

福井県立すこやかシルバー病院

リニューアル
ライフ

すこやか

2016.1 vol.81

福井の名所探訪②4

越前がに

冬の味覚の王者、越前がに。越前の漁師たちは底引き網で漁獲し、冷凍せずに捕れたままの状態を持ち帰り、市場で競りにかけ、福井・金沢はもとより大阪方面などへも出荷されます。味は極めて美味で茹で上げて二杯酢にして賞味するのがポピュラーです。

理 念

高齢期の方々の尊厳を踏まえ、こころ温まる医療の提供と地域から愛される病院を目指します。

基本方針

- ①認知症疾患の特性を踏まえ、個別性の高い医療と温かみのある療養の提供
- ②認知症に関する介護教育と啓発活動の充実
- ③地域の医療・保健・福祉との一層の連携と協働
- ④働きがいのある職場づくり
- ⑤職員一人ひとりが自覚し、健全な病院運営への努力

患者様の権利に関する宣言

- ①最善の医療を平等に受ける権利
- ②選択および自己決定する権利
- ③意識のない患者様および法的能力のない患者様の権利
- ④患者様の意思に反する処置・治療
- ⑤十分な説明を受ける権利
- ⑥情報開示を求める権利
- ⑦個人情報およびプライバシーを保護される権利
- ⑧健康教育を受ける権利
- ⑨個人の尊厳を守る権利
- ⑩宗教的支援を受ける権利
- ⑪退院後も治療や福祉を受ける権利
- ⑫より良い環境で治療を受ける権利
- ⑬通信・面会を自由に行う権利
- ⑭退院や処遇改善の請求を行う権利



すこやか講座

今回は転倒について
ご紹介します

介護において、最も注意しなければならないことのひとつが転倒やそれに伴う骨折です。特に、認知症になると転倒しやすくなります。平衡感覚が不安定になり、身体のバランスを崩したり、薬の影響でふらつきがおこったりするためです。骨がもろくなりがちな高齢者にとって、転倒は高確率で骨折を招きます。その結果、歩けなくなったり、認知症が進んでしまったりします。

今回は、認知症高齢者によくある転倒ケースの防ぎ方や、身近な道具を使った工夫についてお話しします。

1. 身体の向きを変えようとして転ぶ

後ろから急に呼ばれると、振り向きざまに転倒してしまうことがあります。そのため、呼びかけるときは、**そばに行って前に回り込んでから**声をかけるようにしましょう。また、右利きの人に左後ろから声をかけると、振り返ろうとして足がもつれ、転倒の原因になることがあるので注意が必要です。

2. 靴が上手く履けない

紐靴は履かないこと、歩きやすい靴にすることはもちろんですが、サイズや幅がぴったりと合っているものを購入するとよいでしょう。市販されている介護用シューズは、かかとを自分で入れなくても、足を入れれば自然とかかとが起き上がってくるものもあります。

3. 寝ぼけてふらつく

夜間は明かりも少ないため、転倒のリスクは高まります。高齢者の場合、夜中にトイレに行こうとして足元が見えずに転倒してしまったり、睡眠導入剤を服用している場合、ぼーとしたままトイレに行こうとして転倒してしまうこともあります。こうした場合、**足元灯やセンサー付きライトを付けてみたり**、ベッドとトイレの動線をなるべく短くするように**家具の配置を変えてみる**のも有効です。



毛足の長いじゅうたんは敷かない、スリッパは履かない、床に物を置かない、など動きやすい環境を整えることが大切です。また、徘徊離床感知器などは市販や介護保険でレンタルできるものがあるので、利用してみても良いかもしれません。

家族は今…

「母と私」

M・A

頭が良くて、しっかり者の母でした。父が家庭を顧みない人であったため、現在のような介護制度が無かった時代に、認知症の祖母の介護もひとりでこなし、苦労を重ねた人生だったと思います。「自分は子供達に迷惑をかけたくない」と、祖母が亡くなってから編み物教室に通いはじめ、そのころに編んでくれたセーターやカーディガンを今でも重宝にしています。

しかし、20年飼っていた愛猫を亡くし、父が股関節骨折で入院した頃から、言動が怪しくなり、認知症と診断されました。

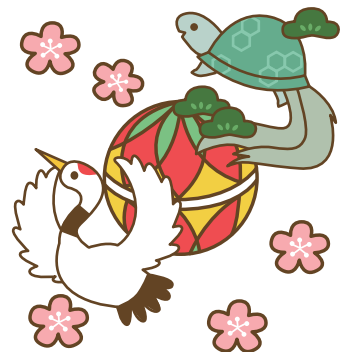
一度に両親の介護が必要になり、仕事を辞めるしかありませんでした。また、十二指腸潰瘍を発症してしまいました。それでも、父が生きていた頃はまだ、料理を手伝ってくれたり、普通の生活が出来ていたと思います。

2年程前に父が亡くなってから、心の張りを無くしたのでしょうか、一気に症状が進み、デイサービスの拒否、昼夜逆転、暴力等々、手に負えなくなっていました。ケアマネージャーさんをはじめ、多くの方々の助けを得て、どうにか自宅介護を続けましたが、徐々に死を考えることも増えました。もう限界でしたので、すこやかシルバー病院に入院させて頂き、本当に助かりました。

自宅にいた頃には、「全てお前が悪い」と責められ続け、怒り顔しか見えなかったですが、今では「ありがとう」と笑顔で話し、帰りには「気をつけて」と言ってくれます。私の十二指腸潰瘍も、いつの間にか治ってしまいました。時には洋服等でワガママを言って、怒り出すこともあります。ずっと我慢の連続であった母を見てきましたので、少し嬉しいような気がします。

時々「母はこれで幸せなのだろうか、家に連れて帰りたい」と思うことも…。しかし、今が一番いい関係を保っているのだと思います。週2回の病院通いも、楽しみになりました。

我が強く、他人の言うことを全く聞かない性格です。なので、病院の皆様には大変ご迷惑をおかけしておりますが、今後ともよろしくお願いします。



The 病棟



すこやか祭

10月8日にすこやか祭が開催されました。恒例となっている長寿者の表彰を行ったほか、清水保育園の園児さんが歌や踊りを披露して下さいました。大人顔負けの演出に皆さん、とても楽しまれていました。また、園児さんと触れ合った際には普段よりも一段と穏やかな表情を浮かべられ、子供たちに癒されている様子でした。



11月20日は

ピザの日

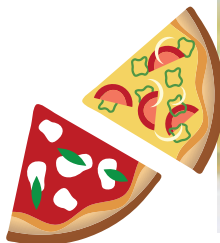
じゃが芋ピザ〔1人分の材料〕

生地 ●じゃが芋 50g
●片栗粉 15g ●小麦粉 少々

【トマトピザ】

●トマト	50g	●卵	15g
●玉ねぎ	10g	●玉ねぎ	10g
●ピーマン	10g	●ツナ	5g
●マッシュルーム	5g	●青豆	5g
●チーズ	20g	●チーズ	20g
●オリーブオイル	3g	●ホワイトソース	5g
●マヨネーズ	2.5g		
●はんにく	適量		

【卵ピザ】



栄養管理室では、月に1回以上の行事食・イベント食を提供しよう！という部署内の目標を掲げ、11月はピザの日にあわせて手作りピザを披露しました。

初めてのじゃが芋生地づくりには、かなり前からあの手この手と試作を繰り返し、冷めても軟らかく食べやすい生地になるよう仕上げることができました。

デイケアだより

9月 作品づくり

今回は利用者さん達でひとつの作品を作ろうと、四季をあらわすデザインの貼り絵を行ないました。担当の高橋作業療法士を中心に、各利用者さんの能力に合わせて役割を分担しました。

皆さん、丁寧に取り組んで下さり、約3週間かけ完成しました。

デイケア室に展示中です☆



11月 大学いもづくり

初夏に植えたさつまいもが、好天の影響で立派に育ち、無事収穫できました。

収穫したさつまいもは、利用者さん達と一緒に大学いもを作って味わいました。今回は揚げ焼きにしたので、簡単に美味しく出来て好評でした。

12月 クリスマス&忘年会

12月の第3週に、一足早くクリスマスと忘年会を開催しました。クリスマスケーキのデコレーションでは、戸惑いながらもクリームや果物で飾り付けし、食後のティータイムの時間に皆さん美味しそうに召し上がっておられました。

オモチャの紙幣を使用したお金釣りゲームでは、100万円札も出現!!利用者さん達は大金をゲットし、にぎやかなゲームとなりました。

その後、年賀状づくりも行ないました。ご家族やご実家、巣立った子供さんや小さなお孫さん等、利用者さん各自が大切な方へ向けて、「うまく書かれんわ」とおっしゃりながらも、一生懸命書かれていました。



本年もデイケアつといをよろしくお願い致します

福井県立すこやかシルバー病院 20周年記念講演会 開催報告

平成27年12月5日(土)に福井県立すこやかシルバー病院20周年記念講演会が、福井県生活学習館（ユウ・アイふくい）において開催されました。一部講演では脳科学者の茂木健一郎先生をお招きし、「脳と幸福～イキイキと生きるための秘訣～」をテーマにご講演いただきました。二部フォーラムでは、公益財団法人松原病院代表理事 松原六郎先生、医療法人敦賀温泉病院理事長・院長 玉井顯先生をお招きし、当院院長 伊藤達彦とともに「これからの認知症～認知症早期受診をめざして～」をテーマにそれぞれの先生方のお考えをお聞きしていただきました。フォーラムのコーディネーターには、タイムリーふくいでおなじみの福井テレビアナウンサー 福田布貴子さんをお招きし、フォーラムの進行をお願いしました。

当日は、気温が10℃に届かず、雨が時々降るような天候でしたが、たくさんの方にご来場いただきました。事前に申し込みをされた方は、定員700名のところ800名を超えたため、当日ご参加された方を含め一部の方には中継会場での聴講をお願いすることとなりました。また、受付ではお名前の確認を行ったため、一時混雑する時間がございました。ご来場いただいた方には、ご協力をいただきましたことに心より感謝申し上げます。



講演会の先生方（左より福田アナウンサー、当財団理事長、玉井先生、茂木先生、松原先生、当院院長）



院長挨拶

一部 講演

「脳と幸福 ～イキイキと生きるための秘訣～」

茂木先生の講演では、脳を生き生きと保つ最良のアンチエイジングは、脳の前頭葉に刺激を与えるためにドーパミンを出すことであり、ドーパミンを出すためにはそれなりの苦勞をしなければならない。また、時間の流れが早く感じている人はドーパミンがあまり出ていない状態にあり、ドーパミンを出すために初めてのことを体験、挑戦することが必要であると言われていました。そして、幸せを感じるためには、他人をうらやむのではなく、ありのままの自分を受け入れることが必要で、自分を知るために他人という鏡を通して理解することを伝えて頂きました。アンケートでは、とてもわかりやすく楽しく聞くことが出来た、またこのような講師の方に来てほしいという感想の方が多くいらっしゃいました。



茂木先生講演の様子

二部 フォーラム

「これからの認知症 ～認知症早期受診をめざして」

フォーラムでは、認知症早期受診をめざしてこれから必要と思われることについて各先生方の意見をお聞きました。

早期受診のために必要な事として、

- 治る可能性のある病気を知ること
 - 気づきのタイミングが重要であること
- 等があげられました。

また、症状に気づくために必要な事として、

- 脳ドック
- もの忘れ検診
- 他人の気づき
- 家族会などで必要な情報を得る
- かかりつけ医の先生による気づき
- 認知症についての知識（物忘れだけでなく、憂鬱な状態、眠っている間の度を過ぎた寝言や寝相の悪さ、歩行スピードが遅くなる等）を学ぶことが重要

といったことがあげられました。

外来受診においては、脳ドックやかかりつけ医から専門病院受診の必要性を伝えられても、恐怖感を感じ受診できていない方がいるので、受診できない方を受診に結び付けるためには、専門職による個別訪問や友人等からの声かけが必要であると言われていました。

次に、認知症になっても住みやすい街づくりのために必要な事は、専門職だけではなく地域に暮らす住民の方がいかに支えるかが重要で、

- 地域の方がどうサポートしたらよいかを学ぶための介護教育や、認知症の方が役割を持って活躍できる場を増やすこと
- サポートしてくれる人たちによって途切れた時間をつなぐこと
- 症状が急変した時に対応できる施設の整備

等があげられました。

福田アナウンサーからも、「認知症になっても自分が存在していることを認めてもらえるところで暮らしたい」という思いを伝えて頂きました。



フォーラムの様子



平成27年度 福井県立すこやかシルバー病院研修案内

ケア専門職の方を対象にした研修 研修場所／福井県立すこやかシルバー病院 2階会議室

研修名	開催日	研修時間	主な研修内容	定員
認知症高齢者への作業療法	2月26日(金)	13時30分～15時(13時から受付)	● 認知症高齢者への作業療法 ● 演習	50名
高齢者への排泄援助とスキンケア	3月4日(金)	13時30分～16時(13時から受付)	● 高齢者への排泄援助とスキンケア ● 認知症高齢者への排泄援助の実際	50名
高齢者への食事援助	3月11日(金)	9時30分～12時(9時から受付)	● 高齢者への食事援助のポイント	50名
高齢者への口腔ケア	3月11日(金)	13時～15時30分(12時30分から受付)	● 高齢者の口腔ケア ● 認知症高齢者への口腔ケアの実際	50名
事例検討(認知症高齢者症例)	3月18日(金)	13時30分～16時(13時から受付)	● 認知症高齢者の対応について事例検討	40名
せん妄、うつ状態に対するケア	3月25日(金)	13時30分～16時30分(13時から受付)	● せん妄、うつ状態の特徴、背景、ケア	70名

お問合せ／福井県立すこやかシルバー病院 介護教育部 TEL (0776) 98-2700

防災訓練



10月29日(休)午前中まで雨が残り、屋外でできるか危ぶまれる中、毎年恒例の防災訓練が実施されました。今回は、年2回の訓練のうち総合防災訓練で日中想定での訓練となり、全職員が参加しました。

訓練の後には消防署の方から講評があり、『煙を吸わないように避難することが大切』ということや『避難の状況、けが人の有無、延焼状況等の確に伝えること(逆信時や携帯電話等で途中経過を伝えることも必要)』などの助言もいただきました。

