

Rainbow

2014 秋号

(年2回発行)

鹿児島市精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく) 広報誌

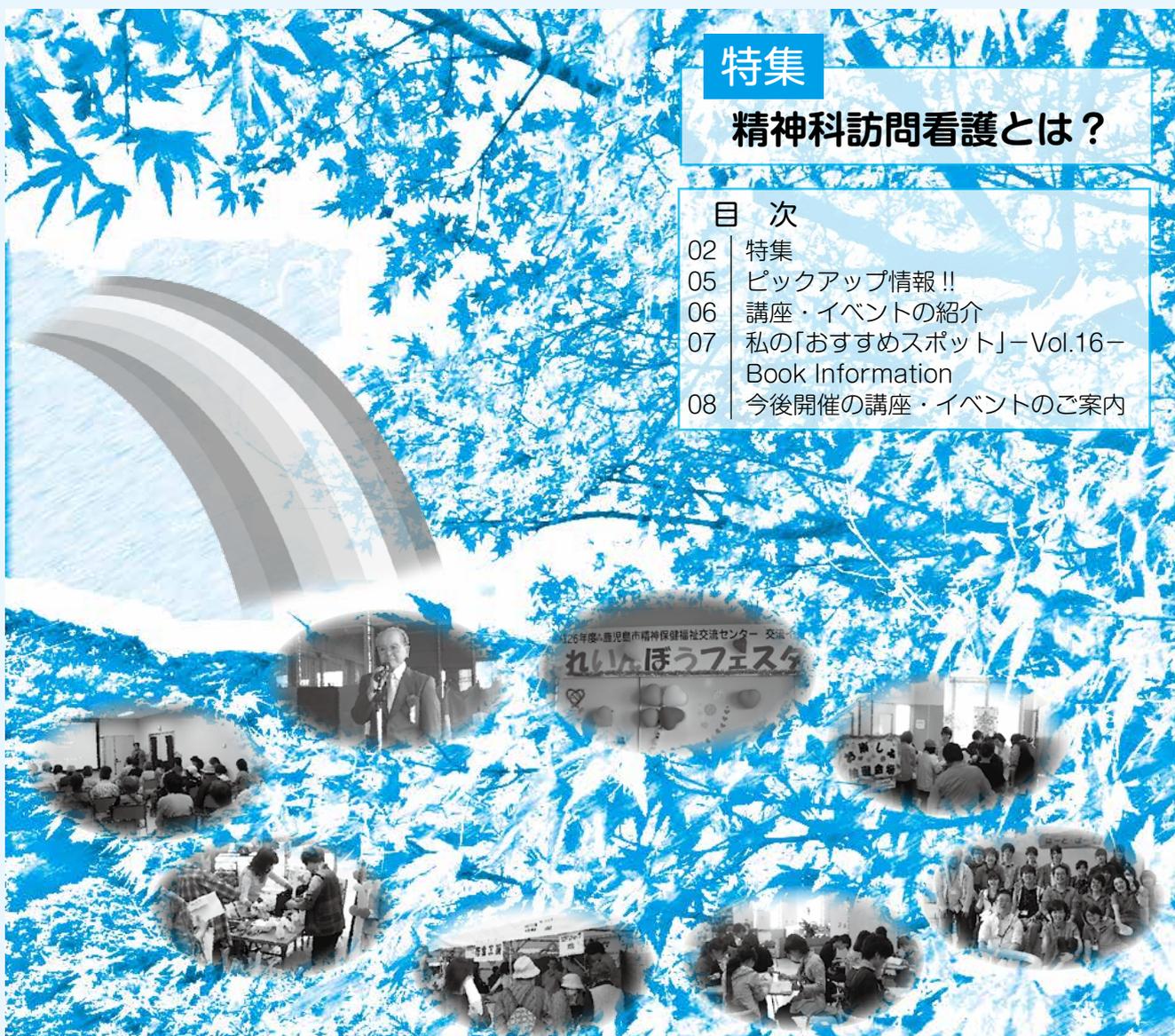
愛称「はーと・ぱーく」は、いろいろな方々の心(はーと)が集まる公園(ぱーく)のイメージをこの交流センターに重ねて命名されました。

特集

精神科訪問看護とは？

目次

- 02 特集
- 05 ピックアップ情報!!
- 06 講座・イベントの紹介
- 07 私の「おすすめスポット」-Vol.16-
- Book Information
- 08 今後開催の講座・イベントのご案内



表紙：もみじ H26.11.14 (錫山 指宿スカイライン付近 鹿児島市下福元町)

編集・発行 鹿児島市精神保健福祉交流センター(はーと・ぱーく)

精神保健福祉交流センターでは、広報誌の表紙を飾る「Rainbow(虹)」をテーマにした作品を募集しています。詳しくは裏面の連絡先までお気軽にお問い合わせ下さい。皆様からのたくさんのご応募をお待ちしています。



精神科訪問看護とは、精神に障害を持ちながら地域で生活している方が、家庭や地域社会で安心して日常生活を送ることができるようスタッフが定期的に訪問し、自立への援助を促しながら相談や必要な支援などを行うサービスのことです。

訪問看護を提供する機関は？

訪問看護ステーション……訪問看護師自身が運営するサービス機関です。
 医療機関（病院・診療所）……病院・診療所内で「訪問看護部門」などを設けてサービス提供を行います。
 民間企業の訪問看護サービス……民間企業などが行う訪問看護サービスで料金体系等が少し他機関とは違い、利用者との契約で行われるサービスです。

訪問看護のスタッフは？

看護師免許を持つ看護師もしくは保健師・助産師が訪問看護を行います。
 精神科を標ぼうする医療機関からは精神保健福祉士(PSW)、作業療法士(OT)等の訪問も訪問看護の一形態として位置づけられています。保健・医療・福祉現場での十分な経験・知識・技術をもつ専門家が担当となります。

訪問看護の対象者は？

訪問看護が利用できるのは、病気や障がいもち療養しながら居宅で生活をされている方、もしくは退院時にご本人だけでなく、支えている家族のサポートもおこない、赤ちゃんから大人まで年齢を問わず、訪問看護を必要とするすべての方を対象としています。



どんな時に訪問看護を利用できるの？

こんな時は訪問看護をご利用ください

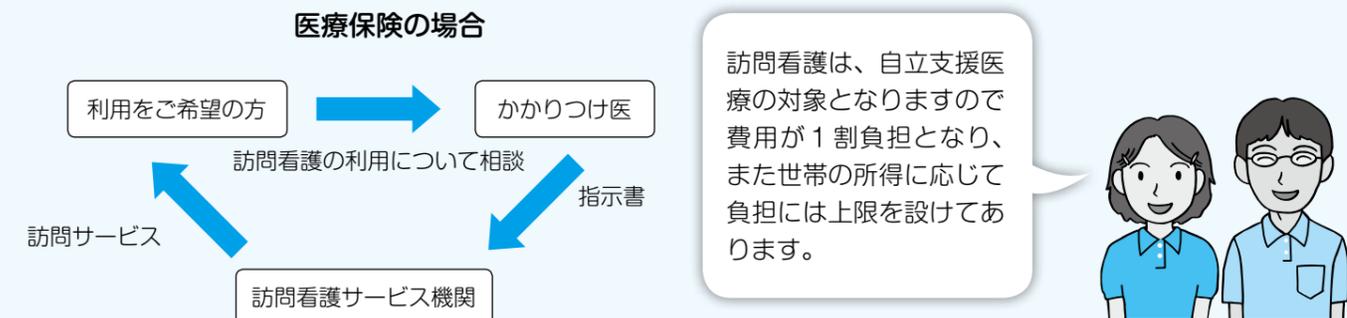
- 社会資源の利用の仕方が知りたい
- 話し相手がほしい
- 薬をきちんと飲めるようになりたい
- 金銭管理ができるようになりたい
- 家族とのことについて相談したい
- 入退院を繰り返したくない
- ひとり暮らしが不安で

訪問看護の主なサービス内容

■病状の観察 病気や障がいの状態、血圧・体温・脈拍などのチェック	■療養上のケア 療育環境の整備や身体の清潔・栄養食事摂取・排泄などのケア
■医師の指示による医療処置・医療機器管理 かかりつけ医の指示に基づく医療処置や在宅酸素、人工呼吸器などの管理	■在宅リハビリテーション 日常生活の活動動作・関節拘縮・機能の訓練等、外出の工夫や生活の自立・社会復帰への支援
■認知症ケア 認知症への対応や事故防止など、認知症の方や家族への支援	■終末期や精神・心理的なケア 終末期への支援や生活上の不安等の精神・心理状態のケア
■介護者へのケア 日常や介護等のさまざまな相談	■各種在宅サービスの相談 公的・民間のサービスや利用できる制度や資源の紹介・相談

訪問看護の利用手続き

訪問看護を受ける場合はかかりつけ医の指示書が必要となります。



鹿児島市内の訪問看護ステーション（精神）

(H26.8.1現在)

事業所名(五十音順)	住所	電話番号
鹿児島県看護協会訪問看護ステーションかごしま	鴨池新町 21 - 5	099 - 259 - 7019
ケアネット徳洲会鹿児島訪問看護ステーション	下荒田 3丁目 44 - 18 のせビル 202	099 - 254 - 0311
笹貫訪問看護ステーション愛の街	小原町 9 - 1	099 - 210 - 0150
城西訪問看護ステーション	西田 1丁目 10 - 2	099 - 258 - 9380
生協訪問看護ステーション・かもいけ	鴨池新町 5 - 8	099 - 285 - 6006
生協訪問看護ステーション・たにやま	谷山中央 3丁目 4582	099 - 284 - 9103
ナカノ訪問看護ステーション	伊敷台 6丁目 27 - 11	099 - 218 - 3300
花野訪問看護ステーション	花野光ヶ丘 1丁目 38 - 7	099 - 228 - 1653
訪問看護ステーションおおぞら	上荒田町 44-23-202	099 - 299 - 0031
訪問看護ステーションオルタナ	草牟田 2丁目 17 - 17	099 - 227 - 0021
訪問看護ステーションきずな	喜入一倉町 5243	099 - 343 - 5507
訪問看護ステーションてあて	谷山中央 6丁目 22 - 24	099 - 204 - 9808
訪問看護ステーションデューン鹿児島	武 1丁目 28 - 9 ベレーザ武 101号	099 - 210 - 5590
訪問看護ステーションパールランド	犬迫町 2253	099 - 245 - 4555
訪問看護ステーションファースト	草牟田 1丁目 2 - 3 ジュネスコート 101号	099 - 295 - 3451
むぎのめ訪問看護ステーション	川上町 1862 - 1	099 - 295 - 8697
よしの訪問看護ステーション	川上町 2721 - 24	099 - 244 - 5525

鹿児島市内の訪問看護をおこなっている精神科医療機関

(H25.3月現在 広報誌「Rainbow」2013特別号参照)

病院名(五十音順)	住所	電話番号
医療法人有隣会 伊敷病院	下伊敷 2丁目 4 - 15	099 - 220 - 4645
医療法人仁愛会 花倉病院	吉野町 5147	099 - 243 - 5111
医療法人陽善会 坂之上病院	光山 2丁目 31 - 76	099 - 261 - 6602
特定医療法人共助会 三州病院	犬迫町 7783 - 1	099 - 238 - 0075
医療法人共助会 三州脇田丘病院	宇宿 7丁目 26 - 1	099 - 264 - 0667
医療法人恵和会 白浜病院	常盤 1丁目 17 - 1	099 - 253 - 4141
公益財団法人慈愛会 谷山病院	小原町 8 - 1	099 - 269 - 4111
医療法人敬愛会 玉里病院	玉里町 26 - 20	099 - 224 - 0700
医療法人松柏会 Tsukasa Health Care Hospital	山田町 441	099 - 264 - 1212
医療法人猪鹿倉会 パールランド病院	犬迫町 2253	099 - 238 - 0301
医療法人寛容会 森口病院	下田町 1763	099 - 243 - 6700
公益社団法人いちよしの樹 横山病院	永吉 1丁目 11 - 1	099 - 256 - 4567
医療法人明心会 吉野病院	吉野町 3095	099 - 243 - 0048

クリニック名(五十音順)	住所	電話番号
医療法人修誠会 たばたメンタルクリニック	下荒田 3丁目 17 - 32	099 - 250 - 5682
中川クリニック	鴨池 1丁目 14 - 23	099 - 252 - 2928
はあと診療所	上荒田町 29 - 18 - 1F	099 - 250 - 6100

※今回の医療機関は掲載許可が出た箇所のみ掲載しておりますので全ての医療機関ではございません。
 ※詳細は各訪問看護ステーション・医療機関にお問い合わせください。

中川クリニック 訪問看護担当者へのインタビュー

Q. クリニックで訪問看護を利用する方法は？

A. 医師に指示書を書いていただき、計画書を作成し訪問看護サービスの開始になります。

Q. 現在どういった方々が利用していますか？

A. 当クリニックに通院をされており、先生の診察場面でご自宅での状態が心配な方・服薬の気がかりな方が対象になっています。たまに、ご自身で訪問看護を希望される方もいます。

現在、利用されている方は、年齢的には30～60代で女性が多く、11名利用しています。

Q. 訪問看護ではどういった支援をおこなっていますか？

A. 訪問看護は、週1回の方が多く30分以上を基本としていますが、利用者やそのニーズによって回数や時間は異なります。支援内容は、その時の困り事を優先しながらバイタル確認を含めた体調・健康管理、服薬管理、生活リズムの確認働きかけ、外出や手続きの同行支援などもおこなっています。家族と同居されている方は、家族関係で困っていることもありますので、本人と家族を含め支援もおこなっています。

Q. 支援をする際に気を付けていること、心がけていることはありますか？

A. 話しやすい雰囲気を意識して、まずは相手の話を聴くことを大切に、困り事を中心に出来ることを支援していくことを心がけています。部屋の片付けなども一緒に行い、自立への手助けもしています。精神的な状態をみながらご本人との距離感も意識しながら支援をおこなっております。

Q. 広報誌を読まれる方へのメッセージ

A. 特別なことはやっていませんが、参考にしていただけたらとおもいます。今の生活より少しでも過ごしやすい感じになっていっていただけたらと思います。



中川クリニック紹介

●診療時間／

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝日
9:00～12:30	○	○	○	○	○	○	/	/
14:00～18:00	○	○	/	○	○	○	/	/

●予約／予約は、初診と心理カウンセリングは必要

●外来診療以外のサービス／デイケア、訪問看護

●カウンセリング／カウンセリング可

●連携施設／鹿児島自然学園（児童心理療育施設）

●交通／（バス）騎射場・鴨池バス停から徒歩5分

（市電）騎射場・鴨池電停から徒歩5分

（車）鹿児島中央駅から車で15分

●お問い合わせ先／住所 鹿児島市鴨池1丁目14-23

TEL 099-252-2928



断酒会を支える会

「アルコール健康障害対策基本法」について知っていますか？

今日まで、公益社団法人全日本断酒連盟は永年、アルコール依存症対策を国に対し、アルコール問題議員連盟を軸にいろいろな意見を述べてきました。しかし、もう少しのところで挫折していました。

今回、医療関係者より、日本アルコール問題関連学会を中心に、アルコール関連問題基本法推進ネット（アル法ネット）を立ち上げ、多く国民的支援団体を結集することができました。特にアルコール問題議員連盟には格別の働きをいただき、昨年12月7日に法案が成立しました。私達アルコール依存症者にとって、初めての法律であり、個々の飲酒運転、未成年者の飲酒の法律はあっても、アルコール依存症を規定とする法律はありませんでした。この法律の成立はこれからのアルコール問題に悩む人たちの大きな力となると思います。私達断酒会会員・家族は断酒会に入会し、「断酒会にもっと早く出会っていたら、こんなに苦労しなかったのに……」みんな思っていました。アルコール依存症者本人、そして家族も「飲んだくれ、意志が弱い、癖が悪い」と思い、誰にも相談する勇気がありませんでした。依存症で身体をダメにし、仕事を失い、信用も、プライドもズタズタ状態、経済的にも破たんし、家族からは罵倒され、ケンカが絶えない、とうとう家族も離散すれすれか、離散でした。そんな状況でも酒を飲まなければ、生きていけません。もし、学校教育の場で、アルコール依存症の知識と回復の方法を知っていれば、もし内科診療で「アルコール依存症疑いあり」と言われたら、もし、飲酒運転で捕まった時、警察がアルコール依存症の疑いがと指導してくれたら、もし、DV、酩酊で救急医療の消防士がいてくれたら。もし、近所の知人がアルコール依存症のことを知っていれば…。こんなに苦労せずに断酒会に出会っていたかもしれません。私たちの生活の場に潜むアルコール依存症を間違った知識や、偏見がなければ、もっと早く治療に結びついたと考えます。アルコール依存症は心の病気である以上、これからは多くの人になりうる病気だと思えます。私達断酒会会員家族は、アルコール依存症からの回復と同時に人としての生き方のノウハウを持っています。この社会的資源をより多くの市民に伝える責務を果たすべく、この法律を県内の関係者会議に生かしていきたいと思えます。

また、今日まで11月10日は「断酒宣言の日」から断酒強化週間に立法化されましたので、県民へ大きくアピールできる行動を企画します。

昨年4月から、私達全国ネットの断酒会を鹿児島県に断酒例会を開催しました。

開催日時・問い合わせ先

開催日時：毎月第2・4週目の木曜日 19:30~21:00まで

開催場所：鹿児島市精神保健福祉交流センター（はーと・ぱーく）

鹿児島市鴨池2丁目22番18号

TEL 099-214-3352 FAX 099-206-8571

アルコール問題で悩んでられる方は、夜12時までなら酒害相談を受付します。

相談電話 携帯 090-8833-2163 米崎邦雄

公益社団法人 全日本断酒連盟

鹿児島県断酒新生会

米崎邦雄

平成26年4月～平成26年7月

講座・イベントの紹介

講座の詳細については、当センターホームページ <http://www.kouryu-center.org/> に掲載しています。



ホットケーキミックスを使った、さつまいもとドライフルーツ&クルミスコーンづくり♡さっくりしっとりした食感で、それぞれの味も楽しめるスコーン、あたたかい具たくさんスープ、名前の通りのごちそうサラダをみんなでいただくランチタイムは、先生の子育てのお話もうかがいながらの楽しいおいしい時間となりました(*^。^*)

皆さん自由に携帯ストラップや葉書フレームへ先生方のお庭に咲いていた押し花を配置していかれ、まるでそこに先生のお庭を再現しているかのような癒しの時間が流れていました(#^_^#)



メンタルクリニック南郡元
「でいけあスマイル」より

「れいんぼうフェスタ2014」より 俳句・短歌・川柳 出展
展示総数・・・37 枚

選考基準・・・でいけあスマイルのプログラムである「うたの会」(俳句・短歌・川柳・詩などを作るプログラム)の中で、メンバーとスタッフの投票により6つの作品に決定いたしました(^_^)〚



暑さきて
アイスクリーム
食べたいな

食べたいで賞

また一つ
桜と共に
散る想い

想い出賞

年一度
日頃の成果を
だすみんな

努力賞

梅雨が来る
サッパリ降って
夏が来る
JUN

季節賞

再就職
面接官は
わか息子
BEN

優秀賞

美化が味く
心豊かに
五月晴れ
なかもらかや

優秀賞

平成26年度後半の主な講座・イベントのお知らせ

	イベント	日程	対象
11月	はーと講座「パソコン」 エクセル（表計算ソフト）編	講座は終了しました	鹿児島市民で精神障がいのある方
	精神保健福祉講座「依存症」	講座は終了しました	鹿児島市民
12月	支援者（精神科医）を囲む茶話会	講座は終了しました	鹿児島市民で精神障がいのある方の家族
	まちかど交流講座「クッキング」	12月20日（土） 10:00～13:00	鹿児島市民
平成27年 1月	メンタルヘルス講演会 （仮）「子どもの発達障害」	1月18日（日） 14:00～16:00	鹿児島市民
	はーと講座「パソコン」 エクセル（表計算ソフト）編	1月10～31日の毎週土曜 10:00～12:00	鹿児島市民で精神障がいのある方
2月	SST 講座（“Social Skills Training”の略 ≡「社会生活技能訓練」「生活技能訓練」）	未定	鹿児島市民
	まちかど交流講座「手作り」	未定	鹿児島市民
3月	精神保健福祉講座 （仮）「精神障がいのある方が地域で上手 に生活するために」	未定	鹿児島市民

◇開講する講座・イベントの内容については、変更することがあります。詳しくは下記までお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

鹿児島市精神保健福祉交流センター（はーと・ぱーく）

- 開館時間** 9：00～21：00
休館日 毎週火曜日 年始年末 12/29～1/3
使用料 無料
相談（※相談は21：00で終了します。）
 来所相談 9：30～19：00（受付）
 電話相談 9：30～20：30（受付）
 ☆相談には、精神保健福祉士・臨床心理士が応じます。
 ☆相談についての秘密は厳守いたします。
 ☆相談は無料です。
 ☆診療行為は行いません。

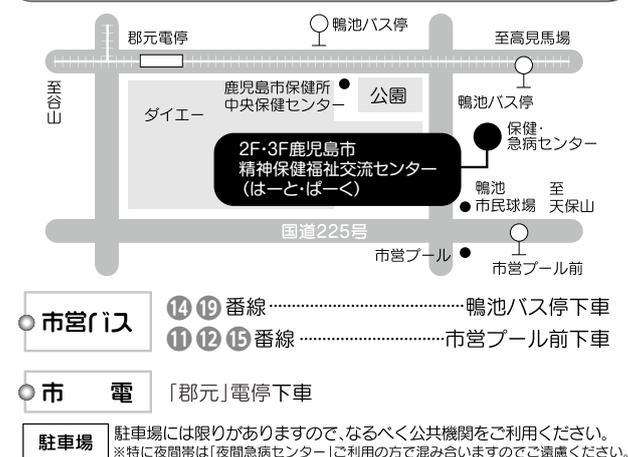
各部屋利用時間

交流スペース	9：00～21：00
多目的ルーム・会議室	9：00～20：50
音楽ルーム・調理室	9：00～20：30
ディケア室	平日 17：00～20：50
	土・日・祝日 9：00～20：50

ご利用・ご予約方法

- （多目的ルーム 会議室 音楽ルーム 調理室）
 （ディケア室）
 ※精神保健福祉に関する内容のものに限ります。
 ※上記各部屋は3ヶ月前から予約できます。
 ※各手続き・予約方法についてはお問い合わせいただくか、またはホームページにてご確認ください。

MAP・交通アクセス



鹿児島市鴨池2丁目22番18号

TEL 099(214)3352 FAX 099(206)8571

URL：http://www.kouryu-center.org/

指定管理者 株式会社 ア・ライズ

「ア・ライズ」(A・RISE)は「立ち上がる」「復帰する」という意味です。精神障がいの方々が地域でその人らしくより良い暮らしができるよう、住宅の確保や就労支援などを目的として設立しました。精神障がいのある方々を支援する事業を通して、障がいの有無や種別に関わらず地域に暮らす人々が安心して暮らせる地域社会づくりに貢献したいと考えています。