



銀杏観音（若狭町）

若狭町安賀里に位置する「諦應寺」^{たいおうじ}は、室町時代末期に創建されたと伝わる曹洞宗の寺院です。境内の山門近くに樹齢450年のイチョウの大木があり、その腹の部分には若狭町の天然記念物に指定されている十一面観音立像が彫られています。この十一面観音には人々を苦しめながら救う力があるとされており、ささやかな願いであれば叶えてくれるといわれています。

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 良質な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 十分な説明を受ける権利
- ⑤ 個人情報およびプライバシーを保護される権利
- ⑥ 個人の尊厳を守る権利
- ⑦ 通信・面会を自由に行う権利

INDEX

- | | |
|----|----------------------------------|
| 表紙 | 福井の名所探訪⑤
銀杏観音 |
| P2 | すこやか講座
「認知症の方の対応について」
(睡眠) |
| P3 | 家族は今
「家族で抱え込まない
ことの大切さ」 |
| P4 | トピックス
新人紹介 |
| P5 | 栄養管理室からのお知らせ
世界アルツハイマー月間 |
| P6 | THE病棟 栄養講座 |
| P7 | 令和4年度研修案内
(令和4年11月～) |
| P8 | オンライン研修案内
(録画配信) |



認知症の方の対応について →(睡眠)

高齢になると睡眠が浅くなり、中途覚醒も増えるのが一般的です。認知症の方は特に、不眠や昼夜逆転など睡眠障害を起こしやすくなります。認知症と睡眠障害について、原因や対策をご紹介します。

なぜ睡眠障害がおこるのか

- 昼間に活動し、夜間は眠くなるというように、生活リズムを整えているのが「体内時計」。脳はそれを調節する大切な役割を担っています。中でも大きな影響を及ぼしているのが、分泌によって睡眠を促す「メラトニン」というホルモンです。加齢に伴い分泌が低下します。認知症になるとその影響はさらに大きく、睡眠障害を起こしやすいとされています。

認知症による睡眠障害の現れ方

- 今いる場所や時間がわからなくなる見当識障害は、夜間の睡眠を妨げる原因となります。眠れない時や夜中に目を覚ます中途覚醒が起こった時には、不安感から徘徊する方も多いようです。また、睡眠障害が悪化するとせん妄を起こすケースも出てきます。

アルツハイマー型認知症

体内時計を司る脳の箇所に、初期から変化が生じます。そのため、早いうちから睡眠・覚醒のリズムが崩れていき、昼夜逆転を起こしやすくなります。初期のうちから生活リズムを整え、習慣化することが大切です。

レビー小体型認知症

レビー小体型認知症の初期には、悪夢を見て大声で叫んだり、寝ぼけて起き出してきたり、時には暴れたりといった症状が現れます。これをレム睡眠行動障害と言います。レム睡眠とは、眠っていても脳が活動している状態です。

睡眠障害への対策

- ① 朝に日光を浴びる
- ② 睡眠環境を整える
(季節に合った寝具、照明、室温)
- ③ 規則正しい生活サイクルをつくる
- ④ 日中の活動量を増やす
- ⑤ 寝る前にトイレを済ませる
- ⑥ 不安感を解消する
- ⑦ 服薬中の薬について確認する
- ⑧ 医師に相談する



「家族で抱え込まないことの大切さ」

T・K様のご家族様

県外に住む母の様子に変化を感じたのは、記憶にないほど昔に遡ります。頻繁に様子を見に行くには厳しい距離で、どうにか福井に呼ぶことができたのが去年の春のことでした。

ほっとしたのも束の間、今までは半分聞き流していた母の行動が現実のものとなりました。面倒を見る父も高齢となり、家族として一時は離職も念頭に置かなければいけない状況かと思い悩む時期もありました。

少しでも社会に触れる機会をと介護認定を申請し、状況の悪化で迅速にシルバー病院へ繋いでいただくことができました。現在入院させてもらっている中では穏やかに過ごしているという様子を聞き、驚きと共に家族一同非常に安心して

いる次第です。

母の暴力が全方位に向く直前での決断でした。共に過ごさなければという後ろめたさから葛藤もありましたが、家族の方が母に怯えて過ごしていた毎日に比べ、各々の特に当惑しきりだった孫たちが、冷静に前向きに捉えようという姿勢になりつつあるのを感じます。

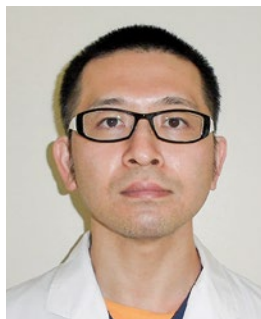
まだまだ家庭の問題は家庭の中でという認識で抱えている方もいらっしゃるのであれば声を上げることの大切さをお伝えできればと思います。現在母が穏やかに過ごしてられるのは、病院の先生はじめ看護師さん、ケアマネさん、職員さん本当に多くの方々の助けがあるおかげです。もし誰にも相談できないまま自己解決に向かっていたらどうなっていたらと、戦慄が走る思いです。

これからは1日でも長く、平穏な毎日を塗り替えながらゆっくりと過ごして欲しいという気持ちだけです。もう私の知る母ではありませんが、少しでも記憶に残る楽しい想いを重ねていきたいと思います。

トピックス

はじめまして!!

新入職員紹介



医長
升谷 泰裕

2022年7月よりすこやかシルバー病院に赴任しました、精神科医師の升谷と申します。当院の前は福井大学医学部附属病院、福井県立病院で勤務をしていました。精神科は医療の中でも全人的な領域と考えていますが、その中でも認知症診療はご家族や社会的なサポートも含めた対応が必要となる、極めて複雑な、そしてやりがいのあるものです。自身の診療が皆様の一助になればと思っています。また他の医療関係とも連携し、地域で認知症診療を支える役割の一端を担えればと思っています。少しずつ顔と名前を覚えていただけたらと思います。今後ともよろしくお願いいたします。



看護師
武居 真弓

この度、東病棟で看護師としてお世話になります、武居真弓と申します。以前は総合病院と高齢者施設で働いていましたが、認知症の利用者様が多くいらっしゃいました。その経験を活かしたいと思い、すこやかシルバー病院への勤務を、希望しました。すこやかシルバー病院に入って感じたことは、先輩スタッフの患者様へのあたたかい話し方や言葉かけです。私も素敵なスタッフを見習い、患者様に心温まる接し方をしていきたいと思います。また患者様に寄り添いながら、その人らしい生活と、患者様のご家族様に対しても配慮できる看護師を目指して頑張っていきたいと思っています。



秋の食材を使用した行事食



恒例の「すこやか祭」の開催が今年も中止となり、お弁当箱を使用したメニューに変更して昼食を提供しました。日常と違う雰囲気と美味しそうなお赤飯やふわふわ天ぷらに、会場は大盛り上がりとなりました。

敬老の日
にちなんで♪



9月16日のお祝い・献立

- 栗赤飯
- 茄子と高野の炊き合わせ
- 天ぷらの盛り合わせ
(白身魚・南京・レンコンの挟み揚げ)
- 二色焼売
- たくあん



季節に合わせた旬の食材に関する情報を、月替わりで入院患者様が読んでいただける場所に張り出しています。食材の歴史や産地、選び方等も載せています。あまり知られていない栄養価について驚く患者様もおられ、毎回楽しんでいただいています。



世界アルツハイマー月間

世界アルツハイマーデー（9月21日）は認知症への理解をすすめ、本人や家族への施策の充実を目的に1994年に国際アルツハイマー病協会が制定しました。また、9月を世界アルツハイマー月間として、世界各国で啓発活動を行っています。

当院においても、認知症の正しい知識や家族への支援について解説したパネルなどを設置し、啓発活動を行いました。また、来院者には、アルツハイマーデーのパンフレットと認知症支援のシンボルカラーであるオレンジ色の入浴剤を配布し、認知症サポートキャラバンのマスコット「ロバ隊長」をツリーに飾りつけてもらいました。

このロバ隊長は認知症サポーターキャラバンの隊長として、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりへの道のりの先頭を歩いています。ロバのように急がず、しかし一歩一歩着実に進んで行くという思いが込められています。（キャラバンメイト養成研修テキストより引用）



認知症に関する内容を掲示しました



職員はロゴ入りのTシャツを着用



手作りのロバ隊長をツリーに飾ってもらいました

The 病棟



栄養講座

当院では、食事に関心を持って下さる患者様が増えてきている印象もあり、R3年4月よりデイケアの利用者様、入院患者様を対象に各病棟で月に2回、管理栄養士がミニ講座を行っています。

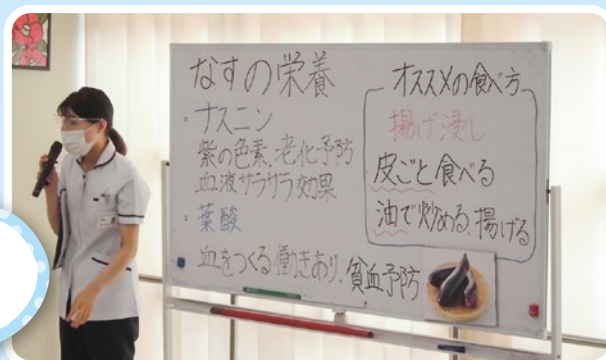
苦手な食材でも栄養素を知って頂くことで少しでも苦手意識を減らし、楽しく食事をして頂けるよう季節の食材についての豆知識クイズをするなど、工夫しながら行っています。今回の内容は、「なす」についてお話ししました。



今回も旬の食材について
皆さんに質問したいと思います。
今月のお題は、何でしょう？
皆さんと一緒に考えましょう。



今回はなすの栄養素と
豆知識についてです。
何か知ってることありますか？



なすの花は、
どちらでしょうか？



正解は、
むらさきの花です！





【令和4年11月～】

福井県立すこやかシルバー病院 研修案内

注意事項

- 定員以上の受付は致しません
- 体調不良の方は来場をご遠慮ください
- 検温の実施(37.5℃以上の場合、参加はご遠慮ください)
- 手指消毒の実施(入場の際消毒をお願いします)
- マスク着用(各自ご準備ください)
- 換気の実施(服装、掛物、座布団等持参のうえ調整をお願いします)
- 座席指定制(指定された席以外利用できません)
- 参加者氏名・住所・電話番号の記載

一般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(福井市島寺町93-6) 2階講堂

参加費無料

研修名	開催日	研修時間	主な研修内容	講師	定員
高齢者の口腔ケア	11月4日(金)	13時30分～15時	● 口腔の機能、唾液、歯周病について ● 高齢者の口腔内の特徴 ● ブラッシング、義歯管理、口腔ケアの実例	福井県歯科医師会 歯科衛生士 宮本美紀子氏 (講師と会場をオンラインで 結ぶ場合がございます)	24名
脳を活性化させよう	11月11日(金)	13時30分～14時20分	● 心と体を元気にする活動、実演	福井県立すこやかシルバー病院 介護福祉士 大味裕史	24名
認知症の基礎知識と対応のポイント	11月25日(金)	13時30分～15時	● 認知症の原因疾患、症状について ● 認知症の方への対応のヒント、対応の実例	福井県立すこやかシルバー病院 看護師 前川惣予	24名
認知症を予防するための基礎知識	12月1日(木)	13時30分～15時	● 認知症の危険因子や脳を鍛える対策 ● 脳を元気にする食事のポイントについて	福井県立すこやかシルバー病院 管理栄養士 久世浩江	24名
脳を活性化させよう	12月2日(金)	13時30分～14時20分	● 心と体を元気にする活動、実演	福井県立すこやかシルバー病院 介護福祉士 杉本衛	24名
認知症の基礎知識(医師の講義)	12月6日(火)	13時30分～15時	● 認知症の原因となる病気と症状について ● 認知症の診断において必要な情報 ● 認知症の治療について	福井県立すこやかシルバー病院 院長 村田憲治	24名
認知症高齢者の口腔ケア	12月9日(金)	13時30分～15時	● 口腔ケアの重要性について ● 認知症高齢者が口腔ケア時に援助を要する状況について ● 認知症高齢者の方の口腔ケア事例	福井県立すこやかシルバー病院 副看護部長 石丸智佳子	24名
認知症の基礎知識と対応のポイント	12月13日(火)	13時30分～15時	● 認知症の原因疾患、症状について ● 認知症の方への対応のヒント、対応の実例	福井県立すこやかシルバー病院 看護師 高松佳代	24名
認知症の進行段階別症状と対応	12月16日(金)	13時30分～15時	● 認知症の進行に伴う症状の変化について ● 認知症の進行に合わせた対応について	福井県立すこやかシルバー病院 看護部長 荒井枝枝	24名
認知症の方の症状悪化の原因を考える	12月23日(金)	13時30分～15時10分	● 認知症の方への対応、原因疾患に合わせたケア、認知症の進行に合わせたケア、認知症の方の体調の変化、薬の副作用、過ごし方、環境、悪化する前のきっかけ	福井県立すこやかシルバー病院 看護部長 帰山知子	24名
認知症に関する制度と専門病院受診方法	令和5年 2月16日(木)	13時30分～15時	● 介護保険制度の全体像について ● 介護保険サービスの実際の利用方法について ● 認知症専門病院受診について	福井県立すこやかシルバー病院 精神保健福祉士 坪田翔子	24名
脳を活性化させよう	2月17日(金)	13時30分～14時20分	● 心と体を元気にする活動、実演	福井県立すこやかシルバー病院 介護福祉士 北林ゆう実	24名
認知症の基礎知識と対応のポイント	2月24日(金)	13時30分～15時	● 認知症の原因疾患、症状について ● 認知症の方への対応のヒント、対応の実例	福井県立すこやかシルバー病院 看護師 多崎真希子	24名
認知症高齢者へのアプローチ	3月3日(金)	13時30分～15時	● 認知症高齢者本人に話を聞き、認知症高齢者の視点に立ってどの様な状況にあるのかを考えアプローチしてみましょう	福井県立すこやかシルバー病院 介護福祉士 中谷正太郎	24名
介護ストレスを軽減するために	3月7日(火)	13時30分～15時	● ストレスについて ● ストレスにうまく対処する方法 ● ストレス解消の実践方法	福井県立すこやかシルバー病院 公認心理師 臨床心理士 平木聡深	24名
認知症を予防するための基礎知識	3月9日(木)	13時30分～15時	● 認知症の危険因子や脳を鍛える対策 ● 脳を元気にする食事のポイントについて	福井県立すこやかシルバー病院 管理栄養士 田中あゆみ	24名
脳を活性化させよう	3月14日(火)	13時30分～14時20分	● 心と体を元気にする活動、実演	福井県立すこやかシルバー病院 介護福祉士 池應裕貴	24名
認知症の基礎知識と対応のポイント	3月17日(金)	13時30分～15時	● 認知症の原因疾患、症状について ● 認知症の方への対応のヒント、対応の実例	福井県立すこやかシルバー病院 看護師 金田良平	24名
心も体も元気に健康に～認知症の理解、予防、支援～	3月31日(金)	13時30分～15時	● 認知症の危険因子や毎日の生活の中で脳を鍛える対策について ● 心と体を元気にする活動、実演 ● 残された機能の維持のために自宅でできる活動などを紹介	福井県立すこやかシルバー病院 作業療法士 奥村明美	24名

新型コロナウイルス感染症等の影響により、研修は中止となる場合がございます。

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

録画配信研修のお知らせ

YouTubeでの配信のため、途中、広告が入る場合がございます。
ご了承ください。

受講は
無料

研修テーマ(各1時間程度の研修です)

「認知症の理解とせん妄、BPSDの予防(病院での対応をもとに)」 内容／認知症とせん妄・BPSDの予防・事例と対応・まとめ 講師／福井県済生会病院 認知症看護認定看護師 藤本真央氏	令和4年 12月31日(土) 24:00まで配信
「せん妄の理解とケア」 内容／せん妄とは・せん妄の特徴、原因・せん妄ケア 「高齢者のうつの症状とケア」 内容／うつの症状・高齢者のうつの特徴・うつ病と認知症の違い・うつ病の方へのケア 「眠れない方へのケア」 内容／睡眠についての基礎知識・睡眠障害に対する治療・睡眠障害に対するアセスメントとケア 「不安のある方への対応」 内容／不安とは？・不安に対するアセスメント・不安のある方への対応 「精神病症状への対応」 内容／幻覚、妄想について・抗精神病薬使用時の注意点・妄想性障害について 講師／福井県立病院こころの医療センター 精神看護専門看護師 山口達也氏	令和5年 3月31日(金) 24:00まで配信
「認知症の方のBPSDを理解する」 内容／認知症とは・BPSDがおきる成り立ち・BPSDの症状とそのケア・BPSDの原因を考える視点・不同意メッセージという考え方 講師／福井県立すこやかシルバー病院 山口泰宏看護師	令和5年 5月31日(木) 24:00まで配信
「認知症の人を介護する家族の支援」 内容／在宅介護を継続するための介護家族へのアプローチ・認知症高齢者介護家族の身体的、精神的負担軽減のための支援 講師／聖隷クリストファー大学看護学部 准教授 木村暢男氏	令和5年 6月30日(金) 24:00まで配信
「認知症タイプ別食事の特徴と対応」 内容／アルツハイマー型認知症、脳血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症の症状、経過、食事の特徴、対応 講師／愛知学院大学心身科学部健康科学科 准教授 牧野日和氏	令和5年 6月30日(金) 24:00まで配信

申込み方法 下記メールアドレスへメールにてお申し込みください。(1人でも申し込み可能)

kaigo@fukui-sukoyaka-silver.or.jp

- 希望研修名、氏名、事業所名、電話番号、視聴予定人数を入力し送信してください。
- 折り返しURLをお知らせします(返信に数日かかる場合もございます)。
- 受信拒否設定をされていると届きませんのでご注意ください。
- 一度に多数の研修希望をすると添付資料などの関係で容量が大きくなる場合があります。その場合はYahoo、outlook、Gmailなどのアドレスを推奨します。(携帯のメールアドレスの場合など容量の関係で送信できない場合はURLのみ送信します)

お問い合わせ 福井県立すこやかシルバー病院 介護教育室 TEL(0776)98-2700