困っていることはないですか？」と家庭での様子をたずねることから始めるとよいかもしれません。検査や受診は、はじめはハードルが高いものですが、できるだけ早期の治療が、回復へのポイントになります。完全に不登校になる前に、「学校を休みがちになった」「生活リズムが崩れ始めた」「食事がとれないことがある」などの兆候が見られたら、早めの受診が理想的です。

Q3 新学期は業務が多く忙しいうえに、子ども達のメンタルケアや発達特性のある子への対処がうまくいかず、悩んでいます。

A 1人で対処しないことがあるときは、管理職の先生にも入ってもらうなどして、1人で抱え込まないでください。無理をして体調を崩す先生も多いため、ご自身のメンタルケアも大切にしてください。



専門職に
聞く

子ども達と関わるときに大切にしていること



看護師 廣松 愛

普段は当院の児童思春期病棟で子ども達と過ごしています。子ども達を引っ張っていく「牽引者」ではなく、隣にいて寄り添う「伴走者」であることを意識しています。ユーモアを忘れず、時には抜けている姿も見せながら、子ども達が「完璧じゃなくてもこんな大人でもいいんだな」と肩の力を抜けるような存在でいたいと思っています。

一方で、精神の不調のある子ども達の「感情の爆発」を受け止める覚悟と、治療において重要なポイントは、根底として大切にしています。

臨床心理士・公認心理師 武下 和史



子ども達と関わる時に心理師として大切にしていることは、発達特性を見極め、その特性に適したサポートを行うことです。また、親子関係で愛着形成がうまくいっていない子もいるため、その子に注目していることが伝わるような関わりを持ち、きちんと褒めることで自己肯定感を育てることを意識しています。

精神保健福祉士 芳野 彩那



子どもとの何気ない会話や関わりの中に、その子の背景や困りごとが見えてきます。一人ひとりに合わせた支援を大切にしながら、保護者の不安にも丁寧寄り添い、関係機関とも顔の見える関係を築くことで、安心して相談できる環境づくりを心がけています。

聖ルチア病院では「療育支援事業」で子どもと関わる施設のサポートを行っています。

現場サポート

- こんなお悩みはありませんか？
- ◎発達特性のある子への適切な関り方を知りたい
 - ◎受診すべきか、気になる子、心配な子がいる

当院の児童思春期疾患に精通した専門職が、実際に学校や事業所に訪問し、子ども達や現場の様子を拝見した上で、具体的なアドバイスや解決策を一緒に考えます。まずはご相談ください。

職員向け研修

学校で子ども達に関わる先生方や、児童養護施設・福祉施設の職員様、定期乳幼児健診や子育て支援に関わる行政の職員様など、様々な子どもと関わる施設の方へ、研修会や講演を行っています。ご要望に応じたテーマで専門職がお話しします。

（テーマ例）

- 保健室で気になる子との適切な関わり方
- 学校でできるソーシャル・スキル・トレーニング(SST)
- 精神科の治療や、児童思春期病棟での入院生活について など

その他、困っている『親御さんへのサポート』事業もあります。

- ※子育てサロン「シフォン」
- ※療育相談

子育て中の保護者が誰でも参加でき、保護者同士や専門職とつながり、話したり相談することができます。お子さんが受診した方がよいかまだ迷っている段階でも、気軽にご相談ください。

お問い合わせは ▶▶▶ 0942-33-1581 (担当:芳野・武下・廣松まで)

今最も注目の情報にフォーカス!

FOCUS

新年度は、進学や就職、異動など生活環境の変化が重なり、こころの負担が高まりやすい時期です。新しい環境に適応しようとする中で、気づかぬうちに疲れが積み重なっていくことも少なくありません。そのサインに早めに気づくことが、こころの不調を防ぐ第一歩になります。

今回のテーマ

新生活で崩れやすい こころのバランス ～5月病とうつのサインと対処法～

監修:北原 詩乃
(看護師)



▶ 新年度に増える「こころの疲れ」

春は進学や就職、異動など、生活環境が大きく変わる季節です。新しい出会いや期待がある一方で、慣れない環境に適応しようとする中で、こころや身体には想像以上の負担がかかっています。ゴールデンウィーク明け頃に見られる「5月病」は、こうした疲れが表面化した状態といえます。誰にでも起こり得るものであり、決して特別なことではありません。

▶ 「うつ病」との違いとサイン

5月病は正式な病名ではありませんが、状態が長引くと「うつ病」へとつながることがあります。うつ病では、気分の落ち込みだけでなく、「眠れない」「食欲がない」「疲れやすい」「集中できない」といった変化が現れます。

看護師として日々患者さまと関わる中で感じるのは、「頑張っている人ほど、自分の不調に気づきにくい」ということです。「まだ大丈夫」と無理を続けてしまうことが、回復を遅らせてしまう場合もあります。

看護師より一言

つらいときほど「こうしなければ」と自分を追い込みがちです。まずはその考えに気づき、少しだけ力を抜くことも大切です。疲れていることを自覚して、早めに休息をとることがこころの回復につながります。



日頃からのセルフケアもこころの安定に役立ちます。

▶ 受診の目安と日常でできる整え方

こころの不調が続くときには、早めの対応が大切です。以下のような状態が見られる場合は、医療機関への相談を検討しましょう。

【受診の目安】

- 気分の落ち込みや意欲の低下が2週間以上続いている
- 夜眠れない、または途中で目が覚める状態が続く
- 食欲がない、または食べ過ぎるなどの変化がある
- 仕事や家事、学業などに支障が出ている
- 強い不安や焦り、イライラが続いている
- 「消えてしまいたい」と感じることもある



日常でできるセルフケア

- ◎ 毎日同じ時間に起き、生活リズムを整える
- ◎ 朝日を浴びる習慣をつくる
- ◎ バランスのよい食事を意識する
- ◎ 疲れを感じたときは無理をせず休む
- ◎ 信頼できる人に気持ちを話す



新しい環境に慣れるには時間がかかります。焦らず、自分のペースを大切にしながら過ごすことが、こころと身体を守る第一歩です。不調に気づいたときには一人で抱え込まず、早めに周囲や専門職に頼ることも選択肢のひとつです。この春、自分自身のこころの状態にも目を向けてみてはいかがでしょうか。

院長就任のごあいさつ

このたび、2026年4月1日付で聖ルチア病院の院長に就任いたしました、吉村玲児です。当院には何度か日直医にうかがったことがあり、明るい光が差し込む院内の雰囲気や、南仏風のあたたかみを感じさせる建物、モチベーションの高い専門職スタッフの姿に魅力を感じていました。また、児童思春期疾患の子ども達が、開放感あふれる中庭で無邪気に遊ぶ姿から、先進的な治療技術だけでなく、質の高い環境療法が実践されていることを実感しました。

私自身は、大分医科大学(現・大分大学医学部)を卒業してから40年以上にわたり、産業医科大学で外来や病棟での診療を熱心に行ってきました。また、研究にも取り組んできました。精神薬理学や神経画像研究を専門としています。また、薬物療法に関するセカンドオピニオン外来や治験業務にも携わってきました。こうした経験を生かし、当院の精神科医療をより良いものへと発展させていきたいと考えております。

大学病院の臨床と民間病院の臨床には、それぞれに特性があります。大学で培ってきた臨床・研究・教育の強みを生かしながら、当院がこれまで取り組んできた地域医療や「精神科にも対応した地域包括ケアシステム」の実践をさらに発展させ、地域貢献に尽力してまいります。

患者さまや地域住民の皆さまからの信頼を大切に、地域の中で精神科医療への理解を育みながら、今後もより一層、質の高い精神科医療と社会復帰支援を提供できるよう、スタッフとともに努力を重ねてまいります。

今後とも、皆さまのご支援とご協力を賜りますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。

院長 吉村 玲児



院長 吉村 玲児

【専門分野】臨床精神医学、産業精神医学、精神薬理学、神経画像、職場のメンタルヘルス
【資格】○精神保健指定医
○日本精神神経学会 専門医・指導医
○日本臨床精神神経薬理学会 専門医・指導医
○日本老年精神医学会 専門医・指導医
○日本総合病院精神医学会 専門医・指導医

Profile

1988年に大分医科大学(現・大分大学医学部)を卒業後、産業医科大学医学部に入局。2001年より1年間、ニューヨーク医科大学ウェストチェスターメディカルセンターへ留学。15年より産業医科大学医学部精神医学教室教授。26年3月退任。26年4月から産業医科大学名誉教授。

栄養課では、栄養士や調理師が献立作成や給食の調理などの専門業務に専念できるよう、栄養課専任の事務職員が活躍しています。専門職を支える存在として、日々の業務を円滑に進める重要な役割を担っています。

例えば、給食用の食材が栄養課に届くと、納入業者への対応、食材の温度確認、記録簿への記入、伝票システムへの入力など、多くの作業が発生します。こうした一連の事務的業務を栄養課事務が一手に担うことで、現場の業務効率と安全性の向上につながっています。

さらに、患者さまの入退院や外泊などにより食事数に変更となる際には、病棟からの指示書をもとに厨房の調理ス

タッフへ正確に伝達し、必要に応じて増減する食事の盛り付けにも対応しています。こうした柔軟な対応が、給食提供の質を支えています。

また、調理器具や消耗品の在庫管理についても、これまでに対応するスタッフが都度異なり、管理のばらつきが課題となっていました。栄養課事務に担当を一本化することで、過不足のない効率的で安定した管理が可能となりました。

このように事務作業のタスクシフトを進めることで、専門職が本来の専門業務に集中できる環境が整い、患者さまのための新たな取り組みにも、これまで以上に積極的に挑戦できる体制づくりにつながっています。



栄養課にはタスクシフトできる事務的業務がたくさん



事務作業だけでなく、厨房スタッフの相談役としても頼りにされています

メッセージ

病院や調理現場での勤務経験はゼロで入社しましたが、業務を重ねる中でできることが増え、今では日々の仕事にやりがいを感じています。食事形態や食事箋への理解も深まり、任される業務の幅も広がりました。栄養課スタッフを支える実感を持ちながら、負担軽減と働きやすい環境づくりを通して、患者さまへのより良い給食の提供や栄養支援につなげていきたいです。

栄養課事務 岡松 妙子



初めての受診や、患者さまのご紹介は地域医療連携室までお電話ください。

tel.0942-33-1581 (代表)

詳しくはホームページをご参照ください。

患者さまご本人
ご家族さま



医療機関の方



教育機関
介護施設の方



精神保健福祉士(ソーシャルワーカー)がお話をお伺いし、受診のご予約をいたします。



社会医療法人 聖ルチア会
聖ルチア病院
St. Lucia's Hospital

〒830-0047 福岡県久留米市津福本町1012

TEL0942-33-1581 (代表)

FAX 0942-33-1586

関連施設

- ・精神科デイケア、デイナイトケア、ショートケア
- ・重度認知症患者デイケア すずらん
- ・訪問看護ステーション クローバー
- ・訪問看護ステーション クローバー おおき
- ・グループホーム ルピナスI・II・III

