

2021年4月発行 第459号

季刊春号

曙光



CONTENTS

精神疾患の話	2
院内学会	3
部署紹介	4
相談室だより	5
私の新人時代	5
OT（作業療法）だより	6
デイケアたんぽぽだより	6
お薬の知恵袋	6
行事	7
地域の穴場スポット	7
新人紹介	7



医療法人社団 緑誠会

光の丘病院



認知症の主症状

記憶障害

物忘れ

見当識障害

今いる場所が分からなくなる、家族が分からなくなる

判断能力の低下

善悪の区別ができなくなる、料理の手順が分からなくなる

周辺症状

不安、妄想、幻覚、徘徊、不潔行為、暴言・暴力等

周辺症状の中でも物盗られ妄想はアルツハイマー型認知症の女性の患者さんに多くみられる症状です。

認知症の患者さんが介護者（家族）を泥棒扱いしてしまうことは珍しいことではありません。

物盗られ妄想は記憶障害に加えて、本人が抱えている不安やお金に苦労した経験等が加わり発症すると言われています。

認知症の方は自分にとって不利な事は認めようとはしません。記憶の空白を埋めるつじつま合わせとお金がないという不安から「誰かが隠した」「盗られた」という妄想に発展してしまいます。

妄想だとわかっていても泥棒扱いされることは不愉快なことです。しかし、泥棒扱いされるのは身近な存在であるため、疑われた人が信頼されていない訳ではありません。また、妄想を否定してしまうと妄想は更に強まり、お互いの関係性の悪化につながってしまいます。

患者さん自身は物が見つからず困っているのです。その気持ちを受け止めて冷静な対応をしてあげてください。

まずは「盗まれた」という妄想を否定せずに「困りましたね」と共感してあげてください。

一緒に捜してあげるのも良いですが、疑われた人が発見してしまうと「やっぱり隠していたんだ」と疑いが深まってしまいます。必ず一緒に発見するようにしてください。

また日ごろから、探し物が減るように財布や鍵等の貴重品は保管場所を定めておくといでしょう。



（医師：山根 美智子）

第15回 院内学会 ～テーマ「ニューノーマルを共創する」～

2021年3月27日

コロナ禍生活や環境の変化が著しく新たな常識が確立される中、「ニューノーマルを共創する」と銘打ち、感染対策を万全に、今年も無事に第15回院内学会を開催することができました。ポスター5題、口演5題が発表され、各部署の新たな取り組みや成果について院内で共有するいい機会となりました。

最優秀賞

新人教育システムの確立 ～教える側主体から新人主体に～

栄養課 調理師：藤田江未 管理栄養士：前原理恵

業務をあらためて見直し可視化することで、個々で手順が違っていたり、繁雑な作業が多いことに気付きました。また、教育者・新人それぞれに行ったアンケート結果から、教育者の大半が不安を持ちながら教育を行っており、新人全員が業務の習得が難しいと感じている現状も分かりました。

実際に教育と並行しながらの取り組みは大変でしたが、教育者の不安や負担が軽減し、新人も業務の習得がしやすくなったことは、2年をかけて取り組んだ甲斐がありました。

今後も、業務内容を見直しながら、調理の基礎から学べる教育体制を考えていきたいと思えます。



優秀賞

経管栄養患者の「食べたい」を支える看護

3病棟 看護師：高田望未 堀下啓子

認知症治療病棟である3病棟は、高齢の患者様が多く肺炎のリスクが隣り合わせです。今回の研究では口から食べたいという患者様の希望に沿える形になり、医療者として嬉しく思いました。長期の入院生活の中で患者様の生きる楽しみに繋がる看護支援を今後も継続していきたいと思えます。



特別賞

自閉スペクトラム症の心理臨床

医療福祉相談室 公認心理師・臨床心理士：水谷剛司

心理療法での成人期のクライアントとの面接経過を報告しました。日ごろの臨床実践を振り返り、自閉スペクトラム症（Autism Spectrum Disorder ; ASD）の心理的支援のあり方を再考する機会となったことを嬉しく思います。今後もセッションの内や外で起こることを感じ、考えていく感性と知性を持つように心がけたいと思えます。



部署紹介

事務部

事務部には10人の職員が配置されており、其々が業務を分担しながら、「患者様が気持ちよく病院を利用できるように」と考え業務を行っています。

事務部は、医事課と総務課に分かれており、各部署5人が業務を行っています。

医事課の業務は、主に受付業務、外来医事業務、入院医事業務、診療報酬請求業務等です。

総務課では、主に会計業務、人事・労務関係業務、施設管理業務等を行っています。

特に、受付業務は、患者様が来院されて最初に対応させていただく窓口でもあるので、患者様の不安を少しでも和らげることができるように心がけています。

感染が拡大した時期には、「院内に入りたくない」「滞在時間を短縮したい」という患者様に対して、駐車場で会計やお薬のお渡しするなどの対応をさせていただきました。また、急な雨天時の傘の貸し出しや、タクシーを呼ぶ際の直通電話の設置などを行っています。今後も患者様の意見を参考にしながら、安心して通院いただける環境を提供したいと思っています。

患者様の治療環境を整えるという事は、職員が働きやすい環境を作ると考えています。そういった環境を整えるのも、私たちの仕事です。

職員全員が心を一つにして、患者様に向き合えるような環境作りを目指しています。

ご来院いただいた患者様のお気持ちが、少しでも癒やされるように、日々努力をしていきたいと思っています。

(総務課主任:中川 貴雅)



作業療法(リハビリテーション)

現在、6名(1名は育休中)の作業療法士で病院の作業療法を担当しています。

作業療法はリハビリテーションの一環です。作業療法の「作業」は、朝起きて顔を洗う、ご飯を食べる、働くことや買い物、遊んだり気分転換する等、生活にかかわるすべての行動や活動のことをいいます。普段の毎日で何気なく行っていることが病気になると不安で出来なくなってしまいます。心が疲れてしまったらゆっくり休ませることが必要です。

休息と活動のバランスが大事で、一緒にゆっくり過ごしたり、レクリエーションをして思いっきり発散する、折り紙や絵を描いたり、いろいろな作業に取り組むことで自分らしさを取り戻し自信につながっていき、生活していく力になります。

作業療法士は、作業療法の場において、「何かしてみようかな」と感じてもらえるように、患者様の笑顔につながるように日々努めています。

(作業療法主任:天野 今日子)



相談室だより ～認知症の人の家族教室のご案内～

当院では、従来開催していた統合失調症家族教室に加え、広島県認知症疾患医療センターの活動として、認知症の人のご家族を対象とした家族教室を開催しています。

- ① 当院に通院・入院中の認知症の人の家族
- ② 認知症初期集中支援チームによる支援対象者の家族
- ③ 地域密着型特別養護老人ホーム小春日和の入所者の家族・ショートステイ小春日和の利用者の家族

R2年4月から開始し、コロナ禍での中止がありながらも、R3年1月までに計5回開催することができました。

1回の講義が60分あり、前半は講義(30分)、後半は座談会(30分)です。講義では、「認知症の基礎知識」や「薬」「介護技術」「利用できる制度」等、多岐にわたる内容です。座談会は、少人数で気軽に交流して頂き、途中の回や、興味のある回だけの参加も可能です。ご希望の方は、スタッフへお声かけ下さい。
(精神保健福祉士：日下美樹・足立萌美)

回	講義内容	開催日時
第1回	認知症の基礎知識	4月9日(金)
第2回	認知症と薬	5月7日(金)
第3回	認知症の人の気持ち、家族の気持ち	6月11日(金)
第4回	認知症の人への介護技術	7月9日(金)
第5回	利用できる制度	8月6日(金)

私の新人時代



【1病棟主任】
榎基宏

私は、以前勤めていた病院で働きながら学校に通い看護師免許を取得しました。当時同期入社で同じ看護学校に通っていた2人の同僚がいました。その2人は男性で年も近かったこともあり、プライベートでも仲良く楽しかった日々を思い出します。勉強が苦手だった自分も、その友人に支えられながら何とか課題をこなす事ができていた様に思います。夜は遅くまで仕事、帰宅後は勉強という日々でした。当時「勉強は看護師免許を取得するまで」と自分に言い聞かせながら学習していました。しかし、現在になっても学習から逃れることは出来ません。看護師免許取得は1つの通過点に過ぎなかった様です。実際に看護

師として仕事が始まると看護学校で習っていない事も多く、同僚に様々なことを実践の中で教わりました。アルベルト・アインシュタインの、「学べば学ぶほど、自分が何も知らなかった事に気づく、気づけば気づくほどまた学びたくなる」との名言があります。自分自身は本当に知らない事が多く学習をしなければならぬ現状があること、学生時代に抱いていた学習からの開放は無いということを知りました。患者さんに質の高い看護を提供していく為にも相應の学びが必要だと感じています。

年齢的にも新しい知識が入りにくく、忘れてしまう事も多くなってきていますが、モチベーションを維持し今後も学びを深めていきたいと思っています。

OTだより

高齢化が進み、身体機能の低下による合併症が増えています。身体的リハビリテーションでは、重錘(じゅうちん)バンドや杖を使用し個別で筋力強化訓練や歩行訓練なども行っています。今後も、より個別に合ったリハビリテーションの充実を目指したいと思います。

(作業療法士：先納 英実)



杖を使って歩行訓練を行っています。



重錘バンドを使って下肢筋力の訓練を行っています。

デイケアたんぽぽだより ~たんぽぽLunch栄養課さんとのコラボ企画~ 2021年2月27日

第1弾に引き続き第2弾は、お昼の給食をデイケア独自メニューとした「たんぽぽLunch」でした。色とりどりの副菜に、メインはホワイトソースから手作りのシーフードグラタン、デザートは今が旬の苺をあしらったロールケーキでボリューム満点のランチでした。

出来たて熱々グラタンのお味をメンバーさんに聞くと、「美味しいです!」「3つ星ですね・・・」など好評の声が多数聞かれました。今回の企画から提供まで担当してくださった栄養課の皆さん本当にありがとうございました。不定期開催ではありますが、次はどんな企画になるのか今から楽しみです!

(精神保健福祉士：鈴木 真一郎)



お薬の知恵袋

Q. お薬の飲み忘れを防ぐいい方法はありませんか?

飲み忘れを防ぐ工夫を紹介します。

- ・ 毎日、薬を飲む時間に目覚まし時計やスマートフォンアプリなどのアラームをセットする。
- ・ 薬のシートや薬包自体に日付を書く。
- ・ 手帳やカレンダーに記入する。
- ・ 薬ケースやカレンダー型服薬ツールなど利用する。
- ・ 薬を見えるところに置いておく。
- ・ 食前食後に飲む薬は食卓にだしておく。

※「どうしても朝起きれないので朝の薬が飲めない。」
「仕事の都合で薬を飲む時間が不規則になる。」
などの生活スタイルで、お薬の飲み忘れがある場合は、
医師に相談しましょう。



うらべ
(薬局長：卜部 深幸)

行事 ～花見散歩～ 2021年4月4日(土)

今年は、感染対策をしたうえで各病棟ごとに病院のまわりをゆっくりと見てまわる花見散歩を行いました！桜以外にもチューリップなど色とりどりの花も見ることができ、「久々に外に出て気持ちよかった」「桜がきれいだった」「来年も見れるかな」といった声が聞かれました。

お昼にはお花見弁当とお茶菓子を用意し、室内ではありますが春を感じリフレッシュしていただくことができたのではないかと思います♪
(行事運営委員：平林 茜)



地域の穴場スポット紹介

今回は、「普通の家？」と間違えてしまうほど、素敵な隠れ家カフェをご紹介します。
場所は、御幸町中津原 672 『café PLUS DOT (プラスドット)』さん。
古民家ほど古くはないですが、リノベーションされた店内は和モダンでとってもおしゃれです。

ランチは2種類から選べます。
前菜、プチパスタ、メインと、日により内容が変わってきますが、どれもとってもボリュームがあり美味しいです。😊
人気のデザートは、季節の果物を使って見た目もとってもかわいくておしゃれ♡

誕生日の時は、事前に予約をすると素敵なデザートプレートを作ってください。記念すべき日にピッタリ♪リクエストに応じて絵を描いてくださいます。

今は、テイクアウトも行っているため、お家でも美味しい食事を楽しめますよ♡



新人紹介



1. 好きな食べ物
2. 自分を動物に例えると
3. ステイホームの過ごし方
4. 今年目標

くぼち まさき
窪地 将樹 さん
【看護師】



1. 鳥のレバー
2. 鹿
3. 剪定や、畑仕事
(実家住まいのため)
4. 筋トレをしながら、体重を
57kgから65kgまで増やす

にしがた ちかよ
西形 愛代 さん
【世話人】



1. ポテトサラダ
2. 犬
3. 家中の断捨離
4. 仕事を大いに楽しむ努力をする事

外来担当医表

診療時間		月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	1診	院長	羽原	院長 (完全予約制)	石岡	徳岡	石岡
	2診	大加茂	藤原 (9:30から)	大加茂	藤田	山根 (5月~)	徳岡
	3診	高木			山根		大加茂 (第2,第4)
午後 15:00~16:30	1診	院長	羽原	大加茂	石岡	徳岡	
	2診	高木		中田	藤田	山根 (5月~)	
	3診						
休診日	日曜日・祝日						

管理者 馬屋原 健

※初診の方は予約制となっております。

あらかじめ、お電話でご予約をお取りください。

※外来担当医表は 4月現在

予約や受診に関するご相談は、医療福祉相談室まで

TEL. 084-976-1415

お問い合わせ時間：月～土 8:30～17:00(祝日は除く)

新型コロナウイルス (COVID_19)

インフルエンザ

風邪

アレルギー (花粉症)

4つの病気の症状チェック

	頻繁にある	時々ある	少しある	ほとんどない	ない						
	咳	発熱	息切れ	体の痛み	頭痛	倦怠感	喉の痛み	下痢	鼻水	くしゃみ	涙
COVID-19	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
インフルエンザ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
風邪	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
花粉症	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

参考 <https://www.co.carver.mn.us/home/showdocument?id=19659>

(米国ミネソタ州カーバー郡公衆衛生局が作成した早見表をもとに作成しています)

新型コロナウイルスの影響により外出を控えている皆様へ

監修：上地広昭・丹信介 (山口大学)

お家の中でもできる

心と身体の健康を維持するための



現在、新型コロナウイルス感染症の影響により外出を控えて自宅で長時間過ごされている方も多いことと思います。特に、感染した場合に重症化しやすい高齢の方や基礎疾患をお持ちの方におかれましては引き続き十分にご注意いただきたいとします。ただ、この状態が長期化した場合、家の外へ出ないことによる心身の健康への悪影響についても考えなければなりません。私たち日本ストレスマネジメント学会ライフスタイル実践領域部会では、以下のように、お家でもできる心と身体の健康を維持するための活動について提案させていただきます。ぜひ、お試しください。



<p>ら</p> <p>じおたいそう</p> <p>体温をしっかりと上げ、汗をかき、脱水を防ぎましょう。ストレッチや軽い運動をしましょう。</p>	<p>ま</p> <p>るめる・まわす</p> <p>筋肉をゆっくりに伸ばし、ストレッチや軽い運動をしましょう。</p>	<p>な</p> <p>んでもたべる</p> <p>バランスのよい食事をとって免疫力を高めましょう。お口回りの筋肉も鍛えられます。</p>	<p>さ</p> <p>さえる</p> <p>転倒に注意しながら、自宅の中で歩行練習をしましょう。天気のよい日は、歩みを進めて遠歩を練習してみましょう。</p>	<p>あ</p> <p>るく</p> <p>自宅の中で歩行練習をしましょう。天気のよい日は、歩みを進めて遠歩を練習してみましょう。</p>
<p>わ</p> <p>らう</p> <p>家の中に居るだけで、心と体の健康を維持しましょう。一度は挑戦してみてください。</p>	<p>や</p> <p>すむ</p> <p>時には休養も必要です。疲れている時は、休養をとりましょう。</p>	<p>は</p> <p>く</p> <p>心の健康のためにも、鼻から息を吐き、口から長く吐く呼吸法を身につけましょう。</p>	<p>た</p> <p>つ</p> <p>疲れたら、しっかりと休息をとりましょう。</p>	<p>か</p> <p>がむ</p> <p>足の筋力を鍛えたい場合は、太ももや腕やお尻の筋肉を鍛えるスクワットや、お尻の立ち離りなどの動作を行います。</p>

日本ストレスマネジメント学会
Japan Society of Stress Management
ライフスタイル実践領域部会
お問い合わせURL：<https://plaza.umin.ac.jp/jssm-since2002/>

編集 後記

新型コロナ流行に伴い世界中で様々な行事ごとが中止となりました。予定されているオリンピックが開催される事を願います。出来ないではなく、感染対策を考え工夫することにより少しずつですがイベント事が開催されています。すぐには以前の様な生活スタイルには戻れないと思いますが、新しい事は積極的に取り入れ、ポジティブに物事を考え出来る事を楽しんでいきたいですね。(広報委員 八木・門原・沖)



医療法人社団 緑誠会

光の丘病院

〒720-1147 広島県福山市駅家町向永谷302番地
TEL.084-976-1415 FAX.084-976-0954

広島県認知症疾患医療センター
TEL.084-976-1412

ホームページでも「曙光」をご覧ください

光の丘病院

検索

<http://www.hikarihp.com/>