～元気の出るエピソード～

今回は地域医療相談室からのエピソードをお伝えさせていただきます。

先日、コロナ禍で中止していた地域住民の方々を対象にした「認知症予防教室」を久しぶりに開催させていただきました。

コロナ前より参加者が激減してしまい、少し寂しい気持ちでいたのですが、参加者の方々から「やっぱり予防教室はいいね！」と笑顔で元気にお声かけいただき、「どうにか元気に過ごしていました。」「久しぶりに会えてよかった。」等のお声かけをいただき、今回の予防教室を通して私がとても元気を頂きました。

改めて、皆様が元気でいきいきとその人らしく生活できる地域づくりに今後も尽力していきたいと思っております。

QOL推進部　稲橋秀樹

診もり短歌

～介護者に好かれ愛される老い人の笑顔～

介護者に好かれ愛さる老い人の
忍がおそのまま　仏のごとし

Drねぎし

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（5/17、5/31のみ）			
	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	午後	午前	午後	
8：45～11：30	13:00～15:00	9：00～12：00	14:00～17:00	平日　月～金 （祝日は除く） 15:30-15:40　2階病棟 15:45-15:55　3階病棟

※通常・オンライン面会のどちらも行っております

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
〇休診日〇
土曜・日曜・祝日は休診になります

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
ディケアわかば

蓮田市 認知症カフェ
毎月第一土曜日
10：00～12：0
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ます

よつば通信 5月号

発行日　令和 5年 5月 1日

五月晴れの爽やかな日が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

日本は世界に例をみない速度で高齢化が進んでいます。高齢者の割合が近年急激に増加しており、それに伴い認知症患者様の増加も予想され、医療・介護だけでなく、経済的にも深刻な社会問題となっています。

当院では、認知症についての正しい知識を提供し、認知症患者様やその家族様が生活しやすいよう、きめ細かなサポートを行っています。

認知症に対する予防策としては、健康的な生活習慣の維持や、ストレスのない環境づくり、脳トレ等の認知症予防トレーニング、社交活動や趣味活動で身体と脳の刺激をすることはもちろんのこと、定期的な健康診断も重要です。

認知症に対する治療としては、コリンエステラーゼ阻害薬と抗NMDA受容体拮抗薬という二つのカテゴリの治療薬が使われています。いずれの薬も認知症の原因そのものではなく、認知症を発症したことにより、不足もしくは過剰となった神経伝達物質をターゲットとした治療薬であるため、いずれも認知症を完全に治す薬ではなく、認知症の進行を遅らせる薬として知られています。

一方米国では認知症の原因の一つとされるアミロイドβをターゲットとした薬が条件付きで承認されました。この薬は軽度アルツハイマー型認知症の認知症状の悪化を軽減させることが期待されている薬で、現在その効果を追加試験している最中です。この薬以外にも現在認知症の根治に向けて世界で100個を超える抗認知症薬が開発、臨床試験されています。

今後も新しい情報を皆様に発信していくことが専門病院としての責務だと考えています。何か認知症についてお困りな事がございましたら、お気軽に当院にご相談ください。

薬剤科　阿部　圭吾

～ よつばご飯 ～

※写真は職員食になります。

献立
主食（主菜）：菜の花とあさりのかきたまうどん
副菜：胡瓜と春雨の梅サラダ
副菜：春巻き
デザート：きな粉プリン

栄養価
エネルギー：455kcal
たんぱく質：16.1g　脂質：13.8g
炭水化物：57.3g　塩分：6.0g

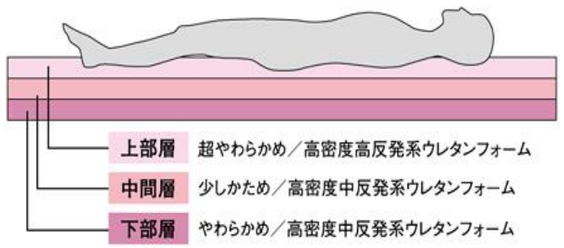
季節を感じることは認知症の患者様にとって良い刺激となると言われています。春は菜の花や桜の季節ですので、食事からも春を感じて頂けたらと思い、菜の花をイメージした麺の提供を行いました。今が旬のあさりも使い、より季節を感じられるようにしました。

管理栄養士　水野俊

看護部の取り組み

入院用マットレスを新しくいたしました。

若葉の候、皆様にはご清祥のことと存じます。
日頃より当院の運営にご協力いただきありがとうございます。
この度、使用していた入院患者様のマットレスをモルテン社製「ナッソー」という快適な寝心地と動きやすさを探求したR4年5月販売開始の最新モデルに変更いたしました。「ナッソー」は3層構造になっており、起き上がりの際に手のひらや肘をつくところはやや硬めで、お尻のところは過剰な沈み込みを防止し腰痛対策が施されています。踵のところは細かいスリット加工で荷重を分散し足や踵にかかる圧を低くしてあるマットレスです。
最近はプロスポーツ選手から一般社会の人々まで、睡眠の質にこだわる時代になってきております。認知症患者様にとっても、睡眠はとても大切です。アルツハイマー型認知症の原因物質であるアミロイドβ（ベータ）は、睡眠時に流されると言われており、認知症患者様にとっての良い睡眠は治療の一助となります。ご高齢の方も多く、体の痛みや動きにくさから床ずれの心配もあります。睡眠の質と床ずれ防止のためにも、新しいマットレスが効果的になるようスタッフ一同援助していきたいと思いますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



看護部長　佐藤　美佐江

職員紹介

令和4年9月から3階病棟に入職いたしました、永井瑞穂です。
しばらく子育てのために仕事から離れておりましたが、数年ぶりに復帰いたしました。以前勤務していた内科病棟でも、認知症の患者様が多くいらっしゃいましたので、専門的に認知症看護を学びたいと思い入職いたしました。
患者様一人一人にさまざまな症状があり、より個別性の高い看護が求められる認知症看護の奥深さを感じております。患者様がより良い状態へと過ごせるよう、知識や技術を身につけ、寄り添った看護を提供できるよう努めてまいりたいと思います。どうぞ、よろしくお願いいたします。

3階病棟看護師　永井　瑞穂

認知症予防教室の開催

当院は認知症専門病院として、認知症の治療やケア、リハビリに積極的に取り組んでおりますが、同時に認知症予防についての取り組みを作業療法士が中心となって取り組んでおります。
厚生労働省から発表されている認知症施策（新オレンジプラン）の中でも認知症予防の研究開発は大きな柱となっており、様々な研究がされているところです。
当院では、作業療法士の一人が、国立長寿医療研究センターが開発した認知症予防プログラムである【コグニサイズ】の指導者として認定され、認知症予防専門士指導者も取得しております。コロナ禍前から月１回当院にて認知症予防教室を開催させていただいておりました。コロナ禍においてしばらくの間、中止しておりましたが、４月より改めて**毎月第4土曜日、10：00-11：30**のお時間で再開させていただく運びとなりました。
認知症予防には、食事や生活習慣、睡眠、運動、知的活動などを総合的に行っていくことが大切と言われていますが、やはり現在の医学の中ではいまだ解明できていないこともあり、完全に予防していくことは難しいと言われています。
私たちよつば病院では、認知症になっても安心してその人らしく生活していくことができるよう生活障害の改善とコグニサイズや社会的な活動の実践により脳の予備能力の活性化による認知症予防に取り組んでいき、よつば方式認知症予防プログラムの実現を目指していきたいと思っております。
ご興味のある方はお気軽に認知症予防教室にご参加ください。
ご参加ご希望の際には下記連絡先までご連絡ください。多くの方々のご参加をお待ちしております。

お問合せ先：蓮田よつば病院　TEL048-765-7777
QOL推進部　作業療法士　加藤貴大・石川英樹・稲橋秀樹まで

≪コグニサイズとは≫
運動と認知課題（計算、しりとりなど）を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表した造語です。英語のcognition (認知) とexercise (運動) を組み合わせて、cognicise（コグニサイズ）と言います。

～よつば病院作業療法風景～

コーヒー療法

外気浴

今月の予定

〇誕生会　2階・3階病棟
随時おこないます
〇認知症予防教室
5月27日（土）10時～11時30分
〇はすカフェ
5月13日（土）10時～12時
〇理美容
第2・第3木曜日
〇新茶会
5月上旬予定