



日向ぼっこ通信 第13号



医療情報、受信中!!

飯地院長主催の看護師研修会も
月1回実施♪



今回の「日向ぼっこ通信 第13号」は・・・

- ・「介護」をされるご家族様からの「声」(P1)
- ・新企画!! 温泉ソムリエ飯地院長の一聞一湯(いちもんいっとう)(P2)
- ・第4回 中谷クリニック杯 ゲートボール大会(P2)
- ・医療法人幸晴会 人財発見!
「小規模多機能ホーム 中谷」からの職員紹介(P3)
- ・サービス付高齢者向け住宅での生活のご紹介!
「ジ・アールの暮らし」(P4)
- ・我ら、リハビリテーション部 エピソード4(P5)
- ・ミニミニ介護保険情報 ～認知症を理解する～(P6)

「介護」をされるご家族様からの「声」

今年は平成26年。その平成26年も半年が過ぎました。これから本格的な暑い夏が始まりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

さて、今から遡る事16年前、平成10年に「中谷クリニック」「中谷クリニックデイケア」が八尾市南小阪合町にて開設されました。その後、平成12年4月介護保険制度が実施されました。

現在も皆さまへ医療に携わるクリニックとして、また、介護保険事業に携わる事業所として、各サービスを提供しております。

中谷クリニックでは介護保険サービスのご利用を希望されるご家族様からは様々なご相談を受け、ご支援、援助を行っております。今回の「日向ぼっこ通信」では、「介護」をされていますご家族様から、介護が必要となった際におけるご苦労された事等、お話しを改めて拝聴しました。

A様は現在、介護保険サービスの利用を受けながら生活を送られています。奥様は献身的にA様の介護を続けていらっしゃいます。



A様がデイケアのリハビリを受けている様子



A様は長年、農作業を営みながら奥様と共に生活を送っておられました。A様は脳の病気の後遺症により、介護が必要となります。

「介護をされているA様の奥様からの手記」

天正15年生主人です
長年農作業に一生懸命でした 突然平成13年
12月17日朝 6時30分ベットの横で倒れ救急車で
病院へ 脳の病気の疑い家族一同びっくりや心配です
でもリハビリも一生懸命のおかげで12月30日退院
出来ました 其の後血のサラサラの薬のみをのみ
島々作業中1つ出ると腹痛しました 平成22年頃
から色々病気をし入退院が繰り返しました
平成25年6月21日家で倒れ病院へ左半身マヒ
歩くことも出来ず毎日熱が続き月も閉じたまっていた
病院へ行くのが心配でした 1ヶ月で熱も下がりますが
歩くことは出来ません 其の後週2回リハビリと
週2日デイサービスに連れて頂いております
病人さんの介護は大変ですが
家族力全てががんばっております



温泉施設の脱

温泉を利用されたことがある方は、ご覧になられたことがあるかと思いますが、温泉の入り口や脱衣場等には、その温泉の源泉名、泉質、泉温、成分、禁忌症、適応症、入浴上の注意等が掲示されています。この中で禁忌症とは温泉を利用してはいけない病気や症状を指しています。例えば一般的には禁忌症として急性疾患（特に熱のある場合）、活動性の結核、悪性腫瘍、重い心臓病、呼吸不全、腎不全、出血性の疾患、高度の貧血、その他一般に病勢進行中の疾患、妊娠中（とくに初期と末期）が長らく挙げられてきました。この基準は昭和57年に国により定められたものですが、この4月に32年ぶりに「妊娠中」の文言を削除することが決められました。この「妊娠中」については、以前から根拠は不明で、私も参加いたしました国からの委託を受け

た日本温泉物理気候医学会の調査研究の結果、温泉浴が流産や早産を招くといった医学論文や研究はなく今回の入浴時の注意事項を定めた温泉法の基準見直しとなりました。

衣所などの掲示からも削除するよう、今年夏までに都道府県に通知される予定です。また今回の見直しではストレスの多い現代社会の実情を反映させ、温泉の効用に当たる「適応症」に睡眠障害やうつ状態、自律神経不安定症が新たに盛り込まれる予定です。日本での温泉利用の歴史は1500年とも1600年とも言われ日本書紀などにも記載があります。時代とともに利用の目的や温泉を取り巻く環境なども変化していくものと思われませんが、温泉好きの私としては、その時々々の体調や目的に合わせて各地の温泉地を今後も訪れたいと考えています。次回からは、私のお気に入りの温泉を紹介していきたいと思っています。ご期待下さい。



(写真：群馬県草津温泉)

Onsen Sommelier
温泉ソムリエ

vol.1

「変わる温泉の適応症と禁忌症」

飯地院長の
いちもんいっとう

『第4回ゲートボール大会』

無事終わりました☆



始球式を行う玉田常務理事と福森法人本部部長



来賓の田中誠太市長、谷畑孝衆議院議員、柴谷匡哉府議会議員

今年もあの熱い戦いの季節がやってきました。そうですね!! 中谷クリニック杯ゲートボール大会です。三年前よりこの大会が始まり今年で4回目を迎えることが出来ました。爽やかな五月晴れのもと、五月一七日(土)に開催されました。

場所は「曙町市民運動広場」。第一回大会よりこちらで大会をさせていただいております。

今回の大会参加者は約一六〇名、参加チームは二六チームという大きな大会となりました。

毎年のことではありませんが、中谷クリニックからも一チーム参加させて頂くことになりました。前回は、ゲートボール協会のご厚意で中谷クリニックは協会より公式にハンデを頂いていたにも関わらず、それを返上してハンデなしで戦い、結果ポコポコにされるといふ苦しい思いをしました。今回は素直にハンデをもらい、試合に挑みました。絶好のチャンスのある場面でもミスが目立ち、仲間割れる場面などもあり、一勝二敗と残念な結果に終わりました。(やはり何事も練習が必要です...)



中谷チームいざ出陣!! 少し緊張気味?!



運動前にはしっかりとラジオ体操



優勝チーム「龍華B」安定感抜群です☆



堤センター長、第一ゲート通過~!!

この日はお天気にも恵まれ、青空の下で各選手はしのぎを削っていました。優勝チームは「龍華B」でした。

本大会の開会式には、田中誠太市長、谷畑孝衆議院議員、柴谷匡哉府議会議員にもご臨席頂き、開会の挨拶も頂きました。また、当法人からも、玉田常務理事、福森法人本部部長が出席され、中谷クリニックからも9名運営職員として出向しました。怪我無く、無事に閉会でき、本当に良かったです。



探してみよう！(医)幸晴会の「人」「財」！

「人財」「人材」「人在」「人罪」
組織における分類として

以上のように職員の価値を表現することができます。

医療法人幸晴会では、約280人の従業員が日々医療・介護が必要な方々の支援・援助を行っています。

・介護保険関連事業13事業所 ・高齢者向け住宅4カ所
その中の「人財」となる従業員をピックアップさせていただきます。

今回の「人」「財」は？ 医療法人幸晴会になくてはならない存在！常に光輝く存在！その方は！



所属先：小規模多機能ホーム中谷

氏名：峯政 奈緒美

職種：ケアワーカー(介護職員)

趣味：ショッピング、雑貨屋めぐり

好きな食べ物：ラーメン(特にとんこつ)



洋服が大好きです！

～医療法人幸晴会における 人財たる軌跡～

平成24年11月 デイサービスセンター中谷 入職
平成25年12月 小規模多機能ホーム中谷 異動
平成26年 5月 日々勉強中です。目標は、介護福祉士の資格とケアマネジャーの資格取得です！頑張ります！！

座右の銘…「笑門来福」



レクリエーション活動を毎日、笑顔で盛り上げます

医療法人 幸晴会 小規模多機能ホーム中谷

上司から
心温まる



部下へ。
メッセージ。

ホーム長 堀川

いつも一生懸命明るく仕事に取り組んでおり、利用者様に対しても優しく笑顔で接している姿が見受けられます。接遇面で言葉遣い等に対する厳しい目線も持っており、周囲のスタッフにも刺激



スタッフみんなでポーズ！

になっています。面白い冗談を言って笑わせてくれることも多くみんなの人気者です。

ジ・アールの暮らし

サービス付き高齢者向け住宅の御入居者がどのような生活で過ごされているのかモデルケースをご紹介します。

モーニング ケア

身だしなみを整えて
ハリのある一日の始まり



生活リズムを整えて、
健康的な一日に！



朝食

朝ご飯をしっかり食べて
毎日元気に過ごしましょう



入浴

身体状況に応じて、ヘルパーの
支援を受けてお風呂タイム！



昼食

栄養バランスを考えた
手作りの昼ご飯に舌鼓！



毎日の美味しい食事は
一番の楽しみです！



買い物

日用品等のお求めは
スタッフとお買いもの



掃除・洗濯

ヘルパーの生活援助で
サポート致します

談話

他の入居者とお話を楽しんだり
テレビを見てゆったり過ごします

夕食

みんな揃っての食事は
自然と笑顔も増えますね！



ナイトケア・就寝



我らリハビリテーション部!

Episode ④ ー環境要因とまとめー

今回は転倒要因の一つである、環境要因について説明します。

研究によると…

「療法士の訪問調査による環境調整指導を行かせた結果、単回(1回)の介入により1年間の転倒発生率が介入群で有意に減少した」との報告があります。

では、具体的に環境をどう見るか挙げておきます。



作造(作業療法士)

■高齢者のための自宅における転倒予防チェックリスト(例)

チェック箇所	チェック項目	改善策
床 	部分的に敷物を床上にoidsしているか	敷物を取り除くか、ずれないように両面テープで固定する
	線やコードをまたがなければいけない状況にあるか	コード類を巻くかテープを用いて固定する
階段 	紙や靴・本など置いているか	階段には常に障害物がないよう片づける
	照明が正しく設置されているか	階段の両端に照明を設置してもらう スイッチに関しても両端にあるようにする 自動的に灯りが点くスイッチを用いるのもよい
	階段が滑りやすいか	滑り止めのゴム板を段に取り付ける
台所 	よく使うものが高い棚の上にあるか	よく使うものは腰の高さより低い棚に置く
	足台は安定しているか	必要であれば手すりのついた足台を使う 椅子を足台代わりに用いてはならない
浴室・トイレ 	浴槽内や浴室の床が滑りやすいか	滑り止めゴムマットを用いる
	浴槽の出入りや便座からの立ち上がりへ介助が必要か	浴槽内やトイレに手すりをつける
寝室 	ベッドサイドの照明に手が届くか	照明をベッド近くに設置する
	ベッドからトイレへの通路は暗くないか	終夜灯もしくは自動点灯ライトを設置する

■住環境整備のポイント

資金・手間・時間がかからない対策から順に介入させていく!

「ほんのわずかな心配り、単なる心がけ」次第で改善できるポイントが十分にあるということです。



理子(理学療法士)

■結語

在宅高齢者に対する転倒予防対策としては、**内的要因の改善策としての運動的介入**はもちろんであるが、上にも述べた**非運動的介入(環境調整・指導)**による効果も大きく、それらを包括的にアプローチできる立場にある我々、療法士の役割は大変重要であり、やりがいのある分野となっています。

何かお困りのことがございましたら、お気軽に相談下さい!



作造(作業療法士) 理子(理学療法士)

今回のミニミニ介護保険情報は、前回の続き「認知症」に関する情報をお伝え致します。

認知症はどうせ治らない病気だから医療機関に行っても仕方ないという人がいますが、これは誤った考えです。認知症についても早期受診、早期診断、早期治療は非常に重要です。

治る病気や一時的な症状の場合がある…正常圧水頭症とか、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫などの場合、脳外科的な処置で劇的に良くなる場合もあります。甲状腺ホルモンの異常の場合は、内科的な治療で良くなります。薬の不適切な使用が原因で認知症のような症状がでた場合は、薬をやめるか調整すれば回復します。ところが、こうした状態のまま長期間放置すると、脳の細胞が死んだり、恒久的な機能不全に陥って回復が不可能になります。一日も早く受診することが重要です。

早い時期に受診することのメリット…アルツハイマー病では、薬で進行を遅らせることができ、早く使い始めると健康な時間を長くすることができます。病気が理解できる時点で受診し、少しずつ理解を深めていけば生活上の障害を軽減でき、その後のトラブルを減らすことも可能です。

受診の内容…CT、MRI、脳血流検査などの画像検査、記憶・知能などに関する心理検査に加え、認知症のような症状を引き起こす身体の病気ではないことを確認する検査を行います。

「認知症の人と接するときの心がまえ」

「認知症の本人には自覚がない」は大きな間違い

認知症の症状に、最初に気づくのは本人です。もの忘れによる失敗や、今まで苦もなくやっていた家事や仕事が悪くいかなくなる等々のことが徐々に多くなり、何となくおかしいと感じ始めます。

とくに、認知症特有の言われても思い出せないもの忘れが重なると、多くの人は何かが起こっているという不安を感じ始めます。

しかし、ここから先は人それぞれです。認知症を心配して抑うつになる人、そんなことは絶対にないと思うあまり、自分が忘れていたのではなく、周囲の人が自分を陥れようとしているのだと妄想的になる人など。

認知症になったのではないかと、という不安は健康な人の想像を絶するものでしょう。

認知症の人は何もわからないのではなく、誰よりも一番心配なのも、苦しいのも、悲しいのも本人です。



「私は忘れていない！」に隠された悲しみ

現実には、少なからぬ認知症の人が、私はもの忘れなんかない、病院なんかに行く必要はない、と言い張り、家族を困らせています。早く診断をし、はっきりとした見通しを持って生活したい、本人を支えていきたいと願う家族にとって、本人のこうした頑なな否認は大きな困惑の元になります。しかし、その他の事柄についてはまだまだ十分な理解力や判断力を持っているのに、自分の深刻なものの忘れに対してだけ不自然なほど目をつぶる理由を考えてみましょう。

こういう人でも、他の認知症の人のもの忘れが尋常でないということはすぐにわかります。つまり、「私は忘れてなんかいない！！」という主張は、私が認知症だなんて！！というやり場のない怒りや悲しみや不安から、自分の心を守るための自衛反応なのです。周囲の人が「認知症という病気になった人」の本当のこころを理解することは容易ではありませんが、認知症の人の隠された悲しみの表現であることを知っておくことは大切です。

「厚生労働省ホームページより抜粋」
自然に、それが一番の援助です。
手伝いをすればいい。さりげなく、ちよっと手助けをして改札を通る札が通れないらしい、だったら、たまたま駅でまごまごしていたBさんは、認知症のために自動改札が通れないらしい、だったら、

友人としてすべきことは、認知症の障害を補いながら、今までどおり友達のAさんと付き合い続けることです。



健康な人の心情がさまざまであると同じように認知症の人の心情もさまざまです。「認知症の人」がいるのではなく、私の友達のAさんが認知症という病気になっただけです。

「認知症の方とかわる人の心がまえ」
だれでも自分や家族が認知症になる可能性があります。認知症という病気のことを理解したうえで、自分だったらどう生き抜くかということを考えなければ、認知症の人の支援は難しいのです。

<編集後記>

今回の日向ぼっこ通信はいかがだったでしょうか？
梅雨明けももうすぐですね。これから、本格的な夏となります。
節電の夏と今年も言われると思いますが、暑さに負けずこの夏を乗り切りましょう。

(編集員一同)

編集・発行

〒581-0016 八尾市八尾木北3丁目123番地

(電話)代表 072-993-5585

医療法人 幸晴会

法人理念

慈愛・信頼・創造・永続

豊かな心と高い志を持って医療・介護サービスを提供し利用者様や地域社会の信頼を得ることが、私たちに与えられた使命です。

医療法人 幸晴会 グループ事業所

- ① 中谷クリニック
 - 内科・皮膚科
 - 訪問看護・訪問リハビリ
- ① 中谷クリニックケアプランセンター
- ① 中谷クリニックヘルパーセンター
 - 介護タクシー

《通所施設》

- ① 通所リハビリテーション
 - ② こうせい苑デイサービスセンター
 - ③ デイサービスセンター中谷
 - ④ デイサービスセンター中田 2号館
- 《サービス付高齢者向け住宅》
- ⑤ ジ・アール(慈恵留)北木の本
 - ⑥ ジ・アール(慈恵留)中田 1号館
 - ④ ジ・アール(慈恵留)中田 2号館
 - ⑧ ジ・アール(慈恵留)八尾木

《地域密着型サービス》

- ② こうせい苑グループホーム
 - ③ 第二こうせい苑グループホーム
 - ⑥ 小規模多機能ホーム中谷
- 【八尾市指定・夜間対応型訪問介護】
- ① 夜間対応 安心コール中谷
- 【八尾市指定 定期巡回・随時対応型訪問介護看護】
- ① 在宅サポートセンター中谷

至 中央環状線
至 近畿自動車道

本町1
八尾小前
八尾市役所
青山町
八尾警察
郵便局
日光園2
JR八尾
JR関西本線
25号線
東老原

近鉄八尾
近鉄大阪線
近鉄山本

山本町南8
八尾市総合体育館
高安

久宝寺
太子堂
八尾木北3
高美町北
八尾木北6
八尾木西
八尾木交番東

① 八尾木北 3-123

② 北木の本 5-114

③ 北木の本 5-6-1

④ 中田 3-47-1

⑤ 八尾木北 5-107-2

⑥ 中田 3-54-26

⑦ 中田 3-44

⑧ 八尾木北 6-30

在宅医療・介護全般に関する問い合わせ、ご相談は随時承っております。
下記の電話番号まで、問い合わせください。

問い合わせは
中谷クリニックまで **072-993-5585**

ホームページ

幸晴会

検索