

# Hakuyukai - Dayori 博友会だより

春 [No.1]  
2009年4月

医療・看護・介護を通して地域に貢献いたします



## もしも家族がうつ病になったら

札幌医科大学医学部  
神経精神医学講座教授  
齋藤 利和 先生

医療法人社団博友会は5つの施設で社会貢献しています



### 平岸病院

精神科・神経科・内科  
神経内科・歯科・訪問看護  
赤平市平岸新光町2丁目1番地  
TEL: 0125-38-8331



### 北の峰病院

精神科・神経科  
富良野市中御料2062番地  
TEL: 0167-22-2011



### 介護老人保健施設博寿苑

入所・短期入所  
通所リハビリテーション  
赤平市平岸新光町2丁目4番地  
TEL: 0125-37-2001



### 平岸クリニック

精神科・神経科・心療内科・内科  
リハビリテーション科・デイケア・ナイトケア  
赤平市平岸新光町1丁目1番地  
TEL: 0125-38-8393



### 共同生活援助事業所グループホーム博友荘

入居による生活援助  
赤平市平岸新光町4丁目34番地  
TEL: 0125-37-2077

# もしも家族が うつ病に なったら



近年、うつ病への関心が高まっていますが、うつ病を患っていても、治療を受けている人は全体のほんの一握りです。周囲の人はもちろん本人でさえも「うつ病」とは思わず、ただの「怠け」と信じているケースも少なくないようです。うつ病の症状を知り、早期発見・早期治療へつなげましょう。



札幌医科大学医学部  
神経精神医学講座教授  
**齋藤 利和 先生**

1948年美唄生まれ／日本精神神経学会理事、国際アルコール医学生物学会理事長、日本アルコール精神医学会理事長、日本アルコール・薬物医学会理事、日本精神神経薬理学会理事、日本精神科診断学会理事、日本臨床精神薬理学会評議員、日本生物学的精神医学会評議員、日本薬理学会評議員、日本神経化学会評議員など  
医療法人社団博友会は齋藤教授との連携により、質の高い医療を提供しています。

## 周囲の人が気づく症状

うつ病になると、決断力・実行力・記憶力の低下、仕事の能率の低下、自殺願望などのほかに、睡眠障害、不調感、食欲低下、頭痛等の身体症状がみられます。周囲の人には、「愚痴が多くなった」「イライラ、セカセカしている」「同僚との付き合いを避けている」「元気がない、笑わなくなった、口数が減った」「身なりを気にしなくなった」と見えるようです。

決断力・実行力・  
記憶力の低下

仕事の能率の  
低下

自殺願望

不調感

睡眠障害

頭痛

食欲低下



何事に対しても否定な考えを持ちやすくなるため、仕事や人間関係でのトラブルが増え、欠勤、遅刻、早退が目立つようになり、アルコールや睡眠薬などを乱用することもあります。落ち込みが激しい時には「いっそ死んだほうがましだ」と考えるようになり、最悪の場合は自殺に至ることもあります。

## 家族はいつも通り接すること

家族は態度を変えずに今まで通り自然に接し、家事などの日常生活の負担を減らす工夫をしてください。会社へ行くのが嫌だと言われると「大変だろうけど頑張つて」などと説得しがちですが、励ましは禁物。「好きな温泉でゆっくりしてきたら」というアドバイスもかえって苦痛になります。

うつ病患者の家族の一番大切な心得は、家でごろごろしている状況を受け入れることと焦らないことです。そして、じっくりと話を聞くようにしましょう。

## 精神科へ連れて行くには？

「うつ病になった家族をどうやって精神科へ連れて行ったらよいのか」との相談をよく受けます。身体症状がある場合は、まず内科への受診をおすすめします。身体的な病気が見つかることもありますし、身体的な病気がないと分かっているから、その先生に精神科の受診を勧めてもらおうと、抵抗が薄らぎます。

また、「不眠の治療だけでもしてもらいましょう」「診察で問題ないということが分かれば私も安心できるから」と軽く勧めることで受診がスムーズになることも多いようです。



平岸病院では、内科と精神科が受診できます。お気軽にご利用ください。



北の峰病院 院長 久保 昌己

北の峰病院は昭和55年に開院して以来、富良野圏域における唯一の精神科病院として地域医療に携わってきました。先輩医師たちが構築した「地域に密着した開放的な精神科医療」を継続しながら、今後も精神科疾患の治療に全力で対応します。

大自然に恵まれた富良野は、心を癒す最適な場所です。ゆったりと過ごせる環境を

精神科疾患が急増する中で  
笑顔と心が通う医療を提供します

**北の峰病院  
新院長就任**

平成21年4月  
新院長に久保昌己副院長が  
就任しました

【生年月日】昭和44年4月3日  
【学歴】平成8年3月:埼玉医科大学卒業  
【経歴】平成8年4月:埼玉医科大学神経精神科入局/平成13年5月:医療法人社団博友会平岸病院/平成13年9月:医療法人社団博友会北の峰病院/平成17年4月:北の峰病院副院長/平成21年4月:北の峰病院院長  
【資格】精神保健指定医、日本医師会認定産業医・日本精神神経学会指導医・日本精神神経学会認定専門医

富良野青年会議所の一員として、子どもたちに富良野の歴史や自然の大切さを伝える地域教育活動にも参加しています。

石澤秀明前院長は  
副理事長に就任しました

生かしながら、笑顔と心が通う身近な医療機関として、地域の皆様の健康を守り続けたいと思います。

近年、精神科疾患において、発症後できるだけ早い段階で正しい対処や治療を行えば、社会復帰が早まることわかってきました。多職種の職員が協力し合う医療チームを構成し、定期的に勉強会を開催するなどして、精神科における急性期医療をより充実させ、地域の医療機関や行政との連携を強化しながら、精神科領域における地域医療の向上と充実を目指します。

博友会関連施設の  
見学などに  
博寿苑の宿泊室をご利用ください

来客用の個室4室と和室1室があります。お1人でもご家族でも宿泊できます。宿泊には予約が必要です。

宿泊予約 ☎0125-38-8331

「博友会だより」編集委員

私たちが地域の皆様へ情報を発信します！

(左から) 関戸祥子作業療法士、情報管理室川村伸司、住田隆則看護師、谷寛治事務次長、加藤拓也看護師

委員会」が自主制作した映画「0からのRE-スタート」が自主制作した映画「0からのRE-スタート」のDVD化が決まり、5月中旬から赤平商工会議所で、6月からはインターネット販売されるなど好評です。

映画の撮影が行われたのは平成20年5月からで、平岸病院情報管理室の川村伸司が撮影と編集を行ない、平岸病院看護師の竹村恵一が実行委員長役で出演しました。

市民映画  
「0からのRE-スタート  
～あの火を未来へ～」

平岸病院情報管理室が  
撮影と編集を担当しました

撮影風景。カメラをかまえる川村伸司

DVD販売価格 1枚2000円  
※収益金は今年の火まつり運営費として寄付されます

【札幌 シアターキノで上映決定】  
6月20日～26日 10:00開演  
シアターキノ:札幌市中央区狸小路6丁目  
☎011-231-9355

赤平青年会議所(第51代堀口貴久理事長)のメンバーを中心とする市民有志「赤平市映画製作実行委員会」が自主制作した映画「0からのRE-スタート」のDVD化が決まり、5月中旬から赤平商工会議所で、6月からはインターネット販売されるなど好評です。

赤平青年会議所(第51代堀口貴久理事長)のメンバーを中心とする市民有志「赤平市映画製作実行委員会」が自主制作した映画「0からのRE-スタート」のDVD化が決まり、5月中旬から赤平商工会議所で、6月からはインターネット販売されるなど好評です。

きつかけは、赤平市職員で脚本を書いた成田博之氏が医療法人社団博友会の谷博理理事長を訪問し、情報管理室の撮影用機材と撮影者の提供を依頼したことから。谷理事長が「学生時代に映画研究会に所属し、年間約400本もの映画を観た映画好き」だったことから、「赤平が元気になる映画づくりを応援したい」と無償の協力を約束し、上映活動もサポートしています。今後博友会では市民活動を応援します。

# 博友会物語①



医療法人社団博友会の歩みは、炭鉱のまちとして発展してきた赤平の歴史とともにあります。困難な時代を地域の皆様に支えられて乗り越えてきたことが「私たちの誇り」として、今も受け継がれています。

## 無医村にしてはならないと立ち上がった有志たち

### 海軍指導下の工場内診療所として

戦時中の昭和19年。軍艦の燃料となる液化石油（人造石油）を製造する「日本油化工業平岸工場」の建設工事が政府の資金的援助を受けて平岸で始まりました。海軍の指導下に置かれ、愛国第83工場と呼ばれていました。平岸が建設地に選ばれたのは、赤平市内にあった昭和電工豊里炭鉱の石炭

が原料炭に適していたからでした。

工場建設中から敷地内には厚生施設として平岸工場診療所が開院し、従業員や地域住民の医療を担っていました。

ところが終戦を迎えた翌年に工場建設は中断。炭素棒を製造する北海道炭素工場として操業しましたが、業界不況のあおりから昭和25年に閉鎖となります。残った一部の従業員がレンガや豆炭を作り、診療所は北海道大学から医師の派遣を受けて続けていきましたが、昭和28年夏には工場も診療所も完全閉鎖へ。平岸は無医村となりました。

### 診療所の復活に力を注いだ薬剤師たち

無医村となった平岸の住民らは不安を募らせました。そうした中、立ち上がったのは工場従業員だった郡正辞<sup>こむらまじ</sup>ら4人の薬剤師でした。

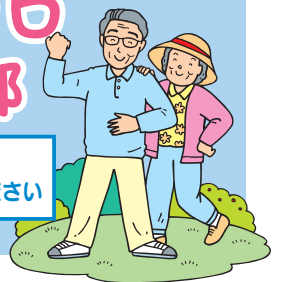
4人は資金を出し合い、診療所に勤務してくれる医師を捜し歩きました。要請を承諾してくれた札幌医科大学神経科教授中川秀三博士の紹介で、閉院から約3カ月後の11月2日に板垣二郎医師が着任し、診療を再開。精神神経科の医師であったため、一般科のほかに精神神経科を標榜しました。当時、精神神経科は旭川や札幌、小樽にしかなく、道東や道央からも患者さんが訪れました。平岸診療所は増床・改築を進め、昭和31年に精神神経科に重点を置く「平岸病院」として新たなスタートを切りました。

## 会員募集中!

ピンピンと健康で、寿命が来てコロッと楽しい一生を終える

# ピンコロ倶楽部

お気軽にお問い合わせください



健康な毎日過ごすために、正しい自己健康管理について学ぼうと、赤平市と近隣に居住する有志が集まり、平成19年に「ピンコロ倶楽部」を結成しました。「各種健康講習会の開催」「定期健康診断の実施」「健康に関するアドバイス」などの健康推進活動を行っています。

【代表】デンキの桐原社長 桐原祥浩

【入会資格】赤平市・芦別市及びその近隣に居住している方で、自己の健康管理を当体会員と共にすることに賛同される方。年齢・性別は問いません。

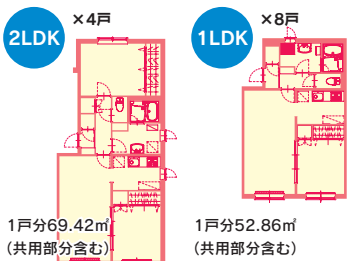
【会費】年1000円程度

【入会方法】平岸病院企画課の谷寛治までご連絡ください。入会申込書をお渡しいたしますので、必要事項を記載してお申し込みください。入会退会は随時自由です。

事務局

平岸病院企画課 ピンコロ事務局

☎0125-38-8331 (担当:谷寛治)



所在 滝川市東町2丁目40番11  
構造 鉄筋コンクリート2階建



フロアリング仕上げ、インターネット対応の、おしゃれで便利な宿舎です



家賃自己負担額 25,000円～35,000円/月

お問い合わせ 法人事務局 0125-38-8331

生活や買物に便利な滝川市に、医療法人社団博友会が建設していた宿舎が平成21年5月に完成します。入居対象は、当法人で勤務を希望する医師や看護師の有資格者など。病院や宿舎の見学は随時受け付けています。

単身職員向け宿舎が完成  
5月入居スタート

滝川市