



栃木県民のための
地域精神医療情報ネットワーク誌

Okadai NEWS

令和5(2023)年 8月

vol. 12



Contents

- 令和4（2022）年度の診療状況
- Okadai活動紹介：精神保健福祉士
- 教えてドクター！：睡眠障害ってどんな病気？
- 連載：診察室より
- 外来診療のご案内

写真：職員集合写真



敷地内 全面禁煙

当院では受動喫煙防止のため敷地内全面禁煙となっています。
受動喫煙の防止にご協力ください。

発行：（地独）栃木県立岡本台病院

令和4（2022）年度の診療状況

当院は、栃木県内における精神医療・福祉の中核的な役割を担う精神病院として、外来・入院診療による一般的な精神医療はもとより、アルコールを含む物質使用障害診療、夜間・休日における精神科救急医療、医療観察法といった専門的な政策医療にも積極的に取り組んでいます。特に、精神科救急医療では常時対応型施設として位置付けられており、独法化後においても地域精神医療の基幹病院として求められる役割を果たせるよう、医療連携体制の強化に日々努めています。

1. 外来診療

外来診療では延外来患者数・初診患者数ともに減っていますが、外来患者実人数は前年に比べ49人増加しています。（単位：人）

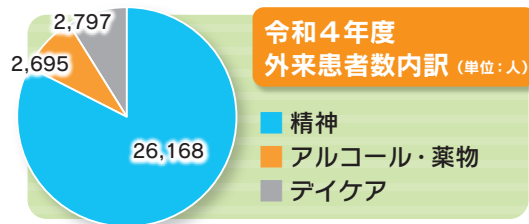
区 分	令和2年度	令和3年度	令和4年度
延外来患者数	30,661	31,767	31,660
上記のうち、初診患者数	601	609	509
1日平均患者数	126.2	131.3	130.3

2. 入院診療

入院形態には、自らの意思による任意入院や家族等の同意に基づく医療保護入院、警察官通報による措置入院など様々な形態があり、当院は県内唯一の応急入院指定病院にもなっています。（単位：人）

区 分	令和3年度	令和4年度	前年比
任意入院患者数	138	121	▲17
医療保護入院患者数	154	171	17
応急入院患者数	1	5	4
緊急措置入院患者数	88	95	7
措置入院患者数 ※	50	75	22
鑑定入院他患者数	16	8	▲8
合 計	447	475	25

※仮退院等の再入院を含む



うち、救急医療 （休日・夜間等）数

新規入院患者数の約6割が
救急医療で入院しています。
（前年度は約半数）

（単位：人）

区 分	令和4年度
一次救急（任意）	17
二次救急（医保） （応急）	90
三次救急（緊措） （措置）	95
	72
	0
合 計	279

★アドバイザー始めました

当院では、栃木県からアドバイザー業務を受託しています。これは、夜間・休日等において、精神科救急情報センターが受け付けた医療相談等で医師の判断が必要とされた際に助言・指導を行うもので、令和4（2022）年度は49件ありました。

★特定医師診察始めました

当院では、精神保健指定医が不在でも医療保護入院や応急入院に対応できるように、特定医師による診察を始めました。これは、特定医師の診察だけで応急的（12時間以内）に入院できるもので、令和4（2022）年度は4件ありました。



つまり

夜間・休日等の精神障害者のトリアージが円滑に行われるようになり、患者さんが必要とする医療をよりスピーディーに提供できるようになったわけです！

診療に携わる医師や看護師はもちろんのこと、各職域スタッフ一同、これからも県民の皆様の精神保健福祉の向上と発展に努めてまいります。



Okadai 活動紹介 精神保健福祉士

【精神保健福祉士とは】

今回は精神保健福祉士の仕事についてご紹介します。福祉職の資格には社会福祉士、介護福祉士などがありますが、精神保健福祉士も同じ福祉職で三大国家資格と呼ばれています。

1997年に誕生した資格で、ストレス社会と言われる現代において、こころの不調を訴える方が増えるようになり、精神保健福祉士が期待される役割は益々大きくなっています。

精神保健福祉士（Psychiatric Social Worker）はPSWと略称され、精神保健福祉を専門としたソーシャルワーカーです。精神障害を抱える方の権利擁護の視点から、生活や社会的問題の解決のための援助、社会参加に向けて支援する仕事をしています。



【精神保健福祉士の支援】

各病棟・外来には、専任のPSWがいます。「どんなことをしますか？」の質問に、「地域生活のコーディネートをお手伝いします」とお伝えしています。

患者さんがその人らしく安心した生活が送れるように、生活に必要な各種制度の情報提供、社会資源の活用、一緒にサポートしてくれる人たちとの協力体制の構築などをします。

支援は患者さんの話を聞くことから始まります。困っていることや心配なことを一緒に整理し、そしてどのような生活を送りたいのかを一緒に考え、家族や医療従事者、関係者との話し合いの場をつくり、関係者との連携窓口となり、地域とのつなぎ役を担っています。



教えてドクター！ 睡眠障害ってどんな病気？



◇睡眠障害とは？

睡眠に関連した多様な病気を、まとめて睡眠障害と呼びます。

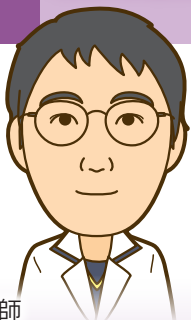
睡眠障害のなかで最も多いのが、不眠症です。不眠症とは、その人の健康を維持するために必要な睡眠時間が、量的あるいは質的に低下し、そのために社会生活に支障をきたしたり、自覚的にも悩んでいる状態をいいます。

◇眠れないときは？

「寝付けない」「夜中に目が覚める」「朝早く目覚めて困る」といったお悩みはありませんか？睡眠薬での補助が必要な不眠もありますが、生活の見直しで解決する不眠もあります。特に気をつけたいのは以下の5つです。



1. 昼寝は午後3時より前で、15分以内にしましょう。
2. 夕食以降はカフェインを避けましょう。(下の※参照)
3. 寝酒も避けましょう。睡眠が浅くなります。
4. 眠れないときには無理に眠ろうとするより、床を離れて眠くなるまで作業をしましょう。
5. 必要な睡眠時間は人によって異なるので、日中活動できるならOKです。



医師

市川 貴一

Ichikawa Takahito

その他気をつけたいこととしては、睡眠不足は長く寝ることで解決しますが、前もつての寝だめはできません。睡眠リズムが崩れないように起きる時間は一定にしましょう。

年をとると自然と睡眠時間が短くなるので、若い頃と同じようには眠れない事が多いです。睡眠時間は季節によっても自然と変わり、冬は長く、夏は短いといった変化があります。

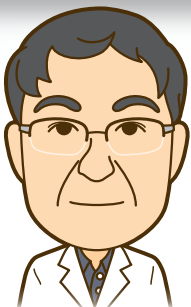
睡眠の問題に伴って、強いいびき、足のむずむず感があるときは医師に相談しましょう。睡眠時無呼吸症候群やむずむず脚症候群などの病気が隠れているかもしれません。

※カフェインが含まれる食品：

コーヒー、紅茶、緑茶、ウーロン茶、ジャスミン茶、ほうじ茶、コーラ、チョコレート、ココア、栄養ドリンク、エナジードリンクなど

連載

診察室より



医療観察法病棟¹医長

安田 学

Yasuda Manabu

◆資格・学会認定等

- ・博士(医学)
- ・精神保健指定医
- ・精神保健判定医
- ・日本精神神経学会専門医
- ・日本精神神経学会指導医
- ・日本老年精神医学会専門医
- ・認知症サポート医
- ・臨床研修指導医

令和5(2023)年4月より当院医療観察法病棟の医長として勤務することになりました安田と申します。3月までは大学病院で病棟業務や外来業務、たまに臨床研究をして、拙い発表をする毎日でした。それが今では、毎日朝8時半の申し送りに間に合うように出勤しています。

職場では「対象者」(医療観察法病棟に入院している患者様)や、「MDT」(チームとして対象者の治療に当たるスタッフ)、「マイウェイ」(対象者と多職種同席で治療の確認をする集まり)といった耳慣れない言葉を聞きながら、多数の病棟内会議に参加しつつ、煩雑な医療観察法病棟の業務をこなしています。

また、精神保健指定医の業務の一環としての緊急措置診察も行っており、要措置(入院)にするか、措置不要にするかを決めています。さらに通常の外来もあり、時にはその場で入院を決定することもあります。

こちらに来て5ヶ月が経過し、目まぐるしく、考える暇もない毎日ですが、同僚をはじめとする周囲の支援によって日々直面する問題に立ち向かっていくことが出来ています。

なお、私自身は現在勤務している医療観察法病棟を精神科医療の「学びの場」とも考えております。医療観察法病棟に関わる全ての人と一緒に「一から学んでいく」気持ちで自己研鑽していくつもりです。

診療受付時間【月～水曜日】 8:50～11:00
【木・金曜日】 8:50～15:00

予約受付時間【月～金曜日】

- 初診予約 14:00～16:00
- 再診予約及び予約変更 12:00～16:00

■ 当院の外来は全て【予約制・主治医制】となっています。

初診・再診に関わらず、予約時間を守って受診していただくようお願いいたします。

■ 主治医によって受付順が前後することがありますので、ご了承ください。

■ 当院では医薬分業の一環として、外来患者様には【院外処方せん】をお薦めしています。
詳しくは、主治医又は薬局にご相談ください。

外来担当医一覧

精神科一般外来

統合失調症、双極性障害、不安障害など、幅広い精神疾患に対し、精神療法や薬物療法を用いて治療に当たります。

	月	火	水	木	金
初診 (9:00～)	伊集院 福田	安田 田尻	下田	下田 本郷	下田 長谷
再診 (9:00～)	下田 田尻 市川 本郷	下田 長谷 藤田 岡田*	安田 福田 豊田 島田*	安田 篠崎 竹内※ 田崎	田崎 光野 原* 清田*
再診 (13:00～16:00)				竹内	清田*

依存症外来（アルコール・薬物・ギャンブル）

*非常勤医師

※10時台の診察なし

アルコール依存症の治療が中心ですが、栃木 DARC と協力し、薬物依存症への支援やギャンブル依存症にも対応しているほか、近年問題となりつつあるインターネット依存にも対応できるよう準備しています。

	月	火	水	木	金
初診		豊田	市川	光野	天野 竹内★
再診		天野	天野 田中*	天野	竹内★

上表は令和5(2023)年8月1日現在のものです。最新の情報につきましては病院ホームページにてご確認ください。

★ギャンブル外来(午後)

交通のご案内

交通機関をご利用の場合

- JR 宇都宮線・岡本駅西口から徒歩 15 分（タクシーで 5 分）
- JR 宇都宮駅からタクシーで 15 分
- 宝木団地発（JR 宇都宮駅経由）の関東バス
「奈坪台中央（奈坪台）」行き「金井台中」下車徒歩 5 分、
又は「釜井台団地」行き「釜井台団地入口」下車徒歩 10 分

お車をご利用の場合

- 東北自動車道、宇都宮 IC から 30 分
- 北関東自動車道、上三川 IC から 30 分



精神科救急医療相談電話のご案内

夜間・休日に具合が悪くなり、かかりつけの医療機関に相談できないときは、下記の精神科救急医療相談電話にご相談ください。

☎ 0570-666-990 平日/17:00～翌8:30 土・日・祝日・年末年始（12/29～1/3）/24時間

編集後記

8月も終わりに近づいていますが、まだまだ暑い日が続いております。こまめに水分補給を行い、体調管理にお気を付けください。今後も当院の情報や活動、精神医療について、わかりやすくお届けしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

（広聴広報委員会）

本誌に対するご感想やご意見等をお待ちしております。
下記 Email アドレス宛てにご連絡ください。

Email: info@okamotodai.jp

※右記の QR コードを読み取りいただいても結構です。



地方独立行政法人
栃木県立岡本台病院

〒329-1104 宇都宮市下岡本町2162
TEL 028-673-2211 FAX 028-673-2214



【岡本台病院 HP】