

外来新規患者上半期診療実績 (2023年4月～2023年9月/前年同期比較)

1) 総数

	2022年4月～2022年9月	⇒	2023年4月～2023年9月
総数	465人	⇒	465人
男性	193人	⇒	176人
女性	272人	⇒	289人

2) 診断

ICD 10	2022年4月～2022年9月	⇒	2023年4月～2023年9月
認知症 等	134人 (男53・女81)	⇒	124人 (男45・女79)
薬物等の中毒症 等	5人 (男4・女1)	⇒	4人 (男3・女1)
統合失調症 等	57人 (男29・女28)	⇒	52人 (男20・女32)
うつ病・躁うつ病 等	113人 (男47・女66)	⇒	124人 (男45・女79)
不安障害・神経症 等	79人 (男20・女59)	⇒	78人 (男24・女54)
心因反応 等	2人 (男0・女2)	⇒	3人 (男0・女3)
パーソナリティ障害 等	6人 (男3・女3)	⇒	2人 (男1・女1)
知的障害 等	20人 (男13・女7)	⇒	26人 (男17・女9)
発達障害 等	24人 (男12・女12)	⇒	20人 (男13・女7)
小児等の行動障害 等	6人 (男1・女5)	⇒	5人 (男2・女3)
その他	17人 (男9・女8)	⇒	26人 (男6・女20)
健康診断	2人 (男2・女0)	⇒	1人 (男0・女1)

3) 年齢

年齢層	2022年4月～2022年9月	⇒	2023年4月～2023年9月
10代	20人 (男8・女12)	⇒	33人 (男14・女19)
20代	79人 (男30・女49)	⇒	80人 (男33・女47)
30代	46人 (男24・女22)	⇒	58人 (男27・女31)
40代	56人 (男30・女26)	⇒	50人 (男18・女32)
50代	44人 (男25・女19)	⇒	44人 (男18・女26)
60代	26人 (男10・女16)	⇒	17人 (男6・女11)
70代	88人 (男32・女56)	⇒	65人 (男27・女38)
80代	85人 (男31・女54)	⇒	90人 (男26・女64)
90代	21人 (男3・女18)	⇒	28人 (男7・女21)

R5年4月～9月においては、前年下半期及び前年同期間と比較して、患者さんの男女比でより女性の患者さんが多い結果となりました。一方で診断や年齢内訳には大きな傾向の変化は認めませんでした。

ご案内

- 自家用車、タクシーをご利用の方は、南郷通からお越しいただくと便利です。
- 地下鉄ご利用の方は、東西線大谷地駅で下車して5番出口より徒歩 約10分です。
- 北広島、南幌、長沼方面からはJRバスで大谷地バスターミナルまでおいでください。
- 診療科目：精神科、心療内科、内科

当院は予約制となっております。
初診の方も事前にご予約の上ご来院ください。
診療受付時間 (平日) 9:00～11:30
13:00～16:30
(土曜) 9:00～11:30
* 日曜・祝日はお休みです。



〒004-0041
札幌市厚別区大谷地東5丁目7-10
TEL : 011-891-3737
FAX : 011-891-3868
* 診療予約専用 TEL : 0120-489-892
<http://www.ohyachi-hp.or.jp/>

大谷地ふれあい通信



編集/大谷地病院広報委員会
発行/重仁会 大谷地病院

2023年12月 第76号

部署紹介：作業療法部

大谷地病院では、精神的な病や障がいを抱えた方々の暮らしを支援するため、作業療法 (OT) という治療を行っています。作業療法は、自分らしさを取り戻し、できなくなってしまったことを、またできるようにお手伝いするリハビリテーションです。

作業療法の「作業」とは、とても幅広い活動が含まれます。食べたり、仕事をしたり、遊んだり、買い物をしたり、料理をしたり…人の日常生活にかかわるすべての活動を「作業」と呼びます。これらの作業は、病や障がいにより、することが難しくなったり、したくでもできなくなってしまった時、とても大切だったことに気付きます。簡単に思っていた作業も、実はここからだの色々な働きが組み合わさってできていたこと、当たり前のように思っていた毎日の暮らしや周りの人とのいつものかわりに、生きている喜びがあったことを実感します。

そんな時に、作業療法では病や障がいと折り合いをつけながら、自分らしさを取り戻すために、ここからだのリハビリテーションを行います。

どんなことができるようになりたいか、できる必要があるかは一人一人違います。その人がその人らしく、生活できることを目指し、作業療法を行っています。例えば当院では、手芸や工作など机で行うこと、脳トレクイズやゲーム、音楽、ヨガ、ダンス、体操など、さまざまな内容のプログラムを用意しています。

そして、自ら取り組みたいと思えるような、楽しめる活動を使って作業療法を提供します。時にはここで取り組んだことが大事なストレス対処法となり、退院後も続けたいとご希望される方がいらっしゃいます。そんな時は「どう続けていくか」を一緒に考え、支援します。

このように作業療法では、たとえ体調が悪くなくても、自分を取り戻し、また社会で生き生きと生活をするためのお手伝いをいたします。患者様の生活の質の向上のため、日々頑張っていきたいと思えます。



- 部署紹介 作業療法部
- 学会発表報告
第12回日本認知症予防学会学術集会
- メンタルケア講座
「学校の成績にIQよりも強く関係するもの」
- 就労支援センターてとて
- 診療実績(2023.4～2023.9)



学会発表報告

栄養部 管理栄養士 谷 文乃



私は管理栄養士として大谷地病院に勤務していますが、1年前に日本認知症予防学会認定「認知症予防専門士」という資格を取得しました。きっかけは2017年に認知症予防事業を始めたことで、地域の方々に食や栄養の大切さをお伝えするようになり、より専門的な知識を習得したいと考えました。現在は大谷地西地区の会館で、週に1回「認知症予防サークルわっこ」を開催し、院内では「高齢者元気あっぷくらぶなつめ」で調理実習、おやつ作りを担当しながら日々楽しく活動しています。

さて、9/15～/17の3日間、新潟市で行われた第12回日本認知症予防学会学術集会に参加してきました。

今年の6月14日に認知症基本法が成立したのをご存じでしょうか。8つの施策の中には「予防」についても書かれています。「予防」とは、認知症になる人を減らし（一次予防）、認知症の進展を遅らせ（二次予防）、増悪を予防する（三次予防）という概念があります。これをシームレスに行うのが、この先とても重要で、本学術集会でも様々な角度から報告、議論がされていました。

私は当院で実践している「わっこ」及び「なつめ」での管理栄養士の活動について一般演題を出しました。虚弱の状態であるフレイルを予防し、たくさんの種類の食品を摂取することが認知症予防につながることを、楽しく食にふれ、「おいしい」と感じる喜びが大切であることを報告してきました。

実は認知症予防専門士として活動している管理栄養士は全国に6名しかおらず、本発表が評価され、優秀演題賞をいただくことができました。同じ認知症予防専門士である藤澤作業療法士とやってきた当院での活動が認めてもらえたようで、とても嬉しかったです。

認知症予防は発症予防だけでなく重症化予防も含まれます。認知症予防において栄養はとても重要で、おいしく楽しく元気に食べることをこれからも多くの方に伝えていけたらと考えています。

「認知症予防サークルわっこ」は、子どもから大人まで、どなたも参加できます。栄養の他にも認知症予防に良いと認められている運動（ポッチャ、モルック）や臨床美術の回もあり、毎回とても楽しい時間を過ごしています。

- ◆開催日時：毎週木曜日 13:30～15:30
- ◆開催場所：大谷地団地町内会館
厚別区大谷地西3丁目15-1
- ◆お問い合わせ先：011-891-3783 担当：藤澤



「高齢者げんきあっぷくらぶなつめ」は認知症の発症予防、進行予防を行うリハビリテーションプログラムです。月～金まで、10名程度のメンバーが活動しています。参加希望の方は主治医にご相談いただくか、なつめ担当者までお問合せ下さい。

- ◆お問い合わせ先：011-891-3783 担当：藤澤・豊岡



メンタルケア講座

学校の成績にIQよりも強く関係するもの

幼稚園児のIQを測定して、小学生になってからの成績と比較したところ、IQの高さと学校の成績は関係なかった、という結果が出た、という研究があります。では、何で決まるかという、いろいろ要因はあるのですが、ワーキングメモリが強く関連しているらしいのです。

ワーキングメモリは作動記憶とも呼ばれ、頭の中で情報を扱える量とっていただければいいかと思えます。たとえば、「ごりら、なすび、すずめ、くじら、まいたけ、テッポウウオ」という単語を見た後、目を閉じて、何個の単語を「らりご、びすな、めずす、らじく、けたいま、オウウポッテ」と逆さから読み上げられるか、といった機能です。ワーキングメモリが優れているほど、こういった作業がスムーズに、簡単にでき、しかもたくさんの情報を処理できることになります。この記事を読んでいる環境が騒がしくて、別の仕事をしながら、となると、さらに難易度が上がります。

IQが親の経済状況と関係することはよく知られています。つまり、裕福な家の子は、貧困家庭の子より、IQが高くなりやすいらしいのです。一方で、ワーキングメモリは親の経済状況に関係しません。

ワーキングメモリを鍛える方法として、青魚に含まれるDHAの摂取、乳製品の摂取、ランニング、読書、外国語の学習などが挙げられています。北海道北見市でとれるハッカのアロマオイルやローズマリーの香りも効果的だそうです。この秋はサンマをたくさん食べたいかもしれません。認知症の予防にも効果があるかもしれないそうです。

もっと詳しく知りたい方は、「脳のワーキングメモリを鍛える！情報を選ぶ・つなぐ・活用する トレーシー・アロウェイ、ロス・アロウェイ著、栗木さつき訳 NHK出版」をご参照ください。札幌市中央図書館に蔵書があるようです。

精神科医師：大川原康平



『就労支援センターてとて』は、障害福祉サービスにおける就労継続支援B型事業所です。障害や病気をお持ちですぐに一般企業等で働くことが難しいという方に、作業活動という形で働く場を提供し、働くことの楽しさを分かち合いながら、これからの生活に向けて必要な支援を行う場です。てとてでは、お弁当やお惣菜作り、パン作り、お菓子作り、店舗やカフェでの接客、内職等の作業活動があり、ご利用者様の希望に応じた活動に参加して頂きながら将来に向けた支援を受けることができます。てとての利用を通して一般就労される方は1年間で1～2名程度いますが、就職先としてはカフェや調理業務等、作業活動の経験を生かして働かれる場合がほとんどです。随時、見学を受け付けていますので、お気軽にお問い合わせください。

事業所に併設される『お惣菜とパンの店てとて』では、作業活動で作った商品（お弁当・お惣菜・パン・お菓子等）を販売しています。店舗の2階にはカフェスペースもあり、購入された商品をその場で食べることも可能です。2023年8月から販売を開始したイトイン限定の『てとてバーガー』はとても好評ですので、是非一度足を運んでみてください。



場 所：大谷地東5丁目8-15 みーちゃん保育園隣
営業日時：就労支援センターてとて
月～金(土日祝休み) 8:30～17:00
惣菜とパンの店てとて
火～金(土日月祝休み) 11:00～15:00
問い合わせ先：011-887-8477