



あっはれ

やさしさの処方箋

〈天本病院の認知症ケア〉

- ・わたしらしく生きる
- ・一次救命処置について
- ・夏バテ防止レシピ
- ・ケアマネジャーと合わないと感じたら

天本病院院長 及能 克宏

認知症の方が安心してケアの実例

病棟で実践中!



好きなことに集中しておだやかに。会話もはずむ

ある患者さんは、編み物をきっかけに落ち着きを取り戻し、周囲との関係も良好になりました。それまでは「トイレに行きます」「帰らなくちゃ」と、常に落ち着かない様子でしたが、ご家族から「編み物が好きだった」と伺い、道具をご用意したところ、自然に手が動きはじめたのです。「とてもお上手ですね」「すてきでしょ」——そんなやりとりが患者さん同士の間にも生まれ、会話のきっかけにもなりました。このように、趣味や好きなことなど「やることがある時間」を持つことは、認知症の方にとって大切です。病棟では、お気に入りの物をご持参いただいたり、患者さん同士の相性にも配慮した環境づくりを行っています。



回復期リハ病棟
看護師(入職9年目)。
「どんなに忙しくても、自分だったら、自分の親だったら、という気持ちを忘れずにいたい」

病棟で実践中!



見やすい場所にメモを貼る。記憶を補う工夫

「誰かー! 午後の予定は?」と、大きな声で人を呼ぶ患者さんがいらっしゃいました。何度お答えしても繰り返して尋ねられるため、紙に予定を書いてお渡しすると、じっと見つめて落ち着かれたのです。認知症により、時間の流れや状況がわからず、不安を感じていたのですね。それ以来、夜中に目が覚めても、貼ってあるメモを確認し、「まだ朝食までは時間がある」と予定を理解され、安心して過ごされるようになりました。ほんのひと工夫ですが、それで安心されるのなら、こちら嬉しいものです。その方に合わせたケアの大切さを、改めて実感しました。



地域包括ケア病棟
看護師(入職2年目)。
「研修や本で学んだ認知症ケアの有効性にびっくり。小さなことでも効果てきめんです」

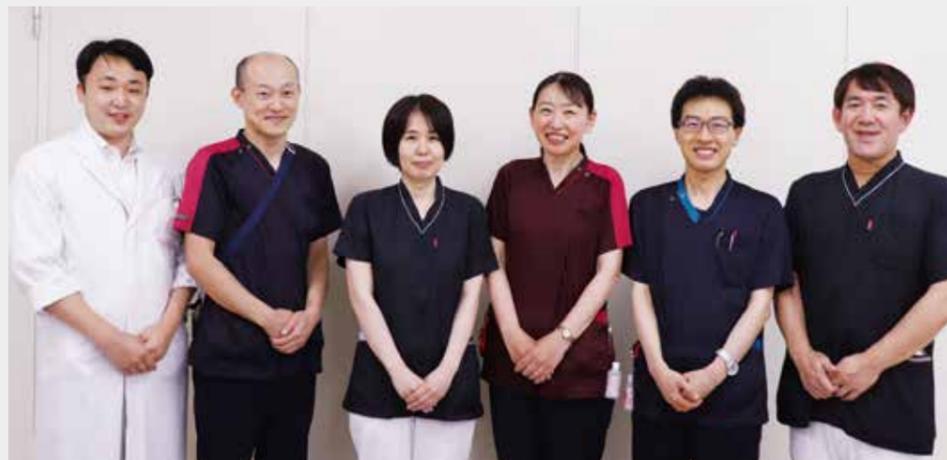
他にもたくさん実践中!



この日の委員会では、患者さんとの会話を大切に信頼関係を構築したことで、リハビリに積極的に参加されるようになった例を共有。



ケアの好例は院内新聞で紹介。この活動は今年の認知症ケア学会で受賞し、高評価を頂きました。



各病棟に配置された「認知症ケア検討委員会」のメンバーたち(一部)。
看護師、作業療法士、公認心理師、社会福祉士など。

全職員で取り組む認知症ケア
あいせーふティネットでは、すべての新入職員を対象に認知症ケア研修を実施しています。
医療専門職に限らず、受付や事務、送迎ドライバーを含む全職種が、認知症への正しい理解を持ち、高齢の方が感じるさまざまな不便に配慮できるように、教育に力を入れています。
多くの入院患者さんを抱える天本病院では、近年、認知症の方が急増しています。骨折や内科疾患などの治療目的に加えて認知機能の低下が見られる場合、スムーズな治療のためにも、その方に合った関わりが必要となります。そのため、院内に設置された認知症ケア検討委員会では、日々の現場で直面する課題や、実際に効果があつたケアの工夫を毎月持ち寄り、職種を超えて共有しています。こうした取り組みが、病院全体の認知症ケアの質向上につながっています。

小さなことを誠実に。患者さんの気持ちになって考える。
天本病院の認知症ケアは、特別なものではなく、日々の小さな積み重ねです。その核となるのが「あいせーふティネットの認知症支援4つの基本方針と7つの提言」です。病棟全体の認知症支援を担う認知症看護認定看護師・曾谷は、こう語ります。「どの病棟でも、患者さんのために考え、自然に実践できていることが伝わってきます。一人ひとりの気づきや思いが集合知となり、良い結果を生んでいると感じます」。
当院では「いつ・どこ・どのような状態でも、個性や意志、能力を尊重した生活を実現しよう」という理念のもと、その人らしさを大切に、意志をくみ取った支援を心がけています。また、認知症の方にも伝わりやすいコミュニケーションや、安心できる環境づくりにも力を入れています。こうした日々の実践を通して、患者さんやご家族に安心と安全を届けられる病院を目指しています。

患者さんの笑顔のために、わたしたちができること

やさしさの処方箋

天本病院の認知症ケア



あいせーふティネットの
認知症支援

一次救命処置について



あいクリニック 地域連携科長
高妻 岳広
(こうづま・たけひろ)

【専門】
内科
国内外の病院で救急から総合診療まで担当。コーヒーソムリエ、愛犬家の顔を持つ。

初めまして。
4月よりあいクリニックの常勤医となりました高妻と申します。今回は一次救命処置について紹介します。
いきなり「一次救命処置」といっても、何のことかよくわからない方が多いと思いますので、まずはこの処置について簡単に説明します。
例えば、駅のホームで目の前の人が急に胸を押さえて倒れたとしましょう。患者さんは既に意識がなく、見たところ、息もしていないようです。こういった場合、どうしましょう? また、レストランで食事をしていたところ、別のテーブルのお客さんが喉を詰まらせたように両手で自分の首を押さえています。見るからに窒息しているようですが、どうすれば

窒息を解除できるでしょうか?
一次救命処置とは、このように目の前で急変された方に遭遇した場合に救急隊が到着するまでの間に行う応急処置のことです。英語でBasic Life Support、略してBLSと呼びます。今回は、目の前で意識を失った方を自撃した際に救急要請するまでの流れについて見ていきましょう。
①まずは周囲の安全確認です。
患者さんの周りは車の往来が激しい場所ではないでしょうか? これから様々な処置を行うにあたり、まずは自分自身の安全をしっかりと確保しましょう。
②次に、患者さんの反応の確認です。
倒れた際に首を痛めている可能性がありますが、患者さんの顔や頭ではなく肩を叩きながら「大丈夫ですか?」と大きな声で呼びかけましょう。
③それでも反応がない場合は迷わず救急要請(119番通報)を行い、近くの方にAED(自動体外式除細動器)を持ってくるよう指示してください。
それから先は通信司令員の方の指示に従ってあげばOKです。おそらく呼吸の確認や胸骨圧迫の指示などが来ると思いますが、落ち着いて通信



7月にあいクリニックで開催された講習会の様子。医師や看護師、ケアマネジャーなど50名近い職員が参加した。

司令員の方が言われるとおりに動けば問題ありません。
先日、職員向けにこういった処置を学ぶBLS講習会を行いました。将来的には患者さんやそのご家族、市民の方々にも広く学んでいただければと思いますので、興味がある方はぜひお声がけください。
今回は目の前で人が倒れた場合の初期対応についてのお話でした。何かの参考になりましたら幸いです。

わたしらしく生きる

在宅ケアの現場を訪ねて

角間 彰(かくま・あきら)さん(76歳)

多摩市在住
あいクリニックデイケア、あいフィットネスサロンさくら、ケアプランセンターあいクリニックをご利用中。



カメラと共に駆け抜けた半生

「もう少し視線上げて。いいね、そう」慣れた様子で次々とシャッターを切る角間さん。それもそのはず、元カメラマンです。
「最初の仕事は航空自衛隊で整備をやっていた。でも反りが合わず辞めちゃってね。写真は小学生の頃から好きで高校も写真部。それでカメラマンのアシスタントになったの。」
ある日、宮崎駿の兄貴が広告代理店に連れていってくれて、「この人今日からフリーになったから、仕事あげてよ」って紹介してくれた。それがキャリアのはじまりかな。コマースヤルの物撮りからファッションモデルやタレント、住宅雑誌に教科書の撮影まで色々やったよ。楽しかった。当時はデジタルじゃないから、色の調整が難しいんだよね。光の加減で微妙に変わっちゃう。それが見極められないとプロとして通用しないし、次の仕事はこない。でもあんまり大変だと思ったことはなかったかな。いい時代だった。たくさん稼いだけど、全部飲んじゃった。職業柄モチだよ。しょうがないね(笑)」
繰り返されるエピソードから、当時の充実した職業人生が伝わってきます。そんな角間さんが、ある日突然、

脳卒中に見舞われたのは、60代後半の時でした。
「家でタバコを吸っていたら、なんかおかしいなって。すぐに救急車で運ばれたら脳出血だった。お医者さんは脳の半分近くがダメになってるから、もう起き上がれないかもと言われてたね。4か月入院して、かみさんのことも心配だったから半ば強引に家に帰ったの。体の半分は麻痺が残ったけれど、今ではこうして普通に座れるし、指先もなんとか動くようになった。最初の頃は家でもよく転んだし、麻痺しているからストロークの熱さがわからず大やけどしたりと大変だったね」
現在は、デイケアとデイサービスを併用しながら、週3回リハビリを継続されています。元カメラマンという経歴を伺ったスタッフのたつての願いで、利用者向けのお便りなどに使用する写真撮影をお願いしています。
「以前のようにはいかなけれど、シャッターだけは切れるから。この間は孫の成人式を撮ったよ。今の目標は、もう少し普通に歩けるようになること。それが一番。だからリハビリは続けている。家だとやらないけれど、こういう施設に来れば続けられるからね」



撮影時にはポーズの提案も。モデルの笑顔が自然に引き出すのはさすがです。



誕生日を迎える利用者さんの撮影を担当し、デイケア通信に掲載。



おだやかな口調で語ってくださる角間さん。笑顔が素敵です。

5/20
(火)



満員御礼

図書館で認知症セミナー

リニューアルした多摩市立中央図書館にて、初めて認知症セミナーを開催しました。講師は認知症の診察に日々たずさわる天本病院の及能院長。男性の参加者が多く、会場は超満員でした。次回は2月頃に開催予定です。



5/25
(日)



ひろがるボッチャの輪

当法人では地域の健康支援としてボッチャの普及啓発に力を入れています。5月に開催された多摩市の大会には3チームが参加。見事上位入賞を果たしました!



6/5
(木)



河北総合病院が生まれかわりました

杉並区の河北総合病院が7月に新築移転オープン。竣工見学会には、多摩事業部からも多くの職員が応援に駆け付け、賑わいました。



7/18
(金)



ウクライナ政府高官が来日

日本の高齢者医療を参考にしたいと、ウクライナの社会施策省大臣など7名が来訪されました。天本病院や介護施設など5か所をご案内しました。



今後のイベント情報

- 9/20(土) 永山フェスティバル(ベルブ永山)
毎年人気の体成分分析InBody測定と、子ども向け工作教室を出展します。
- 9/26(金) 地域包括ケア共創ラボ(パルテノン多摩)
近隣の医療・介護関係者向けのセミナーと交流会を初開催します。
- 10/11(土) オータムコンサート(施設内)
天本病院、あい老健、ほたる、天の川の利用者さんとご家族をご招待。今年も心に響く美しい歌声をお届けします。
- 11/15(土) ハッピーエイジングフェスタ(パルテノン多摩)
市民公開講座が新しいイベントに進化します。乞うご期待!
- 毎月開催! からきだ匠カフェ(プラネットカフェ)
8/27(水) 知っておきたい! 認知症と薬のはなし
9/24(水) 認知症を知る月間 ~MCIをやさしく学ぼう~
10/22(水) 心も体もハッピーに! 笑いヨガ
11/26(水) フリートーク ~あなたの話、聞かせてください~



詳細はホームページをご覧ください

あいセーフティネット

夏バテ防止レシピ

豚肉と夏野菜のそうめん

1人あたりエネルギー 549kcal
たんぱく質 27.5g
食塩相当量 8g

たんぱく質・ビタミンB1が豊富な豚肉と、水分やカリウムが豊富な夏野菜で、夏バテを防止しましょう! 温かくても冷たくても美味しく食べられます。



材料(2人前)

・豚肉 (しゃぶしゃぶ用) 160g
・ナス 1本(100g)
・ズッキーニ 1/2本(100g)
・ミニトマト 80g
・サラダ油 大さじ1

A(つゆ材料)

・めんつゆ (3倍濃縮) 100ml
・水 200ml
・生姜チューブ 10g
そうめん 3束



【作り方】

- ①鍋にお湯を沸かし、豚肉をゆでる。火が通ったらざるにあげ、冷ましておく。
- ②A(つゆ材料)を合わせる。
- ③ナスは縦半分、横半分に切る。ズッキーニは輪切りにする。
- ④フライパンに油を熱し、切ったナス・ズッキーニと、ミニトマトを入れ、焼き色が付いたら取り出し熱いうちに②に入れる
- ⑤そうめんを茹でる。
- ⑥そうめんの上に豚肉と野菜を盛り付け、つゆをかけて完成。

お好きな野菜でアレンジしてみてください。



監修: 興梠 爽乃
(こうろぎ・あきの)
天本病院 管理栄養士

介護のお悩み 110番

ケアマネジャーと合わないと感じたら

皆さまがケアマネジャー(介護支援専門員)に抱いているイメージは、「介護保険制度に精通していて、制度のことなら何でも知っていて、相談に乗ってくれる頼りになる存在」ではないでしょうか。生活状況を丁寧に聞き取り、困りごとを把握し、地域で利用できる支援やサービスへとつなげてくれる——そんな頼もしい存在として期待されている方も多くかと思えます。

ただその一方で、「最初はよく話を聞いてくれて何度も来てくれたのに、最近はあまり訪問がない」「施設を紹介してくれたけれど合わなかった。相談したいけど話にくい」「いろいろ提案してくれたが、本人が気が進まないようだ」など、担当ケアマネジャーとの関係に悩まれている方も、少なくないかもしれません。

そんなときは、まず話しやすい人、たとえばヘルパーや訪問看護師、主治医、デイサービスの職員などに相談してみてください。その人たちから上手に伝えてもらうことも可能です。ケアマネジャーの交代は、同じ事業所内であっても可能ですし、事業所そのものを変更することもできます。公的な相談窓口としては、市区町村の介護保険課や、地域の包括支援センターなどもあります。

せっかく担当してもらっているのであれば、一番大切なのは話しやすい、信頼できることです。我慢を続けてしまうと、後々しこりが残ったり、精神的な負担につながります。なるべく早めに相談することをおすすめします。



古河 肇
(ふるかわ・はじめ)
ケアプランセンターあいクリニック
所長/主任介護支援専門員・
介護福祉士



介護職募集

あいセーフティネットで一緒に働きませんか？

河北医療財団多摩事業部では、職員(常勤・非常勤)を募集しています。未経験・主婦歓迎！介護福祉士取得までのバックアップ体制をご用意しております。お気軽にお問い合わせください。

■介護福祉士 ■介護職

042-374-7168(求人専用)
saiyou-t@kawakita.or.jp



LINE ID @411wedcx

〒206-0012 多摩市貝取1431-3
あい在宅複合施設

あいクリニック
☎ 042-375-9581

ケアプランセンターあいクリニック
☎ 042-375-9598

あい訪問看護ステーション
☎ 042-371-6888

多摩市第1層生活支援体制整備事業
☎ 070-3196-9226 / 070-1219-1367
多摩市介護予防・フレイル予防推進員
☎ 080-1140-1948

桜ヶ丘いきいき元気センター
〒206-0013 多摩市桜ヶ丘2-1-1
☎ 042-311-7300

あいフィットネスサロンさくら

〒206-0011 多摩市関戸1-2-11 スマイラス聖蹟桜ヶ丘1F
☎ 042-311-5445

あい看護小規模多機能施設おきな

〒206-0011 多摩市関戸1-2-11 スマイラス聖蹟桜ヶ丘1F
☎ 042-311-5447

あい小規模多機能施設かりん

〒206-0022 多摩市聖ヶ丘2-20-6 ゆいま～る聖ヶ丘 B棟1F
☎ 042-357-4101

あいグループホームどんぐり

〒206-0022 多摩市聖ヶ丘2-21-2 ゆいま～る聖ヶ丘 C棟1F
☎ 042-357-3801

稲城市

多摩市中部地域包括支援センター

〒206-0025 多摩市永山4-2-5-105
☎ 042-375-0017

多摩市中部高齢者見守り相談窓口

〒206-0025 多摩市永山4-2-5-105
☎ 042-357-8877

あい小規模多機能施設こもれび

〒206-0025 多摩市永山3-12-1 多摩市西永山福祉施設
☎ 042-400-1071

あいクリニック中沢

〒206-0036 多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢 A棟1F
☎ 042-311-2820

ケアプランセンターあいクリニック中沢

〒206-0036 多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢 A棟1F
☎ 042-311-0933

あい訪問看護ステーション中沢

〒206-0036 多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢 A棟1F
☎ 042-311-2822

あい看護小規模多機能施設ほたる

〒206-0036 多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢 B棟3F
☎ 042-357-1870

あいグループホーム天の川

〒206-0036 多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢 B棟2F
☎ 042-311-0176

あいクリニック平尾

〒206-0823 稲城市平尾3-7-4 コーシャハイム平尾1F
☎ 042-350-5062

ケアプランセンターあいクリニック平尾

〒206-0823 稲城市平尾3-7-4 コーシャハイム平尾1F
☎ 042-318-1826

あい訪問看護ステーション平尾

〒206-0823 稲城市平尾3-7-4 コーシャハイム平尾1F
☎ 042-350-8615

