

当病院で活動されているドクターに、各専門分野での取り組みや、医療への想いを語っていただきます。

vol.22

メンタルヘルス科 副院長

谷地森 康二 やちもり こうじ 先生

得意分野：精神科一般



——先生は福島県のご出身とかがいました。これまでのご経歴をお話いただけますか？

高校は病院事業管理者の丹野先生と同じ宮城県立仙台第一高等学校で、部活動も軟式テニスで一緒です。卒業後一浪はしたものの次の年に弘前大学医学部医学科へ入学、医師免許を取得し同大学精神科に入局しました。異動は、主に総合病院に赴任してきました。北海道の市立函館病院や青森県立つくしが丘病院など、全部自治体病院です。赴任順でいくと、弘前大学医学部付属病院、秋田県の大館市立総合病院、市立函館病院、青森県立つくしが丘病院、もう一回大館、そして現在の十和田市立中央病院です。



——お医者さんになるきっかけは何でしょうか？

子供の頃からあこがれがあったわけではないです。高校の頃はひたすら軟式テニスに燃えていて将来のことは全く考えていませんでした。3年の秋口までテニス三昧でしたが、部活引退後なんとなく医者になるのがいいかなと思い立ち、そこから医学部を目指しました。弟と姉がいますが、弟は眼科医、姉は臨床心理士です。両親は医療と無関係の職業でしたが、なぜか子供は全員医療職に就きました。

——精神神経科医をされていて、やりがいを感じる場所など教えてください。

他科だと‘病気を治す’ことにやりがいを見出されている先生方も多いと思いますが、精神科の場合、病気を完治させるというより、まずは一人一人の患者さんが生きていくのを支援する、という視点で関わらせていただきます。疾病にも様々な容態がありますが、治療により症状が改善して

いき、患者様が本来の生活を取り戻していく喜びというか、精神神経科では全人的に医療ができる、そこにやりがいがあると思います。

——先生は「行動制限最小化委員会」委員長をされており、令和6年に企画された外部講師を招聘しての研修会には、上十三保健所・青森県内の精神科有床病院15医療機関から58名、院内から44名、合計102名と多数の参加がありました。先生が取り組まれている「行動制限最小化」についてお聞かせください。

行動制限というのは「本人の行動の自由を制限すること」です。大きく分けて「通信・面会の制限」と「隔離と身体拘束」があります。国際条約においては、本人の意思に反して行うことは、ほとんどいけない行為とされていますが、日本ではそういった人権意識がまだ世界基準に追いついてない実情があります。令和6年4月から、精神保健福祉法の第40条の2から8までにおいて精神科病院における虐待防止対策等が新たに規定されました。介護業界などではすでに拘束ゼロへの取り組みが進んでいますが、医療機関では、一般医療でも精神科でも、例えば患者さんがせん妄で暴れた際に他害を防ぐためや、患者さん自身の自傷行為を防ぐ際などに身体拘束しなければいけない状況が生じ、慣例として疑問

に思わず行ってしまう場合があります。しかしそういったやむおえない場合にも、人権意識を持って対応しなくてはいけないということです。当院では病院全体で患者さんの人権や尊厳に真摯に向き合い、身体拘束をさらに減らしていくような取り組みを進めています。

↓令和6年7月19日(金)開催研修会のようす。「行動制限最小化 - 私たちが目指したもの -」と題し、地方独立行政法人東京都立病院機構東京都立松沢病院名誉院長 齋藤正彦 先生にご講演いただいた。



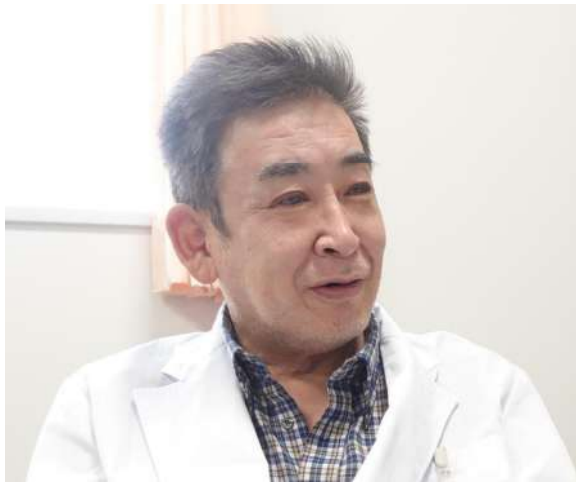
——休日はどんなふうに過ごしていますか？趣味はありますか？

昔は院内の野球チームに所属して体を動かしていましたが、自分が病気をしてからあまり運動はしていませんね。今の趣味は映画を見ることです。だいたい年間100本以上は見ているんじゃないかな。洋画、邦画、ジャンル関係なしです。TSUTAYAでDVDを借りてきて自宅で見えています。今時まだそんなことやっている人がいるのかという感じがしますが（笑）。ふらっと立ち寄って見て選ぶのがまた楽しいですよ。

——食事の仕事のパワーの源と思いますが、好きな食べ物、嫌いな食べ物を教えてください。

嫌いな食べ物は特に無いです。好きな食べ物は昔は肉類でしたが、年を取ってからは一般傾向通り魚系に移ってきました。何か特別な嗜好というのは無いです。コーヒーはカフェイン中毒かというくらい

よく飲みます。水分はほとんどコーヒーで摂っていますね。昔は日本酒もよく飲んでいましたが、最近お酒はあまり飲んでいないです。



——最後に、市民の皆さんへメッセージをお願いいたします。

メンタルヘルス科の受診は一般的には敷居が高いというイメージを持たれるかもしれませんが、うつ病などは今やありふれた病気です。心の不調を感じた時は、どうぞお気軽にメンタルヘルス科にご相談ください。

(2025年3月インタビュー)

所属学会：日本精神神経学会、日本総合病院精神医学会

資格情報等：日本精神神経学会専門医制度指導医、日本精神神経学会精神科専門医、精神保健指定医、
医師臨床研修指導医養成講習会受講済