

当院における個人情報の利用目的

● 医療提供

- * 当院での医療サービスの提供
- * 他の病院、診療所、助産所、薬局、訪問看護ステーション、介護サービス事業者等との連携
- * 他の医療機関等からの照会への回答
- * 患者様の診療の為、外部の医師等の意見・助言を求める場合
- * 検体検査業務の委託、その他の業務委託
- * ご家族への病状説明
- * その他、患者様への医療提供に関する利用

● 診療費請求のための事務

- * 当院での医療・介護・労災保険・公費負担医療に関する事務およびその委託
- * 審査支払機関へのレセプトの提出
- * 審査支払機関または保険者からの照会への回答
- * 公費負担医療に関する行政機関へのレセプト提出、照会への回答
- * その他、医療・介護・労災保険、及び公費負担医療に関する診療費請求のための利用

● 当院の管理運営業務

- * 会計・経理
- * 医療事故等の報告
- * 当該患者様の医療サービスの向上
- * 入院等の病棟管理
- * その他、当院の管理運営業務に関する利用

● 企業等から委託を受けて行う健康診断等における、企業等へのその結果の通知

● 医師賠償責任保険などに係る、医療に関する専門の団体、保険会社等への相談又は届出等

● 医療・介護サービスや業務の維持・改善のための基礎資料

● 当院内において行われる医療実習への協力

● 医療の質の向上を目的とした当院内での症例研究

● 外部監査機関への情報提供

付記

1. 上記のうち、他の医療機関等への情報提供について同意しがたい事項がある場合には、その旨をお申し出ください。
2. お申し出がないものについては、同意していただけたものとして取り扱わせていただきます。
3. これらのお申し出は後からいつでも撤回、変更等を行うことが可能です。

以上の各点につきまして、ご不明の点および異議がある場合には、ご遠慮なく担当窓口（011-891-3737）へお申し付けください。また、ご本人の個人情報は、原則としてご本人のお申し出により開示させていただきますが、診療録の開示に関しては別途定める開示をめぐる規定に従うものといたします。
尚、以上の点に同意されない場合においても、なんら不利益が生じるものではありません。

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

2026年3月 第84号

メンタルケア講座

お薬を減らすことについて

今回は、お薬を減らすこと、減薬についてお話しようと思います。
診療の中でしばしば、「お薬を減らせませんか」と聞かれることがあります。減薬することは、同じお薬を続けることから変化が生まれることですので、少し勇気がいる選択です。

私は、減薬のご希望をお聞きしたときには、「症状や生活に影響がでるのでは」と考え、非常に悩むことがあります。前の先生が出してくださっていて、今も続けられているお薬に関しては、当時のことがはっきりとわからないこともあり、特に悩みます。

精神科で診断される多くの病気は、脳の中で起こっていて実際に目で見えず、検査でもわからない事がほとんどです。なので、症状が良くなったとしても、完治した、とは断定しがたいという特徴があります。特に、お薬を飲んでいて良くなったとすると、そのお薬を続けているから悪くならないのか、やめてもよいものなのか、判断は非常に難しいです。病気ごとに、最低限お薬はこのくらいは続けましょう、と言われているものもありますが、あくまでも目安であり、それが全ての場合にうまくあてはまるわけでもありません。やめない方がいいだろうという場合も少なくありません。また、お薬の中には減らした際に心身の不調が出現して、急にやめられないものもあります。同じ病気、同じお薬であっても、症状や生活の安定の仕方によって、減らせるかどうかや、減らすペースが変わることもあります。

ですので、減薬の際にはしっかりとご相談した方がよいでしょう。減らすことでどのような良いことがあるのでしょうか？症状が悪かった当時のことを振り返ってみて、今同じように悪くなったらどうい影響があるのでしょうか？症状が悪くなったり、心身の不調が出た際にはどのように対応できるのでしょうか？

事前に担当の医師と、メリット、デメリットに加えて、やめるための準備や計画、うまくいかなかったときのことまで相談できていると、減薬の不安や生活への影響も少なく、安全に減らしていけるかもしれません。

また、医師の方から減薬を勧められることもあると思います。何かしら大きな理由があるでしょうから、同じように、よくご相談いただければと思います。

精神科医師 古賀 公基

- メンタルケア講座(古賀先生)
- 部署紹介：言語聴覚療法部
- お知らせ：第6病棟物品制限緩和について
- コラム：あるデイケアスタッフの頭の中
- 個人情報の利用目的



部署紹介「言語聴覚療法部」



言語聴覚療法部とは言語聴覚士が脳血管障害や様々な要因により発生した言語機能や摂食障害がある人を対象に、その機能の維持や改善、能力に適した環境を整えていくリハビリテーションの一つです。

当院では主に脳血管障害による失語症や麻痺によって口唇や舌が上手く動かない事による構音障害、そして食べ物がうまく飲み込めない摂食・嚥下障害に対応しています。

また、失語症（「話す」「聴く」「読む」「書く」「計算」が障害される）に対してコミュニケーションをとる事を中心としたリハビリテーションを行い、構音障害に対して口唇や舌等の機能訓練や発声・呼吸訓練を行っています。

摂食・嚥下障害も言語障害も外見からはわからないため、理解を得られにくいものです。一人一人がその人らしく生活できるよう支援して行きたいと思えます。

お知らせ：第6病棟制限見直しの取り組みについて

第6病棟は精神科スーパー救急病棟という特性上、患者さんの安全と安心を最優先に考え、多くの規則や制限を設けています。時代や社会背景が変化の中で、「この制限は本当に必要なのか?」「今の時代に合っていないのではないか?」と感じる場面もあり、患者さんからも見直しを求める声が聞かれるようになってきました。

そこで当病棟では、安全面に十分配慮しながら、患者さんが少しでも過ごしやすく、安心して入院療養に専念できる環境づくりを目的に、規則や制限の見直しを段階的に進めています。最近の取り組みの一つとして、携帯電話の利用時間を見直しました。

これまでは10時から16時30分までとしていましたが、昨年末より10時から21時までに延長しています。入院中に好きな音楽を聴いたり、動画を視聴したりすることで気分転換につながることを、また家族や友人との電話やLINEなどを通して不安や孤独感を軽減することを目的としています。

実際に、「入院中の時間の使い方が変わった。」「暇な時間が減って余計なことを考えずに済んだ。」といった声も聞かれています。今後も患者さんの声に耳を傾けながら、安心と安全を大切にしたいより良い入院療養環境づくりに取り組んでいきます。

第6病棟 堀井師長



「あるデイケアスタッフの頭の中」

「なんかやる気がでないな〜」「やりたいけど自信がないな〜」などと考えながら、ついつい先延ばしの日々を過ごしてしまう…。そんな悩みを抱えた方に最適な居場所!それが【デイケア(通所リハビリテーション)】です。デイケアは【治療】と【リハビリテーション】が融合したサービスを提供できるのが強みのコミュニティ(地域社会)です。薬物療法だけでは解決しづらい悩みに対し、自分自身に【最適な生活習慣】を見直すための手段として【考え方】や【行動】からアプローチします。年齢層や疾患も様々な方が通所しており、個人活動のみならず集団活動からもその効果を感じられるコミュニティになっています。

「うん…デイケアのことは分かったけど、やる気がね〜」という声が聞こえてきそうなので、デイケアの効果について少しでも私の頭の中を紹介したいと思います。まずは思い出してみてください。“夏休みの宿題を始業式前の数日であっという間に仕上げてしまった”など、「なんかやり始めたらできたー」という体験はないでしょうか。そうなんです。実は【考える】より、まず【行動が先】なんです。脳科学的にも【やる気】のスイッチは【行動】だと言われています。その

【小さな行動】を繰り返すことで、「やればできるかも〜」という【小さな自信】が育まれてきます。そして、忘れてはいけないのが【感情】です。人は感情の生き物です。「楽しい」「気持ちいい」など、ご機嫌な感情を抱いたとき、恐らく「おもしろーい!」→「もう一回やりたい」などと繰り返す行動につながっているはず。人がものごとを意思決定するとき、必ず【感情】を基盤にしています。これら【感情】【行動】【考える】が総動員されたとき、私たちはその事象に対し【価値】を見出し、自分にとって【価値】あるものに対しては、無意識に行動を起こしているものです。その【小さな行動】がルーティン化され、自分自身にとって【最適な生活習慣】となり、自己変容をもたらしてくれる。その足がかりとなるのが、デイケアプログラムやそこでの人とのかかわりだと思っています。

そろそろ枠が足りないので、少しでも頭の中をお見せしましたが、いかがでしたか。皆さんに日々【小さな気づき】や【価値】を提供できるコミュニティを目指していますので、続きが気になる方は是非見学【行動】してみてください。心からお待ちしています。



■まとめ

- ①デイケアは「治療」と「リハビリテーション」が融合したコミュニティ
- ②考え込むより「行動が先、やる気・自信はあとから」
- ③「行動」は、「ベビーステップ(ごくわずかな最初の一步)」からでOK
- ④「価値」は、感情の揺さぶり・意味づけ・判断や行動の変化からもたらされる
- ⑤デイケアは、自分自身の「生活習慣の最適化」をサポートしてくれる居場所

見学をご希望の方は下記までご連絡ください。

大谷地病院デイケア LIFE SHIFT (ライフシフト) : 011-891-8833