

かきつばた

2014年3月

第17号

あいち診療所野並
名古屋市天白区福池
2-330-2
TEL052-895-6637
平成26年3月11日発行

第3回 学習会を開催しました

梅も一斉に花をつけて一雨ごとに春め
いてきました。暖かな季節の訪れが待ち
遠いですね。さて、まだまだ寒さも厳
しかった2月19日、第3回私たちの学習
会を開催しました。高齢者と認知症の専
門家である伊苺弘之先生を講師にお招き
して、「認知症（特に認知症に伴う行動
障害）への対処法」について次のような
お話をいただきました。



▲ 医療法人さわらび会福祉村病院
副院長 伊苺 弘之 先生

認知症高齢者
の方には3つの
特徴があります。

特徴1 記憶障害

があること。そ
のため、物事を

忘れやすくなります。

特徴2 思考判断力の障害があること。

自分にとっては正しいと思う判断や行動
が、一般的には理解できないものとなり
ます。では、認知症の方は何も判らない
のかというと、そんなことはありません。

特徴3 情緒感情面は障害を受けないの

です。嬉しい・腹が立つ・楽しい・
悲しいなどの感情は今まで通
りに感じます。



「何か忘れることが多い気がするし、年
のせいか失敗もあるみたいだけど、何を
失敗したかとも思い出せないなあ。特に支
障もないようだし、家族も近所の人たち
も優しいし、幸せだなあ・・・」



認知症の方がこんな風に穏やかに

過ごせるように、いま、その瞬間を
大切にしてい気持ちいいと感じる環
境を整えることが認知症ケアの基本
です。とは言うものの、毎日のこと
でストレスを感じている御家族も多
いことでしょう。そんな時は、積極
的に介護保険サービスを利用するとい
う方法もあります。定期的に出掛けて規則
正しく生活することは認知症の方には良
い刺激となります。御家族からすると
サービスを利用することでゆとりがで
き、一緒に居る時にもっと愛情を注げる
ようになります。

あいち診療所でも、もの忘れ外来やケ
アマネージャが認知症の相談に乗って
います。気軽にご利用下さいね。

健康あれこれ

「からだを動かすことの大切さ」

平山 裕己

インフルエンザのピークも過ぎ、春
の陽気が漂い始める季節となりました。
寒い時期を過ぎ、運動には快適な季節
となってきましたね。皆さんは、定期的
な運動を行っていますか？

健康を保つには、定期的な運動が良
いことは皆さんご存知の通りだと思
います。運動は、筋肉を強化し運動能力
を保つだけではなく、新陳代謝の促進
や血中の中性脂肪減少などによる肥満
の解消、自律神経機能の向上による内
蔵機能の向上やストレス解消などの効
果が挙げられます。

しかし、定期的な運動は毎日のウォー
キングと考えてしまうと、継続は難し
いですよね？運動と言っても、ウォー
キングなどにこだわらず、例えばエレ
ベーターを使わずに階段を使ったり、
近所の買い物へは車を使わずに行くな
ど、日常生活上の工夫により運動機会
を増やすことができます。

すこし運動不足だなと
思っている方、健康を
維持する為にもぜひ実践
してみてくださいね。

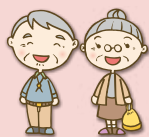




イベント紹介

■ 野並通所リハビリテーション ■

野並通所リハビリテーションでは、季節に合わせた作品を毎月作っていただいています。和紙をちぎって貼り付けて、粘土を丸めたお豆を添えると・・・2月の作品は、可愛い鬼と艶やかなツバキになりました。手先と頭の体操になりますね。



完成作品



■ 憩いの庄 ■

憩いの庄では節分の豆まきをおこないました。憩いの学校からも2名ご利用者様をお招きして賑やかに『鬼は外、福は内ー!!』。豆にみたてたボールが鬼に当たる度に大きな笑いが起きました。ひな祭りに向けた作品作りも開始しています。



節分



ひな祭り



野並通所リハビリテーションをご利用のSさんは、趣味で切り絵を作っていました。一時はお休みしていましたが、通所リハビリに通い出し、再び創作を始めています。

アートギャラリー

一階の外來待合（わいわいルーム）にて実際の作品を展示予定です。皆様、是非ご覧下さい。



お気に入りの1枚と

シリーズ

在宅医療

訪問看護その2

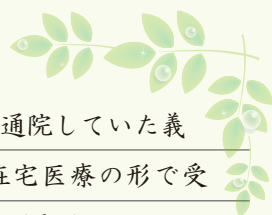


Aさんは、嫁が財布を隠したといつて、

結婚した娘に電話で悪口を言うようになり
ました。お嫁さんは今まで一生懸命世話し
てきたのに、親戚から電話が入るたびにノ
イローゼになりそうです。息子がデイサー
ビスにでも出かけたらと勧めますが、Aさん
は「嫁が盗みに入るから家を空けられない」
と動こうとしません。服は時々汚物で汚れ
たままになっていきますがご本人には気にな
らないようです。部屋の掃除もさせてもら
えません。

こんな時には訪問看護を使いましょう。A
さんは健康を害するいくつもの問題を抱え
ています。お嫁さんと対立していいことは
ありません。汚いままの生活もそのままに
できません。家族全体の健康が危ういといっ
てもいいかもしれません。この問題を解決
するのも看護師の役割です。はじめは本人
が訪問を拒否しても、お嫁さんと話をしに
訪問することも可能です。

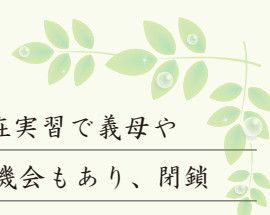
実際に訪問看護を利用された本谷様にコ
メントを頂きました。



家庭医のあいち診療所に通院していた義
父が、癌の終末期ケアを在宅医療の形で受
けたいと希望され、約三週間家族と過ごすこ
とが出来ました。義父を見送った五ヶ月後に義
母も在宅医療を受けることになり、約十一年に
わたりお世話になりました。

義父の訪問看護や訪問リハビリを毎日とても
楽しみにしていた笑顔は、家族に安心と癒しを
与えました。

認知症の義母は三度の骨折がありましたが、
通所リハビリに訪問リハビリも加わり自力で歩
ける生活を保っていました。看護師の方々の、
毎回義母や私への「何か困った時はすぐに
対応しますから遠慮なく電話してください
ね」という言葉が大きな
安心感になりました。



看護実習生の方々の滞在実習で義母や
家族は楽しさを共有する機会もあり、閉鎖
的になりがちな家族介護を風通し良くして下
さったと思います。

自宅で義父を看取った経験が義母の看取りを
する決心を強固なものにし、患者である両親が
良かったと思える介護をするには、あいち診療
所の方々に全面的にサポートしていただくこと
でしか実現できないと思い、家族はスタッフの
訪問を楽しみにしていました。

両親を安らかに見送ることが出来て、関わっ
て下さった皆様に心から感謝いたします。



本谷スミエ様

第十回

街の風景

野津清

『ぼくがいるよ』

～子思う心に劣らぬ子の心～

“なんだか最近、みそ汁の味がヘン。』ぼ
くが何気なく言うと、お母さんは困った顔
をして深いため息をついた。『実はね、手術
をしてから味と匂いが全くないの。だから、
料理の味付けがてきとうになっちゃって
…』”

「伝えたい言葉」をテーマとした第5回日
本語大賞小学生の部において、文部科学大
臣賞に表彰された森田悠生君の作文。

彼は、長い入院生活から戻ってきたお母
さんの様子が以前と違うことに気が付いた。
料理の味が急に濃くなったり薄くなったり。
そして次第にお母さんの手作り料理は食卓
から姿を消し、スーパーのお惣菜が並ぶよ
うになった。そんな状況を見て、一つの提
案を思いつく。

“ぼくは料理はできないけれど、お母さん
の味は覚えてる。ぼくが味付けをするか
ら、一緒に料理を作ろうよ。”

治癒過程か、はたまた抗がん剤の副作用
による味覚障害か、知る術はない。子が親
を想う心以上に、親の子を想う心は深いこ
とを、吉田松陰は「親思ふ心にまざる親心」
と詠った。しかし、子が親を想う心もまた
計り知れない。

“ぼくはお母さんが思っているよりもずつ
としっかりしている。だから、ぼくにもつ
と頼ってもいいよ。ぼくがいるよ。”

厨房より

旬の食材「たけのこ」 下味をつけた たけのこを炊き込んでつくるたけのこごはんは 春の香りを満喫できる春ならではの料理です。

たけのこごはん

便秘を解消し
高血圧を予防する



- ・皮の成分がセンイをやわらかくしてくれるので、ゆでる時は皮をつけたままゆでましょう。
- ・新鮮なものは生食できます。
- ・ゆでる時にヌカを入れてゆでると、ヌカがアクを吸着してくれます。この時付く白色沈殿物はチロシンが組織から流れ出たものです。
- ・えぐみ成分のシュウ酸はカルシウムと結合すると結石をつくるので注意してください。



あいち診療所野並

	月	火	水	木	金	土
午前	畑	畑 野村	岡崎	畑	畑 野村	岡崎
午後	畑	畑	畑	畑	野村	
もの忘れ 相談外来	2時～5時 野村			夜9時まで		

第3週7時以降は野村

診療時間 午前9:00～12:00
午後4:00～7:00 木曜日は夜9時まで

予約制

もの忘れ相談外来

毎週月曜日 午後2時～5時

あいち診療所滝の水

	月	火	水	木	金	土
午前	岡崎	岡崎	野村 11時～12時 もの忘れ 相談外来	岡崎	岡崎	

診療時間 午前9:00～12:00

予約制

もの忘れ相談外来 一般外来と同時にいきます

毎週水曜日 午前11時～12時

医療法人 あいち診療会

あいち診療所 野並

052-895-6637

あいち診療所 滝の水

052-878-1212

のなみ居宅介護支援事業所

0120-890-709

のなみ訪問看護ステーション

052-895-5806

滝の水 憩いの庄

052-878-1751

滝の水 憩いの学校

052-838-8878

おさらい(前号までに掲載した大事なお知らせ)

時間外診療

電話での相談に24時間対応します。
通院中の方(処方日数内)で、体調に
変化があり相談したい場合
895-6637までお電話下さい。

発熱・下痢の時は。。

来院前にお電話下さい。待ち時間が
少なく診察できるように致します。

895-6637

連絡が無い場合、待合室を利用いただけ
ないことがございます。

わいわい倶楽部

月会費500円で送迎致します。
利用の無い月はお金は頂きません。
(一人で車の乗り降りが可能な方に限
ります)



予防接種

予約制で短い待ち時間で行います。
(相談が無い方に限ります)
予約した時刻前までにご準備下さい。
前の方の診察が終わり次第、診察致
します。

【お問い合わせ先】

〒468-0049

愛知県名古屋市中区福池二丁目三〇一
(052) 895-6637
医療法人 あいち診療会
担当 荒木・田中



先の絵のように「動物を食べない」という選択は、生物であるヒトとして不自然に感じます。動物が植物かの問題ではなく、我が身の糧となってくれた生物たちに感謝する。貰った命の分だけ今度は自分がしっかりと生きる。大人になるとなかなか言わなくなりませんが、たまには元気に声にしてみましよう。「いただきます!!」

日頃意識しませんが、人間もその繋がりの一員です。
マネコ・・・生物は誰もが誰かの命を頂き、繋がって生きています。
カエル、ヘビ、ワシ、ヤマメコ・・・生物は誰もが誰かの命を頂き、繋がって生きています。
植物、バツタ、カマキリ、カエル、ヘビ、ワシ、ヤマメコ・・・生物は誰もが誰かの命を頂き、繋がって生きています。



お命頂戴!

左のイラストは、工場的畜産を無くす活動をしているNPO法人アニマルライツセンターが発表したものです。皆様はどのような感想を持ちますか。

編集後記

荒木大輔