

# スマイルだより

2023年第6号 編集:高嶺病院 企画室 スマイル

## 高嶺病院紹介

1982年に全国でも珍しいアルコール依存症の専門医療機関として開院しました。近年増加傾向にある、ギャンブル依存、ネット依存の治療にも力を入れています。

## 依存症治療の現場から ～依存症新プログラムの紹介！！～

依存症は誰でもなりうる、慢性、進行性、周囲を巻き込むといった特徴があります。しかし、意思が弱いからなってしまう等の誤解があり、脳の病気であることに気づけず病気を認めることができません。依存症から回復するためには正しい理解が必要です。その為の認知行動療法を中心としたプログラムを作成し、令和2年4月から開始しました。

**ORANGE(One-piece of Recovery from Alcohol, interNet and Gambling with Everyone)**  
(アルコール・ギャンブル・ネット依存回復プログラム)

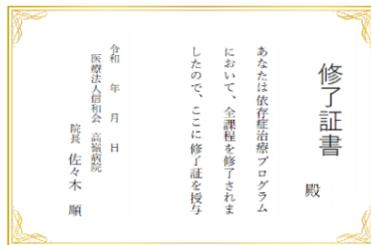
【対象者】入院、外来、その他医師が判断した人

【参加スタッフ】医師、作業療法士、心理、看護師、ソーシャルワーカー

【内容】全26回

導入編(16回)	飲酒(ギャンブル、ネット)に至るきっかけや、せずにはいられない理由の理解 アルコール(ギャンブル、ネット)の体への影響、精神症状、メリット・デメリット等の 依存症の知識を学ぶ
再発予防編(6回)	1日のスケジュールを考えたり生活の振り返り等で再発予防のための取組を学ぶ
ストレス対処法編(4回)	アンガーマネジメント、マインドフルネス(ありのままの自分自身を知る方法を学ぶ) 等のストレスへ対処するための方法を学ぶ

※全受講を修了された方に修了証書を授与しています!



### 受講者インタビュー ～参加してどうだった??～

人の意見が聞けて参考になる

自分では気づけなかったことに気づけた

日常生活の中でも危険な時に思い出し活用できる

知らなかったことが学べる

## 作業療法室 他己紹介



上段左<山田>真面目だけど面白い、柔軟でのんびり屋さんのジェントルマンです。醤油大好き。

中<木藤>中山さんに君、見た目も仕事もキレッキレ! 空気清浄機~周りの空気が良くなります

右<今田>中村主水(必殺仕事人)、サトシ(ポケモン) 見た目も中身もイケメンです。コミユカすごい!

下段左<吉岡>ヨッシー(マリオ)、みんなのビジネスパートナー。「明るい・スピーディー・人当たりよし」

右<西村>芯がある、臨機応変、世界樹でもあり小動物のよう。元気でパワフル!

## 医療法人 信和会 高嶺病院

〒759-0134

山口県宇部市大字善和187番地の2

TEL (0836)62-1100



## 山口県依存症治療拠点機関としての取り組みの紹介

○第3回山口県依存症セミナーの開催

日時:2023年2月19日(日) ライブ配信/オンデマンド配信

テーマ:「生きるための依存—孤独の穴を埋める旅—」

全国からさまざまな職域で200名を超える申し込みがありました。

★第4回山口県依存症セミナーのご案内★

日時:2023年8月20日(日)13:00~16:30 ライブ配信/オンデマンド配信

テーマ:「生きづらさと依存症—『快』より『不快』を解消するために—」

詳細やお申込みにつきましては、当院ホームページよりご確認ください。

たくさんのご参加をお待ちしております。



コロナウイルス感染症に関する制限が緩和され・・・

・対面での面会

リモート面会から対面での面会が再開。時間制限の中でもお互いの顔を見て、回復の姿を見て、少しのわがままも言えて・・・人と人とのふれあいの大切さを改めて感じます。



・昼例会



これまでリモートで行なっていましたが、5月20日より院内で合同例会が再開されました。同じ空間で生の声が聞けるようになり、お互いに力強い励みになりました。

・お花見

4月8日 病院敷地内のグラウンドで、病棟・外来合同のお花見レクをしました。桜の花は散り始めていましたが、久しぶりのお花見弁当にみんなの笑顔が満開の桜の花のようでした。



### 患者様の作品の紹介

7/7の七夕に向けて短冊飾りを作りました。

<病棟>



<外来>



みんな何を願いしたのかな?

編集後記 新型コロナウイルス感染症の5類移行に伴い、当院でも少しずつ日常が戻りつつあります。外来と病棟の合同行事では旧友との再会のように、みなさん笑顔でイベントを楽しみお花見弁当を囲んでいました。改めて普通のこと出来る喜びを感じます。

文責 大森

### 秋祭りのご案内

10月28日(土)第3回秋祭り開催 イベントやバザー、チャレンジクッキング、創作体験、お菓子まき、フリーマーケット、GOGOあそぼうカーなどなど。ちびっこや高校生、大学生も出演します。只今フル回転で準備中 お楽しみに!

同時に講演会も開催します!!

講師:秋山 千佳氏(ジャーナリスト)  
テーマ:「依存の入口に立つ子どもたち」



### ギャンブル・ネット依存のご相談お受けします

専門の医師・スタッフが、回復のお手伝いをしています。多くの皆さんが治療を受け、笑顔を取り戻されています。お気軽にご連絡下さい。