



FUYON

やまぶき

通信

FUYON



家族が学び、出会う場所。

明けましておめでとうございます。新春を迎え、皆様いかがお過ごしでしょうか。
厳しい寒さをはねのける”太陽”のように皆様のお力になれるよう励んで参ります。本年もよろしくお願ひ致します。
～スタッフ一同～

11月に西部市民センターで開催された家族会で **成瀬 暢也先生** の講演が行われました。

成瀬先生は、 依存症の方は・・・

- ・自己評価が低く自分に自信が持てない
- ・人を信じられない
- ・本音を言えない
- ・見捨てられる不安が強い
- ・孤独でさみしい
- ・自分を大切にできない



埼玉県立精神医療センター副病院長
"太陽の会"というネーミングの元になった先生です。

としたうえで、回復のために大切なことは、

「本音を言えるようになること」

つまり、「正直なきもちを安心して話せるようになること」
が、回復の突破口であり、

ご家族は・・・

- ・依存症について学ぶ（問題解決のための知識を得る）
- ・依存症者に対する適切な対応を身につける（適切な対応をとることで本人は変わる）
- ・ **家族が元気を取り戻す**



そして何よりも

「誰よりも先にまず家族が人に癒やされること」

これが、ご本人への癒やしに繋がり、真の信頼関係を築く道に繋がる、と話されていました。

私たちスタッフは、家族教室はたくさん話をさせていただき、悩みを分かち合える場所、ご家族が楽で安全に暮らすために、依存症者への適切な対応方法を学ぶ場所と考えています。この講演会は家族教室の必要性を改めて強く感じる事が出来たものでした。

私たちスタッフ一同、研修会・勉強会やチームミーティングを重ね、スキル向上とともに、いち早い家族教室の再開に繋げていけるように努めて参ります。何か少しでも気にかかることがあれば、心の拠り所として芙蓉会病院に相談していただければと思います。

オンライン研修

まだまだコロナが収束せず、外出や旅行も制限されていますね・・・。

研修なども同様に、密を避けるためオンラインでの参加が続いておりますが、オンラインであっても学びの場があるのは嬉しい限りです。

今回もチームスタッフ数名で参加した「アルコール・薬物依存関連学会合同学術総会」についての感想を少しご紹介させていただきます。

2022/9/8(木)～9/10(土)の間開催されたアルコール・薬物依存症関連学会合同学術総会に参加してきました。その学会全体を通してよく使われていた言葉がありました。それはスティグマ(偏見、差別)という言葉です。依存症に限らず精神科全体には偏見が多いと思いますが、依存症に対する偏見は特に多いかもしれません。それにより受診の敷居が高くなり受診が遅くなってしまいうケースも現実にあります。学会に参加してみて依存症に対する偏見・差別を減らしていくことも重要なのではないかと思います。
(薬剤師 澁谷)

学会に参加させていただき、精神科病院受診の敷居の高さを改めて感じました。本人はもちろん、ご家族も、本人を病院へ受診させたくても、「精神科はちょっと、、、」と思われていた方も多いかと思います。最近では、内科の病院から紹介されて精神科へ繋がる方も少なくありません。まずは、患者様の体を気遣い、かかりつけの内科へ受診後、精神科へ紹介という方法も治療に繋がる方法の一つかもしれません。また当院では、まずはご家族から先に相談を受けることもできます。少しでも精神科受診への敷居が低くなるよう取り組み続けていきたいと思っております。
(連携室 佐藤)

断酒補助会 HALT のご紹介

芙蓉会病院には「HALT (ハルト)」という断酒補助会があるのはご存じでしょうか。

その由来はそれぞれの頭文字を取り・・・

Happiness (幸福) **A**ssist (手助け) **L**ucky (幸運) **T**eam (仲間) となっています！

当院の患者様により発足され、当院通院中及び入院中の患者様が参加し、毎月 1 回開催しています。

HALT も新型コロナのあおりを受け、長らく中止が続いていましたが、10月から再開しました。

とはいえ、まだまだ安心出来ない状況ですので、Zoom を使いながら外来の患者様と入院中の患者様を繋ぎ、安全が確保出来る環境にて、試験的に実施しております。

入院中の患者様からは、体験談が聞ける貴重な機会だという感想などいただき、退院後のモチベーションに繋げている方もいます。

こういったお話を聞くと、当事者同士という強みや支え合おうとする力の強さを改めて実感します。まだまだ世の中は厳しい状況が続きますが、続けられる限り、皆様の安全を確保しながら続けていきたいと思っております。

～編集後記～

青森もとうとう雪深い季節になり、日々の雪かきで「腰が痛い！」と毎回悲鳴をあげています。

加えてコロナウイルスやインフルエンザとまだまだ油断できない時期ですが、皆様お身体お大事にお過ごしください。

編集：作業療法士 工藤 法子 薬剤師 澁谷 友明
精神保健福祉士 佐藤 里菜 佐々木 成美

今月の太陽の会は・・・

新型コロナウイルスの流行により、暫くの間中止とさせていただきます。再開は改めてご連絡致しますので、宜しく願い致します。