札幌南徳洲会病院　広報誌

ふれあぃ

Vol. 98
2026 AUTUMN

TAKE FREE
ご自由にお持ちください



【撮影　健診センター　Mさん】

理念

生命を安心して預けられる病院
健康と生活を守る病院
患者様の権利と尊厳を大切にする病院
ホスピスのこころを大切にする病院

ホームページ

四十坊院長の

つぶや記

院長
四十坊（しじゅうぼう）　克也（かつや）



「秋本番」

皆さん、こんにちは。今年のプロ野球もポストシーズンに入りました。我が北海道日本ハムファイターズは残念なことに優勝はできませんでした。シーズン開幕前の期待は『今年こそ優勝しかない！』でしたが、なにせ福岡ソフトバンクホークスが強すぎました。また予想外の西武ライオンズの頑張りもあり、パ・リーグは盛り上がりましたが、ファイターズとしては残念でした。最後のクライマックスシリーズに期待です。

今年の夏の北海道はあまり暑くなかったのが幸いでした。昨年ほど熱中症のような症状を呈する人が少なかったと感じます。それでも以前に比べたら温暖化は肌で感じます。また連日のように報道される豪雨も心配でなりません。地震もあちこちで起きていますが、豪雨による災害もひどいものです。新病院の設計段階では地震、停電は想定していましたが、豪雨に伴う水害はあまり考えていませんでした。今後も災害対策をしっかりやらなければなりません。

それからみなさんにうれしいお知らせです。当院の整形外科外来が10月から再開となります。徳洲会グループの新しい病院である北札幌病院の“斉ノ内”先生が担当してくれることになりました。毎週金曜日の午後に診察になります。外来だけですが、これまで以上にかかりやすくなると思います。ぜひご利用ください。

10月に入り秋も深まって、そして初雪の便りがやってきます。インフルエンザも流行しております。しっかりワクチンを打って対策をしましょう。
これからの季節を健やかにお過ごしください。

つぶや記
ブログ

Contents

四十坊院長のつぶや記…… P2
病院祭開催…… P3
特集：認知症…… P4-5
メディカルコラム・トピックス…… P6-7

第22回

ふれあい病院祭

8月22日に「ふれあい病院祭」を開催しました。平岡地区へ新築移転して5年目となる今回は、記念イベントとしてコンサートと落語も行い、たくさんの方にご来場いただきました。



アンサンブルグループ奏楽さんのコンサート



林家とんでん平さんの落語



救急車展示



ヨーヨーつり



体験・測定コーナー



ボランティアグループのバザー



軽食販売



キッチンカー



特集

知ることから始めよう 認知症とともに暮らす

認知症とは？

認知症は、さまざまな原因によって脳の働きが低下し、日常生活に支障が生じる状態です。もの忘れだけではなく、時間や場所が分からなくなる、判断が難しくなるなど、症状は人によって異なります。

「もの忘れ」と「認知症」の違い

加齢によるもの忘れ	認知症によるもの忘れ
体験の一部を忘れる	体験そのものを忘れる
思い出せることもある	思い出すことはできない
記憶障害のみ	記憶障害だけでなく判断力低下・実行機能の障害
もの忘れを自覚している	もの忘れの自覚に乏しい
取り繕いはない	しばしば取り繕いがある
日常生活への影響は比較的少ない	日常生活に支障が出ることがある
進行性ではない	進行性である

認知症にはどんな症状がある？



○ 記憶する・覚えることの難しさ
○ 時間や場所が分からなくなる
○ 判断や計画が難しくなる
○ 不安や戸惑いが強くなる
○ 意欲が低下する　など

認知症の人と接するとき、大切なこと

① 急がせない
ゆっくり話を聞き、本人が考える時間を大切にします。
② 否定しない・指摘しない
間違いをすぐに訂正するのではなく、不安な気持ちに寄り添います。
③ できることを大切にする
「できないこと」ではなく、「できること」に目を向けます。
④理由を考える
こちらが理解できない行動や言動にも必ず理由があります。

「最近もの忘れが増えた」「家族への接し方に悩んでいる」など
気になることがあれば、一人で抱え込まずご相談ください。

◇ 地域看護　TEL 011-883-0602（病院代表）

オレンジフェス南徳

9月の国際アルツハイマー月間に合わせ、認知症について知り、考える機会として「オレンジフェス」を開催しました。



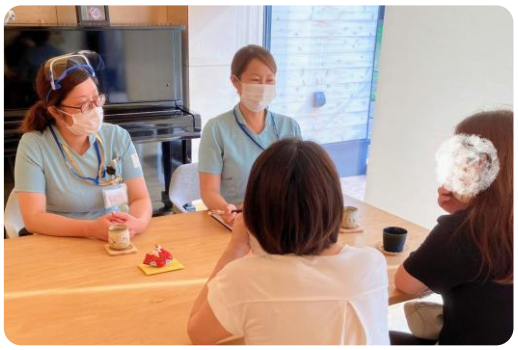
田村Drの講演会



認知症ケアグッズ紹介



VRで認知症の人の世界を体験



ふくじゅそうカフェ（認知症カフェ）

秋のコラム

その「もの忘れ」、年齢のせいだけにしていませんか？

～早めに気づいて、これからの安心につなげましょう～



自分も最近、物忘れが増えてきたと感じます。
仕事中、歩いている途中で「何をしようとしていたか」を忘れたり、
メモをしたことすら忘れてしまうことも…。
生姜焼きを作って食べ終わった後に、ショウガを入れ忘れたことに気づき、
思わず笑ってしまいました。
年齢を重ねると、誰にでも「もの忘れ」は起こりやすくなります。
でも、そのすべてが認知症というわけではありません。

「加齢によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」の違い

加齢によるもの忘れ		認知症によるもの忘れ
体験の一部を忘れる（例：朝食のメニューを忘れる）	↔	体験そのものを忘れる（例：朝食を食べたこと自体を忘れる）
思い出そうとすると思い出せることが多い	↔	思い出そうとしても思い出せない
日常生活に大きな支障はない	↔	日常生活に支障が出てくることがある

認知症の前段階である「MCI（軽度認知障害）」の段階で気づき、
生活習慣を見直したり、必要に応じて相談することで、
将来の不安を減らすことができるといわれています。



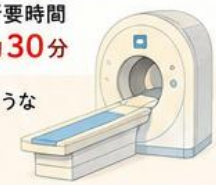
放射線科からの一言

BrainSuiteでは、記憶に関わる「海馬」の大きさをAIが測定し、認知機能の目安を確認できます。
この検査だけでは、他の脳の病気（脳梗塞・脳腫瘍・正常圧水頭症など）を調べることはできません。
これらの病気の有無を詳しく調べるためには、脳ドック（頭部MRI・MRA検査）が必要です。

脳ドック（頭部MRI・MRA検査）のご案内

料金 18,000円（税込）　所要時間 約30分

脳全体を詳しく調べ、認知症の原因となるような病気の有無を確認することができます。
気になる方は、お気軽にご相談ください。



当院で受けられます

AI脳健康度チェック「BrainSuite（ブレインスイート）」

東北大学加齢医学研究所が監修したAI画像解析技術を活用し、記憶に関わる「海馬」の体積を測定する検査です。

- 短時間の頭部MRI画像から、AIが海馬の体積を自動で測定
- 認知機能の目安を確認し、予防行動につなげられます
- どなたでも受けていただけます



料金 9,000円（税込）　所要時間 約10分

※この検査は、認知症の診断を行うものではありません。

今日からできる 脳の健康習慣

体を動かす（ウォーキングなど）	バランスのよい食事をとる	人との会話や趣味を楽しむ	十分な睡眠をとる
			
血流を良くし、脳を元気に保ちます	野菜・魚・大豆製品を意識しましょう	脳を刺激し、心も元気になります	記憶の整理や疲労回復に役立ちます

もの忘れは、早めに気づくことが安心への第一歩です。
気になることがあれば、お気軽にご相談ください。

札幌南徳洲会病院
診療放射線技師　吉田 光平

Topics

ホスピス病棟七夕まつり



縁日を楽しんだり、スタッフが織姫と彦星に扮して患者さんへプレゼントを渡しました。

2階病棟夏祭り



にぎやかな太鼓のお囃子で神輿担ぎをしたり、縁日で楽しいひと時を過ごしました。

ELNEC-Jコアカリキュラム実施



終末期ケアや緩和ケアを提供する看護師に必要な技能を学ぶ講習を行いました。

ヴァイオリン演奏会



高齢者施設等で活動をしている中学生が、2階病棟でヴァイオリン演奏会を行いました。

Information



整形外科外来　再開のお知らせ

診療日時：毎週金曜日　午後診

担当医：斉ノ内　二郎

（北札幌病院　整形外科部長）

※予約制の為、事前にご予約のお電話をお願いいたします

TEL　011-883-0602

医療講演のご案内

地域にお住いの皆さまの健康増進にお役立ていただけるよう、当院では毎月医療講演を開催しています。詳細は、院内掲示やホームページ、公式SNSで随時お知らせしております。

ホームページ

＜過去の医療講演タイトル＞
- シニアのための適切な栄養
- なるほど！よく分かる介護保険
- 認知症の予防法と早期発見
- ホスピス（緩和ケア）ってどんなところ？



札幌市公式の健康アプリ「アルカサル」のポイント付与対象イベントです。

外来診療予定表

2026年10月～12月

	診療科	月	火	水	木	金	土
午前 9：00 ～ 12：00	総合診療科	工藤	名越 齋藤	田村	四十坊 名越	川島 平井 水野	◆
	呼吸器内科	山口		山口			
	糖尿病外来（予約）	品田		品田		品田 （第3）	
	ふくじゅそう外来（予約）				田村	田村	
	禁煙外来（予約）		山口		山口		
午後 14：00 ～ 17：00	総合診療	四十坊	川島	平井	齋藤	加藤	
	循環器科（予約）		札幌東 徳洲会病院				
	糖尿病外来（予約）	品田	品田	品田		品田 （第2.3.4）	
	ふくじゅそう外来（予約）	田村		田村			
	漢方外来	田村		田村			
	緩和ケア外来（予約）	齋藤	加藤		水野		
	整形外科（予約）					斉ノ内	
夕診 17：00 ～ 19：00	総合診療	◆別途交替制。院内備付の診療予定表または当院HPをご覧ください。					

※予約の診療科を受診される場合は、お電話にてお問合せください。

医療法人　徳洲会

札幌南徳洲会病院

禁煙 NO SMOKING

「館内・敷地内全面禁煙」です。
ご協力をお願いいたします。





〒004-0875 札幌市清田区平岡5条1丁目5-1
TEL　011-883-0602

アクセス

地下鉄＋バス
東西線【大谷地駅】　[大66・大67][大69][大70]　【平岡6条1丁目】下車　徒歩5分
[大88][大87]　【平岡5条1丁目】下車　徒歩5分
東豊線【福住駅】　[平50][80]　【平岡営業所】下車　徒歩10分

自家用車
道央自動車道【札幌南インターチェンジ】より　約10分

アクセス

●無料シャトルバス【里塚地区・北野地区】へ運行中●