



北陸新幹線（福井県）

北陸新幹線の延伸区間（金沢～敦賀）の開業日が2024年3月16日に決定し、東京から福井県まで乗り換えなしでアクセスできるようになります。今回の開業により東京駅～福井駅の所要時間は、現状の東海道新幹線を利用した場合（3時間24分ほど）に比べ約30分短縮され、最短2時間51分となる見込みです（東京駅～敦賀駅は最短3時間8分）。

INDEX

表紙	福井の名所探訪⑥ 北陸新幹線(福井県)
P2	すこやか講座 「ヒートショック」
P3	家族は今 「入院生活 ごめんと感謝」
P4	デイケアだより トピックス「面会のご案内」
P5	トピックス 「認知症からくらくチェック」 「総合防災訓練」
P6	THE病棟「敬老会」
P7	令和5年度(3月) 専門職研修案内
P8	〃 〃 一般研修案内 令和5年度 講習会

理念

認知症高齢者の方々の人間的尊厳を尊重し、こころ温まる医療と地域から愛される病院を目指します。

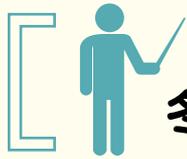
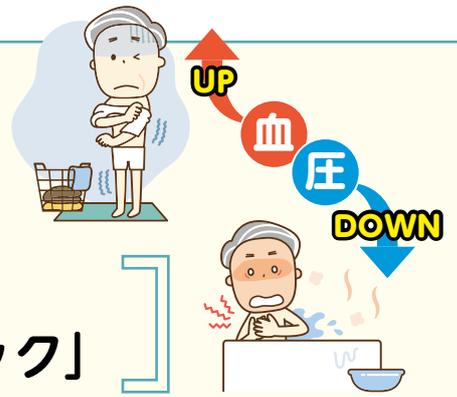
基本方針

- ① 認知症疾患の特性を踏まえ、一人ひとりに対する医療と温かみのある看護の提供
- 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 活き活きとした働きがいのある職場づくり
- ⑤ 職員一人ひとりが健全な病院運営を努力

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

すこやか 講座



交通事故死の約2倍？！ 冬に気を付けたい「ヒートショック」

ヒートショックとは

家の中で温かいところと寒いところを行き来すると、急激な環境温度の変化が生じ、血圧が上下に大きく変動します。この事をきっかけとして起こる健康被害（失神・不整脈・心筋梗塞・脳卒中）の総称をヒートショックといいます。特に冬季の入浴時に起こりやすいことが知られており、高齢者は注意が必要です。入浴中に溺れて亡くなる方は、交通事故で亡くなる方より多くなっています。どうしたら入浴中の事故を防げるのか、ポイントを紹介します。

1 入浴前に脱衣場と浴室を暖かくしておく

脱衣場に小型のヒーターを設置したり、浴室内の壁に温水シャワーをかけるなどして温度と湿度を上げましょう。湯船のお湯張りをシャワーで高めの位置から行うのも、浴室全体を暖めるのに役立ちます。

POINT



2 湯船につかる前に、シャワーやかけ湯で体を温める

寒いからと急に湯船につかるのは危険です。シャワーやかけ湯で徐々に体を温めましょう。また、入浴後は、浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。

3 湯船の温度はぬるめ（41℃以下）とし、長湯を避ける

湯船につかっている時間は10分以内を目安に、入浴全体の時間も長すぎないようにしましょう。

4 入浴前後には、コップ一杯の水分補給を

脱水を避けるために、水分補給も忘れないようにしましょう。

5 入浴前のアルコール・食後すぐの入浴は控える

アルコールや食事は一時的に血圧を下げるため、直後の入浴は控えたほうがよいでしょう。

6 血圧が高いときには、入浴を控える

収縮期血圧が180mmHg以上または拡張期血圧が110mmHg以上の場合は、入浴を控えたほうがよいでしょう。

7 家庭内で「見守り体制」をつくる

高齢者や持病のある方は特に、入浴前に同居者に一声かけましょう。また同居者は、いつもより入浴時間が長いときには入浴者に声をかけましょう。

入浴中の事故は、持病や前兆がない場合でも起こるおそれがあります。「自分は元気だから大丈夫」と過信せず、「自分にも起きるかもしれない」という予防意識をもちましょう。高齢者の方だけでなく、家族みんな対策を心がけましょう。



「入院生活 ごめんと感謝」

K・H様

2017年7月にかかりつけの医院で検査の結果、初期の認知症と診断されて7年になります。

その頃は、物忘れや、同じ話を繰り返し聞かされたりの程度でした。2年程たったぐらいから、料理が出来なくなり、買い物も行かなくなったので冷蔵庫の中が空っぽの状態の為、ほぼ毎日作って届けていました。しかし2年半ほどで疲れてしまい、申し訳ない思いもありましたが宅食を頼むようにしました。

同時期ぐらいに、デイサービスの利用も始めましたが、今まで自分でしてきたというプライドから、人に世話をしてほしいと拒絶がはげしくサービスの利用を一度あきらめました。しかしやはり症状がだんだん進んできて、横になっている日が続き、清潔に保つことが出来なくなり、再度デイサービスを契約することにしました。こんな状態でも、拒絶することもあり、ヘルパーさんや、看護師さんには、申し訳ない日々もありました。でも上手に誘導してくださってありがたかったです。

でもお風呂に入ることが出来なかったのと、拒否が出てくることもしばしばあり、入院することでおだやかになる方もということで、ケアマネさんの勧めでお願いすることにしました。

オンラインで面会したとき、肌の色がきれいだったので、入院してよかったと思いました。室温も快適で過ごせるので一安心です。

家にいた時の口癖で「何をしたらいいかわからない」とか、「早く母さんの所に行きたい」と言っていて、本人が一番本当はつらいんだなあとと思うと切ないですが、今は穏やかに、快適に過ごすことが出来て感謝しています。これからもよろしくお願い致します。



壁絵の 紹介

デイケアだより

デイケアつどいでの活動をご紹介します！



秋のミノムシです

デイケアでは、利用者みなさんと季節ごとにデイケア室やロビーの壁絵の作成を行なっています。昼食が終わったら、皆さん「しょうか？」と声をかけてくださり、和気あいあいにぎやかに作成しています。

今年も、干支のちぎり絵が完成しました。ロビーに掲示していますので、皆さんご覧になっていただけると嬉しいです。



2024年
辰年の
ちぎり絵です



トピックス

面会のご案内

コロナの影響で入院患者様との面会が制限され、御家族の皆様には大変ご不便をおかけしておりました。しかし、世の中が少しずつ通常に戻りつつある中、院内で繰り返し検討を行い、当院におきましても面会を再開いたしました。ただ、入院患者様を感染から守るため制限をかけての面会となっておりますが、ご案内いたします。

なお、面会は御予約制となっておりますので、窓口、お電話にてお申込みください。詳細は受付窓口にてお尋ねください。

面会時間

月曜日から金曜日 午前10時～11時、午後2時～4時

面会方法

①対面面会（約5分）

1回の面会で、御家族様2名まで（中学生以上）待合室にて行います。患者様1名に対し、1日1回までです。

②オンライン面会（約10分）

対面が難しい方、人数が大勢の方は待合室にてタブレットを使用し、病棟の患者様とオンラインにて面会をしていただきます。（約10分）

③おうち de 面会（約10分）

御家族様とLINEをつなぎ、御自宅にいながら患者様と面会が可能です。遠方の方、外出が困難な方など、どこからでも患者様とお話できます。



トピックス

アルツハイマー型認知症 早期発見の第一歩に

認知症らくらくチェック



面会室横に「認知症らくらくチェック」が設置されているのをご存じでしょうか？質問項目は少ないのでストレスなくテストでき、すぐに結果を確認することができます。

皆さん診察や会計の待ち時間に、面会の待ち時間にお気軽にタッチしてみてくださいね。

総合防災訓練

令和5年10月2日(月)当院において、総合防災訓練を実施いたしました。福井平野を震源とした大きな地震のあと、厨房より出火したという想定での避難訓練でした。病棟、デイケアの患者様を安全な場所に誘導し避難を実施。スタッフ同士、声を掛け合いコミュニケーションを取り、とてもスムーズに避難することができました。終了後、消防署員の方より講評をいただき、地震想定の注意すべき点として、地震発生時は、自分の命を守る**シェイクアウト（地震の際の安全確保行動1-2-3「まず低く、頭を守り、動かない」**）が重要であることを学びました。

実際に、令和6年1月1日能登半島で震度7の地震が発生し、石川県では甚大な被害に見舞われました。福井県においても地震の被害が報告されております。今後も、実際の災害の際に落ち着いて行動できるよう訓練を繰り返し実施していきたいと思っております。

最後になりましたが、今回の能登半島地震により被災されましたすべての方々に、心からお見舞い申し上げます。



The 病棟



敬老会

9月15日に入院患者さんと敬老の日のお祝いをしました。長寿を祝い全員に手づくりの表彰状をプレゼントしました。代表して88歳(米寿)の方々に前に出て頂き、花飾りを受け取ってもらいました。



おめでとうございます



どうも
ありがとう
ございました



気はながく 心はまるく
腹をたてず 口をつつしめば
命がらえる

長寿の心得

- 還暦** 60才でお迎えの来た時は、
只今、留守ですと云え
- 古稀** 70才でお迎えの来た時は
まだ早いと云え
- 喜寿** 77才でお迎えが来た時は
せくな老楽これからよと
云え
- 傘寿** 80才でお迎えが来た時は
なんのまだまだ役に立つ
と云え
- 米寿** 88才でお迎えの来た時は
もう少しお米を食べてか
らと云え
- 卒寿** 90才でお迎えの来た時は
そう急がずともよいと云え
- 白寿** 99才でお迎えの来た時は
頃をみてこちらからボツ
ボツ行くと云え



【令和6年3月】 専門職の方を対象にした研修

お申し込みは当院HP(QRコード)参照下さい

47 認知症高齢者の残存機能を生かしたBPSDへの対応

研修日時	令和6年3月4日(月)	13:30～16:30 (13:00受付開始)	定員	48名
研修内容	<ul style="list-style-type: none"> ●認知症疾患別に出現する障害、BPSD ●脳の残存機能を活かしたBPSDへの介入 ●心理的側面への介入について 	講師	京都府立医科大学 医学部看護学科 講師 占部美恵氏	

48 対象者の食べる機能と嚥下調整食の対応 ～フードスタディーで食形態を確認し介助のコツをつかもう～

研修日時	令和6年3月12日(火) 申し込み締切:3月1日(金)	14:00～17:00 (13:30受付開始)	定員	48名
研修内容	<ul style="list-style-type: none"> ●食べる機能に合った食形態「嚥下調整食」とは ●食べる機能を正しく理解する視点について ●実際の嚥下調整食を体感してみましょう 	講師	愛知学院大学 健康科学部健康科学科 准教授 牧野日和氏	

49 対象者の食べる機能と嚥下調整食の対応 ～フードスタディーで食形態を確認し介助のコツをつかもう～

研修日時	令和6年3月13日(水) 申し込み締切:3月1日(金)	14:00～17:00 (13:30受付開始)	定員	48名
研修内容	<ul style="list-style-type: none"> ●食べる機能に合った食形態「嚥下調整食」とは ●食べる機能を正しく理解する視点について ●実際の嚥下調整食を体感してみましょう 	講師	愛知学院大学 健康科学部健康科学科 准教授 牧野日和氏	

※48と49の研修は同じ内容です。この研修では嚥下調整食などを用いた体験研修を行います。使用する嚥下調整食の代金として1人500円が必要です。ご了承下さい。代金は当日、受付でお支払い下さい。また、お釣りがない様ご協力下さい。嚥下調整食注文の関係上、研修申し込みを3月1日までにお願いします。それ以降のキャンセルの場合は後日、当院にて嚥下調整食と配布資料お渡しいたしますので嚥下調整食代金500円をご持参ください。多くの参加が予想されますので確実に参加出来る方のみ申し込みをお願いいたします。

50 「怒り」のある方への対応

研修日時	令和6年3月18日(月)	14:30～16:30 (14:00受付開始)	定員	48名
研修内容	<ul style="list-style-type: none"> ●怒りとは何か、怒りのある方との接し方 ●逆効果となる対応、薬と感情の関係について 	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	

51 穏やかで自然な最期を看取るケア ―高齢者施設を中心に―

研修日時	令和6年3月28日(木)	9:30～12:00 (9:00受付開始)	定員	48名
研修内容	<ul style="list-style-type: none"> ●看取りに関する共通理解 ●「生活の場」だからこそ穏やかな看取りが実現する ●看取りのための重要ポイント 実践事例から学ぶ 	講師	東京有明医療大学看護学部看護学科 大学院看護学研究科 教授 川上嘉明氏	

52 在宅で自然な最期を看取るケア ―在宅・居宅を中心に―

研修日時	令和6年3月28日(木)	14:00～16:30 (13:30受付開始)	定員	48名
研修内容	<ul style="list-style-type: none"> ●看取りに関する共通理解 ●在宅で「最高の看取り」を実現するためのポイント ●実践事例から学ぶ 	講師	東京有明医療大学看護学部看護学科 大学院看護学研究科 教授 川上嘉明氏	

※51と52の両方の研修を受講される方：研修会場で昼食を摂る事は出来ませんが、ゴミは各自でお持ち帰りください。52の研修受付時間（13：30）までにはお食事を終えて下さい。

【令和6年3月】
一般の方を対象にした研修

お申し込みはお電話で (0776-98-2700)

研修名	開催日	研修時間	主な研修内容	講師
脳を活性化させよう	3月1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 作業療法士 下口さゆり
認知症の基礎知識と対応のポイント	3月19日(火)	13時30分～15時	●認知症の原因疾患、症状 ●認知症の方の対応のヒント、実例	福井県立すこやかシルバー病院 看護師 南部望
認知症を予防するための基礎知識	3月21日(木)	13時30分～15時	●認知症の危険因子 ●脳を鍛える対策 ●脳を元気にする食事	福井県立すこやかシルバー病院 主任管理栄養士 認知症予防専門士 久世浩江
脳を活性化させよう	3月22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 池應裕貴
認知症高齢者の口腔ケア	3月26日(火)	13時30分～15時	●口腔ケアの重要性 ●口腔ケア事例	福井県立すこやかシルバー病院 副看護師長 石丸智佳子
心も体も元気に健康に認知症の理解、予防、支援	3月29日(金)	13時30分～15時	●認知症の危険因子 ●脳を鍛える対策 ●心と体を元気にする実演	福井県立すこやかシルバー病院 作業療法士 奥村明美

令和5年度講演会

令和5年度の講演会を11月18日(土)国立長寿医療研究センター研究所長 櫻井孝先生をお招きしユーアイふくいで開催いたしました。コロナの影響で4年ぶりの開催であり当日は悪天候であったにもかかわらず、医療関係者や一般県民の方約100名が来場されました。

櫻井先生からは認知症の早期発見、家族（介護者）の支援の大切さ、認知症の進行予防と食事、運動との関係、新薬（レカネマブ）の効果、非薬物療法との組み合わせの重要性など多方面からの内容でした。参加された方からは「専門的内容をわかりやすく説明して頂いた。」などの意見が寄せられました。多数のご参加ありがとうございました。

講演を拝聴して

当院は福井県内唯一の認知症専門病院であると同時に認知症に関する知識の普及啓発を目的とした教育、研修を行っております。

今回の公演は国立研究機関である所長のお話とあって、現在の認知症治療の更に行く、まさに最先端!といった刺激の多い内容でした。今注目されているMCI（軽度認知障害）の方をメインとした認知症進行を抑えることを目指す「コグニサイズ」*の普及や家族へのフォローなど、当院でも取り組んでいきたい内容でした。（外来看護師M）

*コグニサイズ…国立長寿医療研究センターによって開発された、運動と認知トレーニングを同時に行う(頭を使いながらするエクササイズなど)取り組み

