

～元気の出るエピソード～

患者様が入院されると、自宅ではない環境の変化に戸惑われます。私は、患者様が穏やかな落ち着いた気持ちで入院生活が過ごせるよう、患者様との何気ない会話を心掛けています。患者様の都合に合わせてお話を聞く時間を作り、その方の生活習慣や趣味などを聞き出すことから始めます。

認知症の方は人の名前は覚えることは苦手です。しかし、何度も会ったことがある顔見知りの関係が築けると、この人はいつもそばにいてくれる人、話を聞いてくれる人、と認識していただけます。先日、廊下ですれ違った時に患者様から視線を合わせ微笑みながら「ヨッ！」と手を上げて挨拶してくださいました。またある時は、「背の高い男のいる？」と私の名前が分からなくても、私の容姿を他のスタッフに伝え探して下さっていたと聞きました。患者様に少しは頼りにされているのだと感じ、うれしくなりました。認知症の方は記憶を保ち続けることは難しくても、感情が残ると言われています。この様な何気ない日常の関りから、患者様の信頼を得て、安心して入院生活が送れるよう援助していきたいと思えます。

3階病棟看護師 島田真史

診もり短歌



新しい年の初外来  
 新年の御慶交わして  
 シールド越しの診察始める  
 椅子に掛け  
 Dr.ねぎし

医療法人社団 心の絆

認知症専門病院 蓮田よつば病院

携帯からも当院のホームページにアクセスできます→



私たちは、大切な人に自信をもってすすめられる病院をつくりたい

よつば通信

1月号

発行日 令和6年1月1日

あけましておめでとうございます。皆様、新たな気持ちでお過ごしと思えます。

当院は、認知症を専門とした病院で、設立の理念は「私たちは、大切な人に自信を持ってすすめられる病院をつくりたい」です。私たちは、医の倫理(自律尊重, 無危害, 善行, 正義)と患者の権利(リスボン宣言)のもとに、患者様・従業員・社会の全ての満足(Total Satisfaction)のために、慈愛(charity)、協調(cooperation)、創造(creation)、挑戦(challenge)の「4Cのこころ」でいます。具体的な活動方針は、「身体拘束は原則おこないません」、「薬物は適正に使用します」、「言語的抑制(暴言や否定, 禁止, 制止の言葉)を最小限にします」、「地域と共に考え、貢献します」の4つです。特に「身体拘束は原則おこないません」は当院の特徴です。

自分の都合だけで考えるのではなく、目の前の人が一番大切な人だったらどうするかということが大切であると思っています。そして、地域に根差した認知症の病院になることを目指しています。本人や家族の方が困った時に、直ちに対応する気持ちでいます。

繰り返しになりますが、「私たちは大切な人に自信を持って進められる病院をつくりたい」をモットーに、皆様のお役に立ちたいと思っています。

院長 窪山 泉

外来案内

診療科目	月	火	水	木	金	土・日
午前 認知症外来	鈴木	脇山	脇山	鈴木	鈴木・脇山	休診
	非常勤医師		非常勤医師			
一般内科	窪山・丸山	丸山	窪山	窪山・丸山	窪山	
午後(新患のみ)	※適宜対応	※適宜対応	※適宜対応	※適宜対応	※適宜対応	

※内科受診に関しては、他院での受診をお願いさせていただく場合がございます。

受付時間	診療時間	面会時間
午前	午前	平日(月～金) ※祝日は除く
午後	午後	2階病棟 15:30-15:40 3階病棟 15:45-15:55 事前予約が必要です。
8:45～11:30	13:00～15:00	9:00～12:00
		14:00～17:00

※オンライン面会も引き続き実施しております。

病院方針

- ・身体拘束は原則おこないません
- ・薬物は適正に使用します
- ・言語的抑制を最小限にします
- ・地域と共に考え貢献します

～初めて外来を受診される方～  
 お電話での予約が必要になります  
 ・紹介状  
 ・お薬手帳をご持参ください。  
 予約時間の変更等につきましては、13時以降に外来にお電話下さい  
 ○休診日○  
 土曜・日曜・祝日は休診になります

蓮田市 毎月第一土曜日 10:00～12:00  
 認知症カフェ  
 はすカフェ  
 蓮田よつば病院 1Fフロアにて実施

～よつばご飯～



※写真は職員食になります。

献立  
 主食:カレーピラフ  
 主菜:もみの木と星のハンバーグ  
 副菜:ほうれん草とコーンのサラダ  
 副菜:冬瓜の洋風桜エビあんかけ汁:トマトコンソメ

栄養価  
 エネルギー:621kcal  
 たんぱく質:24.9g 脂質:23.2g  
 炭水化物:78.2g 塩分:5.0g  
 ※行事食の為、栄養価は少々高くなっております

12月といえば、クリスマスです。クリスマスはご高齢の方でも懐かしい思い出があるのではないのでしょうか。昔を思い出す事は認知症の治療に効果があると言われています。今年は、カレーピラフにクリスマスツリーをイメージしたハンバーグ、おやつにはショートケーキという華やかな献立で皆様にもクリスマスを感じて頂けたのではないのでしょうか。

管理栄養士 水野俊

蓮田よつば病院 当院は認知症専門の病院です  
 〒349-0114 埼玉県蓮田市馬込2163番地  
 電話:048-765-7777

医療法人社団 心の絆  
 よつば訪問看護リハビリステーション  
 電話:048-796-5157

蓮田よつば病院  
 テイクアわかば

## 看護部の取り組み

### アラエル(機械浴)を導入致しました!

平成21年の開業以来、患者様の入浴は歩ける方は大浴槽と一人用の個人浴槽を使用し、車椅子の方は車椅子で入る機械浴を使用しております。機械浴は日々進歩しており、今回新しい機械浴を導入するにあたり、看護師・介護士などと検討し酒井医療株式会社の「アラエル」を採用いたしました。

「アラエル」は、テレビのCMでおなじみの顔に油性ペンで書いたものがシャワーで消えるシャワーヘッド「ミラブル」を22個内部に取り付けた機械浴です。お湯を貯めずにシャワーで温める方式のため、スタッフ一同かなり抵抗がありました。そのため、酒井医療様の工場にお邪魔し体験入浴を行いました。その結果、想像以上に温かく、シャワーによる不快感もなく、操作も簡単なため今回の採用となりました。

実際入浴された患者様からも、「あったかい」という言葉を頂き、入浴後にピンク色の肌と体に触れたときの温かさから、採用して正解であったと感じております。介助するスタッフにとっても患者様から「気持ち良かった」と言われるとやりがいに繋がり、入浴の時間が笑顔であふれている光景はほのぼのとします。

今後も患者様の気持ちが前向きになり笑顔で生活できるよう、環境面からもアプローチしていきたいと思っております。



看護部長 佐藤 美佐江

## ～よつば訪問看護リハビリステーション～

ストレス社会といわれるこの頃、癒しという言葉が聞く機会がふえているような気がします。癒すには心の傷をいやす・病気をいやす(治療する)という意味があります。一般に癒しは「ほっとできること」等のイメージとしてとらえられていることが多いのではないのでしょうか。

生物はストレスを受けるとドーパミンやアドレナリンといったホルモンが分泌され交感神経が活発になります。一方リラックスして癒された状態は、セロトニン・オキシトシンといったホルモンが分泌されます。セロトニンは自律神経のバランスを整え、ストレスによる負担を緩和する作用があります。オキシトシンは幸福感を生み出す物質として注目されています。

癒しはリラックスした状態をもたらすストレスを軽減するための手段とも定義されます。具体的には深呼吸・瞑想・家族や友達と過ごす時間・動物と触れ合うこと・自然に触れること・片付け・買い物・映画音楽鑑賞・読書等、内容は人それぞれだと思います。ちなみに私にとっての癒しは動物や子供と過ごす時間・朝の散歩・お風呂につかる時間です。何かとストレスがたまりやすい現代の社会において、自分を癒すための時間を作ることは難しいかもしれません。しかし心身ともに健康に過ごすために日々の暮らしに自分を癒す時間を設け自分と向き合っていくことが大切だと思います。

新しい一年、皆様が自分を癒し健やかに過ごすことができる良い年になることを心より願っています。

よつば訪問看護リハビリステーション 本間 静香

## QOL推進部特集コーナー

### 当院の献立作成のプロセスについて

当院の献立は、患者様の身体状況やご病状により調整は致しますが、基本的には1日の提供エネルギー量1500kcalを基準として作成しています。今回はなぜ「1500kcalを基準」としているのか、基準の決め方や献立の作成方法をご紹介します。

基準の決定方法と献立作成のプロセス

・対象者の把握

適切な給食提供を実現するために、まず対象者の特性を把握します。これには入院患者様の性・年齢別の構成を確認します。これは毎年、10月1日時点の入院患者様を対象に行います。

・給与栄養目標量の設定

性・年齢別の構成を日本人の食事摂取基準(2020年版)と照らし合わせ、その中の推定エネルギー必要量の参考表を基に、入院患者様全員の平均的な必要量を算出します。その結果が1500kcalとなっております。そのほか、さまざまな栄養素の必要量も同時に算出し、給与栄養目標量を設定します。

※日本人の食事摂取基準(2020年版)とは、健康増進法第16条の2の規定に基づき、国民の健康の保持・増進を図る上で摂取することが望ましいエネルギー及び栄養素の量の基準を厚生労働大臣が定めるもので、5年ごとに改定されます。令和元年12月には、令和2年度から使用する新たな基準(2020年版)の報告書が公表されました。

・献立作成基準(約束食事箋)と食品構成の作成・見直し

設定した給与栄養目標量を基に、献立の作成基準となる約束食事箋と、目標量を摂取する為にはどのような食品をどの程度提供すればよいかの目安となる食品構成表の作成・見直しを行っていきます。

※当院では患者様の年齢構成にあまり変化が見られない為、2015年から大きな変更はおこなっておりません。

・献立の作成

これらのデータを基に、季節や患者様の好みを考慮しながら1日1500kcalの献立を作成していきます。その献立を基に、個々の患者様に合わせ、主食の量や補食を調整することで提供エネルギー量を調整していきます。

以上のように、当院の栄養科では常に患者様の状態を把握し、季節や嗜好に合わせ、患者様それぞれに適切な献立を作成し調理・提供しております。

管理栄養士 水野俊

### ～よつば病院作業療法風景～

#### クリスマス会



#### 柚子の袋詰め(冬至)



### 今月の予定

- 誕生会 2階・3階病棟 随時おこないます
- 認知症予防教室 1月27日(土)10時～11時30分
- はすカフェ 1月13日(土)10時～12時
- 理美容 第2・第3木曜日
- 新年会 1月中旬予定