

～元気の出るエピソード～

認知症の症状改善方法の一つに回想法(自分の過去や昔のことを話す)があります。日頃患者様と接している中でその効果を実感することが度々あります。

ある日私が北海道へバイク旅行に行った時の写真を90歳の男性患者様に見せると「ここへは行ったの?」「あそこは良いとこだよ」と過去に行ったことがある場所を思い返し、目を輝かせながら話してくださいました。入院時に車椅子とベッドとの移動に職員の介助が必要だった方ですが、その日は車椅子からベッドへの移動で介助しようとした時、「自分でできる!」と自分で車椅子からベッドへ移動されたのです。

私は介助することが仕事ですが、患者様の機能回復の可能性を潰してしまっているのではと深く反省しました。また、旅行した頃のことを話したことが前向きに取り組む気持ちへの一助になったのではないかと今では考えています。

患者様自身が病気と前向きに向き合い続けていくための適切な関わりを日々模索しながら私自身勉強させて頂き、今後も成長していきたいと考えております。

2階介護福祉士 武井基英



外来案内

診療科目	月	火	水	木	金	土・日
午前 認知症外来	鈴木	非常勤 医師	非常勤 医師	鈴木	鈴木or非常勤医師 (隔週)	休診
	池田		担当医 (6/8、6/29のみ)			
一般 内科	窪山・永川	永川	窪山	窪山	窪山・永川	
午後(新患のみ)	※適宜 対応	非常勤 医師	※適宜 対応	非常勤 医師	※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	午後	午前	午後	
8:45~11:30	13:00~15:00	9:00~12:00	14:00~17:00	現在 面会制限中※

※入院患者様への面会は木・土の予約制となっております。ご了承ください。スカイプを利用したのオンライン面会も予約制のためご連絡ください。

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
デイケアわかば

診もり短歌



病院内カフェのひと時
ためこめしストレス緊張
ほぐさんと
介護者つどう院内カフェ
Dr.ねぎし

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
はすカフェ
蓮田よつば病院 1Fフロアにて実施

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 6月号

発行日 令和4年6月1日

季節は入梅のころとなりましたが、皆様体調お変わりございませんでしょうか。日本は世界に例をみない速度で高齢化が進んでおり、高齢者の割合が平成後期から令和前期にかけて急激に増加すると予想されています。

高齢者の5人に1人は認知症の前駆段階(MCI:Mild Cognitive Impairment)といわれています。MCIは物忘れが主たる症状ですが、日常生活への影響はほとんどなく、認知症とは診断できない状態をいいます。MCIから軽度認知症は、5年で40%の割合で移行すると考えられています。一方でMCIの状態で見れば30%前後の割合で、もとの健康な状態に回復できるともいわれています。MCIから認知症への進行を防ぐためには、バランスの良い食事をとることや適度な運動、読書や楽器の演奏などの認知機能トレーニングが有効と考えられています。

当院では認知症の早期発見を目的としたMCIスクリーニングテストを行っています。MCIスクリーニングテストは、アルツハイマー型認知症の原因となるアミロイドβという老廃物を排除する役割をもつタンパク質を調べることでMCIリスクを検査するというものです。当院では、MCIスクリーニングテストと同時に神経心理学的検査を行い認知症の疑いがあるかも評価します。

何か物忘れ、認知症でご不明な点やご不安な点がございましたらお気軽に声をかけていただきますようお願いいたします。

薬剤科 阿部圭吾



～よつばご飯～



※写真は職員食の写真となります。

5月のこどもの日の行事食は、視覚から刺激が与えられるよう、鯉のぼりの形のハンバーグを使った可愛らしい献立にしました。今年も外出が難しく鯉のぼりを見に行くことができなかったため、食事で鯉のぼりを楽しんでいただき、そして視覚への刺激を促し、その刺激が認知症の治療に繋がればと考えています。

献立
主食: 筍ご飯
主菜: 鯉のぼりハンバーグ
副菜: もやしの洋風煮
副菜: シーザーサラダ
汁: コーンスープ

栄養価
エネルギー: 551kcal
たんぱく質: 19.9g 脂質: 20.6g
炭水化物: 69.9g 塩分: 4.8g
※行事食につき、栄養価は若干高めとなっております

管理栄養士 水野俊

看護部の取り組み

重度認知症デイケアにおけるパーソン・センタード・ケアを実施した能力維持の試み
デイケア 萩野祐一 渡邊美香

〈はじめに〉

今回、怒り、感情失禁により社会生活に支障をきたすようになったアルツハイマー型認知症のデイケア利用者に対して様々な環境要因を考察し、個人を尊重した文献を基に関りを実施したのでここに報告する。

〈事例紹介〉

・対象患者:M氏 77歳 女性 ・診断名:アルツハイマー型認知症 長谷川式5点
・中核症状:記憶障害 見当識障害 実行機能障害 失語 失行 行動 心理症状 易怒性 感情失禁

〈目標〉

心理的不調を生じている利用者に対してその人らしく生活できるよう、パーソン・センタード・ケアを基に、生活歴や習慣、趣味などの背景に着目し関り能力維持をサポートする。

〈看護実践〉

対象者は他利用者との発言によるトラブル、感情失禁が見られるようになり、コミュニケーションの理解が出来ない、ルールが分からない、易怒性が上がるなどの行動が目立ち多職種ミーティングを実施し、各職種の視点を合わせて評価し環境を整え関わっていった。資料として青森中央学院大学研究による日本国内で発表された個別の視点を重視したケア介入に着目した。

1人席では不安言動がみられ、人数が多いと情報が多く混乱する為、干渉してくる他利用者は席を離す事から行った。またラジオ体操の参加を促し、ラジオ体操後も不穏にならずに過ごせた時はフロアでの滞在時間を徐々に増やしてみた。食事は声掛けや見守り、お膳や箸を本人にお渡しするなどの一部介助が必要であったが、食事摂取している他利用者の食べ方を見ている様子があり、介護士から箸を差し出すと自ら箸を受け取り完食できた。音楽鑑賞は手拍子をされ笑顔で楽しんでいる様子が見られたが隣に座った他利用者とは会話したところ、「もう帰りたい」と怒り、理由を聞いても「分からない」「もう嫌だ」と席を立つなどの言動があり、外のベンチに誘導し環境を変えたところ徐々に落ち着くことができた。

〈考察〉

今回、刺激が多い環境で長時間の滞在は難しいと考えたが、不調の兆候をスタッフが見逃さず介入すれば、フロアでも過ごすことが可能であった。体操好きな個人の情報を踏まえて環境調整することで、実施できるものを取り戻すことが出来たと考える。元々の性格や傾向を把握しておくことの大切さを改めて知ることが出来た。他者の行動を見て箸を持つなど実行機能障害のある利用者の援助として残存機能を最大限に生かすにはすべて手助けするのではなく、きっかけを作ることが大切であり、短時間ではあるがフロアの移動を通して活躍できる機会を提供できたと考える。

〈終わりに〉

認知症を一律にとらえるのではなく、様々な要素を踏まえてケアを行っていく必要性「一人の“人”として尊重してケアをしていく」というパーソン・センタード・ケアの考え方を実践する事により、BPSD改善が見られた。トム・キッドウッドが提言しているように本人の声に耳を傾け、一人の“人”として尊重するケアは、認知症の重度化していた状態から、その方本来の姿を引き出すことを可能にするということが分かった。

〈参考文献〉

六角涼子:(総論)セルフケア能力を引き出すにはまず“アセスメント”からCOMMUNITY CARE2012—10
中川孝子、藤田あけみ、西沢義子:「その人らしさを尊重したケア」に関する文献検討-認知症高齢者への実勢に向けて-青森中央学院大学研究紀要第27号 学校法人青森田中学園創立70周年記念号



QOL推進部の取り組み

認知症予防が期待できる献立

以前よつば通信で「認知症予防が期待できる献立」を紹介させていただきましたが、大変ご好評をいただきましたので、今回はその続編を掲載させていただきます。

まずは「認知症予防が期待できる食材」をもう一度おさらいしてみましょう。代表的なものが血液をサラサラにすると言われる青魚です。血液をサラサラにすることで、認知症と関係の深い脳梗塞のリスクを減らす事が出来ます。緑黄色野菜(中までしっかりと色のついた野菜)や玉ねぎも血液サラサラ効果が期待できます。オリーブオイルやココナッツオイルなどの中鎖脂肪酸を多く含む食用油は、素早く脳の栄養となることから認知症予防効果が期待できると言われています。

鮭・海老・蟹に含まれる色素のアスタキサンチンの抗酸化作用に認知症予防効果が期待できると言われています。トマトに含まれるリコピンや、緑黄色野菜に含まれるビタミンにも抗酸化作用があります。最近の研究では、きのこ・大豆・コーヒーなどにも認知症予防効果が期待できると言われています。貝類には脳神経に必要な栄養素であるビタミンB12が多く含まれているほか、うまみ成分も多く含まれている為、認知症予防に重要な減塩にもなります。ビタミンB12はチーズにも多く含まれています。

しっかりと食べて脳に栄養を送ることも認知症予防に重要です。香辛料やお酢は食欲増進効果が期待できるので、食欲がないときには活用してください。これらには腸の動きを良くする作用もあり、便秘解消効果も期待できます。

これらの食材を使った管理栄養士おすすめの「認知症予防が期待できる献立」をご紹介します。

鯖缶と魚介とチーズのアヒージョ(オリーブオイル煮)

材料(2~3人分)※分量は目安です

- 鯖の水煮缶詰…1缶
- むきエビ…60g
- 貝類(あさり等)…30g
- カマンベールチーズ…60g
- きのこ(マッシュルーム等)…50g
- ミニトマト…4個
- ブロッコリー…1/4株
- 玉ねぎ…1/2玉
- にんにく…1片
- 唐辛子…1/2本
- オリーブオイル…150ml
- 塩・こしょう…少々

調理法

- ① にんにく・唐辛子はスライスし、他の食材は食べやすい大きさにカットする。
- ② 小さめの鍋に全ての食材を入れる。
- ③ ②を中火にかけ、食材に火が通ったら塩・こしょうで味を調える。



管理栄養士 水野俊

~よつば病院作業療法風景~

塗り絵



風船卓球



今月の予定

○誕生会 2階・3階病棟
随時おこないます

感染症対策のためはすカフェ、
認知症予防教室、クラブ活動
等を中止させていただきます。
ご了承ください。