



医療法人山陽会 長門一ノ宮病院
4階病棟便り 「だんだん」第3号
山口県下関市形山みどり町17番35号
TEL:083-256-2011
FAX:083-256-9004
発行責任者 稲野 秀
令和6年7月1日発行



<http://www.nagatoichinomiva-hp.com/>

治療プログラムについて

児童思春期専門病棟担当医 稲野 靖枝
担当公認心理師 稲野 碧

子どもは生まれると、家庭、次いで保育園や幼稚園、そして小学校、中学校、高等学校、大学などの集団を経て社会に出ます。その後、就職や結婚など人生の様々な出来事を経ながら、新たな環境や集団に適応して生きていくことを求められます。その過程で集団の中で生きていくために必要なスキルを身につけることが必要になるわけですが、入院してくる子どもたちは、この必要なスキルを身につけることが難しい、あるいは、間違ったスキルを身につけてしまい、集団や環境に適応することができなくなっています。

非定型的な発達特性があり、定型的な発達特性の子どもたちと一緒に成長できずに、様々な“困った行動”をとってしまう。性格や辛い体験などから、引きこもったり、抑うつ的になったり、自分を傷つけてしまう。他にも様々な理由で、家庭や学校などの場所で、本人や周囲の人たちが安心・安全に過ごせなくなり、子どもたちは入院してきます。

今号では、病棟でおこなっている**治療プログラム (NTP : Nagatoichinomiya byouin Treatment Program 長門一ノ宮病院治療プログラム)**の概略について紹介します。

構造化：スケジュールや場所、ルールをわかりやすく視覚化することで、子どもたちが混乱なく日常を過ごす事ができるようになります。

行動療法：毎日決まった時間に1日の生活や行動について振り返り(ルールチェック)を行い、スケジュールやルールを守って過ごす事ができれば、ご褒美(強化子といい、物とは限りません)があります。ご褒美は、毎日の自由時間にできること、1週間毎の外出や外泊、1ヵ月毎のお楽しみ会、4ヵ月ごとのお楽しみ会(4つ星ゴールデンタイム)などです。しかし、自分や周囲の人が安心・安全に過ごせない行動をとったときは、ご褒美がもらえなかったり、場合によっては、皆と一緒に過ごす事ができない部屋(保護室や観察室)でしばらく過ごしてもらいます。このように強化子を用いて適正な行動を増やしたり、不適切な行動を減らしたりする治療を行動療法といいます。

土曜プログラム：土曜日の午前中に行っているSSTやコグトレなどの集中プログラムです。**SST(ソーシャルスキルトレーニング)**では問題の解決の仕方や人と人との関わり方などを学んだり、ロールプレイで練習したりし、苦手なことを安心して練習することで、実際の場面で使えるようにしていきます。その他にも、日常生活を過ごしやすいようにするために必要な考え方や知識を学びます。

コグトレ®(Cog-Tr)：当院で実施している主なコグトレは認知機能強化訓練(Cognitive Enhancement Training)で、脳の認知機能が弱いところを鍛えていく訓練です。認知機能は様々な治療が十分な効果を上げるための下地になります。見る、聞く、覚える、考える、視点を変える、操作するなどいろいろな脳機能を鍛えることで、人の話をしっかりと聞きとったり、作業の精度を上げたり、正確に処理したり、集中力を上げるなどの能力を養います。

作業療法：各々が作業を行ったり、集団で皆が協力しながら活動します。様々な活動を通して、「協調性を身につける」「身体能力を向上させる」「集中力を高める」「物事の切り替えをスムーズにする」「気分転換の方法を増やす」などの力を身につけます。

児童病棟では、治療プログラムを通して、病棟スタッフが大人の見本となり、他の入院児童を含めて大きな家庭の様な役割を果たしつつ、かつ専門的に関わりながら、子どもの成長や回復を目指しています。これからも、子どもたちの成長を促し、家族とご一緒に子どもたちを支えていけたらと思います。

★お楽しみ会と4つ星ゴールデンタイムについて

紹介します★



児童病棟では、行動療法のご褒美として、「お楽しみ会」と「4つ星ゴールデンタイム」が設定されています。

お楽しみ会とは？

NTPの行動療法のご褒美の一つで、1ヵ月を通して、問題となる行動がなく、ルールやスケジュールを守って過ごす事ができた子が参加できる活動です。

月末の土曜日午後2:00～3:00、お菓子や軽食作りと実食、クイズ大会などのレクリエーション、スライムやスーパーボールづくりなどのものづくり、クリスマスやハロウィンなど季節にちなんだイベントなどをおこなっています。また、参加できる子のなかで、その月に誕生日を迎える子は、お祝いしてもらい、誕生日ケーキとみんなからのメッセージが添えられたバースデーカードがもらえます。(参加できない子は、お楽しみ会後に誕生日ケーキとバースデーカードはもらえます)

☆もちろんお楽しみ会の最中も児童はルールを守って過ごします。

※お楽しみ会に参加できない児童は、行動療法のペナルティとして、デイルームでお楽しみ会が行われている間、学習室で勉強をします。

4つ星ゴールデンタイムとは？

4ヶ月間、問題となる行動がなく、ルールやスケジュールを守って過ごすことができた子が参加できる活動です。

3月、8月、11月の年3回、お花見、キャンプ、バーベキュー、日帰り旅行、ピザ作りなどを1日から一泊でおこなっています。

※4つ星ゴールデンタイムに参加できない児童は、行動療法のペナルティとして、その日の通常の病棟スケジュール(体操、学習、OTなど)に沿って過ごします。

★お楽しみ会、4つ星ゴールデンタイムに出ることを、日々の入院生活の頑張りのモチベーションにしている子供たちも多く、治療として大切にしています。

楽しかった！次も出れるように
がんばります！＼(^o^)/



これまでがんばって
きて、本当によ
かった！



～お母さんにお話をきいてみました～

外来に通院されていたYさん。Yさんは中学でのいじめをきっかけに不登校になりました。腹痛や嘔吐などの症状があり、小児科を受診しましたが、不安や嘔吐恐怖が続き、当院に紹介され、児童思春期病棟へ、3カ月間入院されました。今は高校を卒業し、年相応に悩みながらも、明るく元気に過ごされています。

Yさんのお母さんに、入院に対する当時の心境について、インタビューしてみました。



Q 児童思春期病棟への入院に、抵抗はありましたか？

A 「精神科っていうところに自分の子供が来ることになった。」という戸惑いはありました。でも「進まなくちゃ…このままじゃ何も変わらない。」と思ったし「やっと繋がれた～！」との安心感もありました。

Q 実際に入院して良かったことは何ですか？

A 入院中に起きる出来事に主治医の先生や医療スタッフが介入してくれることで、私自身がたくさんの気づきを得ました。私の場合は「母として一生懸命していたことが、実は本人のためになっていないのかも…」ということ。例えば、仕事で面会時間に間に合わない時があり師長さんに相談すると、「遅れてもいいですが、本人は『お母さんが仕事がんばってるなら無理して来なくていいよ。』って言ってますよ。」と言われました。「遅れてでも面会に行きます！」と言うと、師長さんから「お母さん、一回本人の意見を聞いてみてはどうですか？」とアドバイスされ、結局その日は行きませんでした。でも状態が悪くなったり、親子関係が悪くなるようなことは起きませんでした。入院中にそんな出来事を積み重ねることで、本人への対応方法が自然に身に付きました。

Q 入院することで、お子さんに変化はありましたか？

A 気持ちの切り替えが早くなりました。また挨拶やお礼など、ちょっとした一言が言えるようになりました。病棟での規則正しい生活や食事、運動、コミュニケーションのプログラムなどを通じて、自然に身に付いていました。入院治療しないところまでの変化は正直難しいのではないかと思います。

Q お母さん自身も変わりましたか？

A 「今まで一生懸命子供のためにしていたことは過干渉気味だったのかな。母と子が一心同体だったな。」と気づきました。認めるのは辛かったですが、それからは自分自身の生活を大切にするようになりました。

Q 現在の親子関係はどうですか？

A 入院という経験をして、まず私自身の考え方が変わりました。子育てって自分次第で、自分がイライラしてる時は子供も連鎖反応みたいに不安定になる。入院前は本人の言動に一喜一憂していました。でも今は親子でぶっちゃけ話ができるようになりました。入院中にスタッフが間に入ってくれたおかげで、適切な距離感を保てるようになりました。

Q 入院を迷っているお母さんへ、メッセージをお願いします。

A 入院することで一時的に子供と離れることは辛いです。また親子関係が悪くなるのではないかと入院を躊躇する気持ちはよくわかります。でも入院治療のプログラムや、スタッフの関わりによって、退院時にはお子さんと自分自身の大きな変化を感じられると思います。

本人が変わろうとする力を信じて、親御さんも勇気を出してみてください！
一歩踏み出したら、きっとスタッフさんがサポートしてくれますよ。

入院治療に踏み切るのは勇気がいることだと思います。その不安や迷いを受け止められるよう、主治医はじめ病棟スタッフが一丸となり関わっています。入院に関するご不安等あれば、お気軽にご相談ください。



書籍紹介

「こども六法」 山崎 聡一郎 著 弘文堂

「法」と聞くと、みなさんはどのようなイメージをもつでしょうか。分厚い六法全書などを思い浮かべたり、とっつきにくい・難しいといった印象を持つ人も多いのではないのでしょうか。しかし、私達の日々の生活には必ずといっていいほど「法」が密接に関係しています。当院では「みんなが安心・安全」をキーワードに治療プログラムを構築していますが、「法」も同じく、国民の安心で安全な生活を守るために決められたルールです。

この本では、世の中にある様々な法律の一部を、なるべく子どもにも読みやすいよう平易な言葉で紹介してくれています。是非、子どもと一緒に読みながら、なぜ法を守る必要があるのかを、親子で考えてみてください。



「こども六法の使い方」 山崎 聡一郎 著 弘文堂

こちらの本は『こども六法』と合わせて、大人にこそ読んでほしい本です。

法は、大人の都合の良いように、子ども達の不適切な行動を是正するためのものではありません。法は子ども達も含めた国民すべてに適用されています。とはいえ、具体的な法の種類や、法の活用法を余すことなく完全に理解することは、大人にも難しいことです。最も大切なのは、「法制度は人と人との間に生じる意見のすれ違いや争いを調整し、全ての人々が安全で快適な生活を送れるようにする仕組み」であるという法的な物事の見え方(法的素養)です。

この本では、大人が法的素養を身につけるためのヒントがわかりやすく散りばめられています。「法律で禁止されているから」ではなく、「なぜ法律で守らなければならないのか」という、法の知識や法的素養の観点で子どもと話し合うとき、大人にとって役に立つ一冊となるでしょう。



(紹介者 公認心理師 稲野碧)

<編集後記>

今号は、当院の治療プログラムのことや関連書籍の紹介のほかに、以前当院に入院されていた児童のご家族へのインタビュー記事を掲載いたしました。今回、ご家族の方へのインタビューを企画したのは、実際に以前家族が入院していた方の率直なお話を載せることで、この広報誌を読んで下さる方々（ご家族が入院している方、あるいは今後入院を考えている方）に、当院の児童思春期病棟の様子をいろいろな方法で知っていただき、抱えていらっしゃるかもしれない不安な気持ちの解消に少しでも役立てれば、と考えてのものでした。今回、快く取材を受けていただいたYさんのお母さまには、この場を借りて御礼申し上げます。今号で広報誌「だんだん」は第3号になりました。この広報誌も「だんだん」の名前の通り、少しずつ成長していけたらと思っています。<M.W.>