

川ふれあい通信

195号

発行日
2016.4.1

医療法人 矢野神経内科医院
矢野神経内科医院・総合ケアセンター海王

社会福祉法人 海友会
軽費老人ホーム・ケアハウス海王



第29回 作品展



矢野神経内科医院 診療方針

1. 日々の診療の基本となるものは生活習慣病の予防と治療です。動脈硬化の予防や治療は脳卒中の防止にもつながります。また手足の脱力、シビレや言語障害などは脳・脊髄の病気の可能性があります。速やかな診断と治療そしてリハビリを行っていきます。
2. 物忘れ外来は認知症の診断・治療を進めていきます。
3. 消化器内科では胃カメラ実施日を月・火・水・金・土曜日と週5回とし、胃病変の早期発見に努めてまいります。

こけし

”微笑みがえし“

―手をあげて横断歩道を渡りましょう―

渡り終えて振り返り「ありがとうございました」とおじぎするピカピカの一年生。先生との約束守ってますね。丁寧さに、ちと恐縮する。

―中高年挙げた手は肩より低く、うつ向き加減で渡る横断歩道― 礼節は日本の文化、老いて変わらず。なんてね

歩行者をすれすれに猛スピードで追い越して行く危ない自転車。改正道交法で自転車の深刻な事故を防ぐ為、信号無視、歩行者妨害、スマホ操作等での事故は摘発の可能性があるのでの事。通学途中の自転車行列をなして行く。気つけていかれか！

登校中の小学生の列とすれ違う。ある児童はニッコリと、ある児童は恥ずかしそうに「おはようございます」と通り過ぎる。すがすがしさをもらった若葉の道。



介護ストレスについて

介護に携わる中で、高齢者の虐待や介護殺人や介護者の自殺そして介護離職が大きな話題になっています。

介護保険の施行により、介護問題を社会全体で支える制度が大きな希望になっていますが、現実はいつでも、どこでも、必要なケアが受けられる状態ではありません。10兆円となる介護保険の費用が、40兆円を越える医療保険と共に、国の財政に大きな負担となっているからです。その中で家族の介護負担が重くかかっている事例を私は在宅医療の中で多く体験します。特に医療的処置が多い要介護者では、介護サービスを十分に受けられず、介護者の介護ストレスは限界に達しています。

深澤昭彦著「介護ストレスをゼロにする10の思考法」を読んで、納得する所が多く、その一部を御紹介します。



院長

矢野 博明

介護の本質はコミュニケーションのあり方につきると話しておられる。家族と要介護者のコミュニケーションがうまく成立しないなかで日々ストレスを蓄積していくことが問題であり、介護の目的は最後までその人らしく過ごせるよう支援することに尽きると言われる。

まず相手のありのままを受け入れること。相手の話によく耳を傾ける（傾聴の意識）と、してほしいことがよく見えてきます。相手から発せられた情報そのものを見つめるのではなく、その奥にある心に耳を傾けるのです。

どう介護するかでなく、その人がどう生きるのか、どう生きたいのかに思いを馳せるべきです。その人らしさを尊重し、相手の気持ちに寄り添う言葉をかえしていく。そして介護を介して、今一度家族とむき合う最後のチャンスととらえる。介護する方が相手に対して「してあげる」という意識をもつと、気持ちのすれ違いや衝突が生じ、ストレスとなってはねかえってきます。心の持ち様が介護のストレスとなってくるのです。

アレルギーについて

アレルギーってなんだろう？

生物には外部から侵入した異物を排除する働きがあり、これを「免疫」と言います。「免疫」は例えばウイルスや細菌あるいは真菌(カビ)から身体を守るための大切な防御機能です。ところがこの「免疫」が通常は身体に害のない、身の回りにあるものにまで過剰に反応してしまうことがあります。この過剰反応を「アレルギー」と言います。

身近なアレルギー疾患

食物アレルギー：食べ物の原因でおこるアレルギーです。食べた後に唇がはれたり、蕁麻疹が出たりするのは分かり易いですが、特定の食品で腹痛が生じたり、下痢する場合もアレルギーの可能性があります。

アレルギー性鼻炎・結膜炎：春先のすぎ花粉症が有名ですが、ブタクサでは秋に見られ、ダニやハウスダストが原因だと通年性に見られます。

口腔アレルギー症候群：特定の食品(果物など)を食べた後に喉や口腔粘膜にイガイガした感じが生じます。花粉症の人に多くみられます。

原因を知る事が治療への第一歩

原因となるアレルギー物質を正確に特定することが重要です。アレルギー性鼻炎では原因物質からの回避や除去と薬物療法が、食物アレルギーでは食品を摂取しないことが原則です。アレルギーが慢性化すると治療が困難になることも時としてありますので注意が必要です。当院では採血で主なアレルギーの検査が行えますので希望の方は、外来で相談下さい。

約2億人に一人という非常に稀なアレルギーとして、「水アレルギー」という疾患があります。風呂に入ることは勿論、雨に濡れただけで皮膚がアレルギーを起こして赤く腫れてしまうそうです。さらには汗をかくことでもアレルギーを起こすので日常生活が非常に制限されているそうです。



副院長

矢野 博一



診療部のおはなし

花粉症ってなあ～に??

花粉症とは?? 体内に花粉(アレルゲン)が、入って来たときそれを排除しようとする「免疫反応」によって、鼻水・鼻づまり・くしゃみ、などの症状が起こることを言います。

地域によっても花粉の種類が異なります。北陸・東海地方では、スギ・ヒノキ・イネ科ハンノキ・コナラ属などが、多いです。

ハンノキ科：1月～5月	コナラ属：4月～5月
スギ：2月～4月	ブタクサ：8月中旬～10月初旬
ヒノキ：3月～5月	ヨモギ・カナムグラ
イネ科：4月～6月中旬、 7月中旬～10月中旬	：9月中旬～10月中旬

また、生活習慣の乱れは、体の免疫力の低下やホルモンバランスを崩しやすくします。予防には、マスクや外から帰ったら、うがい・洗顔・服を払うことで、花粉の侵入を防ぐことができます。

免疫低下 ↓	免疫UP ↑
睡眠不足・夜更かし・肉類・ 酒・コーヒー・たばこ・チョコレート	魚・野菜中心の和食・ヨーグルト・ ストレッチ・ヨガ

アレルギーでもいろいろな原因があります。風邪と誤っていても花粉症ということもあります。ひょっとしたら…と、思われたら、当院でも、アレルギーの検査を行っていますので、一度チェックして見てはいかがでしょうか? 希望の方は、外来スタッフまで、お尋ねください。

花粉の季節ではありますが、免疫力を高めて、乗り切りましょう。

地域リハビリテーションだより

平成28年2月19日(金)～2月25日(木)の期間、第29回矢野神経内科医院作品展が開催されました。今年は、出品者54名、91作品と3つの共同作品が集まりました。今年の共同作品は、昨年開通した北陸新幹線のちぎ



り絵や、申年にちなんで、親子で露天風呂に入っている猿のちぎり絵。また、個人作品では、桃の節句が近いという事もあり、折り紙や押し絵など様々なモチーフのお雛様だったり、今年は例年に比べ暖かくなるのも早いせいか、春を連想させる作品も多かったように感じました。



作品を見る方々の表情は、穏やかかつ楽しそうで、おかげで医院の廊下が明るくなり、とても素敵な作品展でした。また、作品を観ながら、「来年はどんな作品を作ろうかな。」「これ、どうやって作ったんかねえ。やってみようかな・・・」と次回作の構想を練っておられる方や、挑戦してみようかな・・・と来年の作品展に意欲を燃やしておられた方もいらっしゃいました。



来年も、同時期に開催しようと思っておりますので、出展したいけど・・・勇気がないな・・・自信もないな・・・どうしようかな・・・と迷っておられる方、ぜひ出展してみませんか?“あなた”らしい作品を心よりお待ちしております。





癒さあだより



「癒さあ」神社 参拝

さあ二〇一六年初詣の始まりです。「人々の幸せ」を願う癒さあ神社が利用様を出迎えます。大きな鳥居を笑顔でくぐり、心の中に抱いている思いを手を合わせ願われます。神主と巫女も皆さんと一緒に祈願させていただきました。
『今年一年、皆様にとって良い年になりますよう…。かしこみー、かしこみー』



これで災いのない一年になるといいますね。

も降参し、大団円。

最後に鬼も降参し、大団円。

持っている玉を使って『鬼は外!! 福は内!!』と撃退していただきます。

皆さんが手に

午後からのゲームが始まり、玉投げをしている最中のご様子。突如『うおお!!』と鬼がどこからか乱入し、暴れたい放題のやりたい放題!



三月四日、癒さあにおわら節が響きました。
ポランテア「つむぎの会」の皆さんが歌と踊りを披露して下さいました。
おわら節の後は相撲甚句の粋な節回し。最後は利用者様も一緒に踊りを楽しみました。

「つむぎの会」
おわら流し



海王デイサービス・ショートステイだより

1月には書初めや福笑いで

楽しいひと時をお過ごしました。



1月の初めに思いがけない大雪にて外出もできなかつた為、皆さんでお正月らしい遊びをして過ごしました。

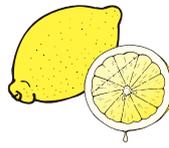
福笑いでは、出来上がった顔を見て皆さんで大笑い！！

大好きなお習字を真剣に書いておられました。



2月には 「レモン風呂」を 楽しみました。

本物のレモンと天然ハーブを組み合わせた海王オリジナルの変わり風呂に皆さん冬の寒さを忘れて温まっておられました。



雪続きでなかなか外出の機会もなく、こもりがちになってしまいますが海王では皆様それぞれに興味や楽しみや、パワーリハビリ等に取り組み春を楽しみに待っておられました。

研 修 会

身体拘束について

総合ケアセンター海王施設長 神山 法久

1月21日 身体拘束の知識をより深めるため、研修会を行いました。「身体拘束の定義」「なぜ身体拘束をしてはいけないのか」など議論をする時間もありました。みんなで議論をし、共通の意識を持つ事でよりよいケアの実現のきっかけになったと感じます。

総合ケアセンター海王では身体拘束ゼロに向けて取り組みます。

海王デイサービス・ショートステイ 主任 荒木 政幸

最近虐待のニュースを見る事が多かったと思います。見ていて嫌な感じになりました。

介護部会では身体拘束の研修会を開いて頂きました。してはいけない事はわかっていますが何故してはいけないのかと聞かれるとなかなか言葉が出てきませんでした。この研修会では拘束の定義の説明から検討ケースの例題も出され参加者で話し合いました。話し合いの後は解りやすく説明もしていただきました。

今後もこのような研修会、1人で悩むのではなく職員全員で考えられる検討会など開きサービスの向上につなげることが出来ればと思います。





居宅介護支援事業所便り

『認知症キャラバン・メイト養成研修』に参加しました。キャラバン・メイトとは、自治体と協働して地域・学校などで認知症サポーターの育成を担う役割をする資格です。『認知症サポーター』とは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず温かい目で見守る応援者のことです。

最近、オレンジカフェという認知症の方や、その家族や地域住民が集う場所が沢山出てきました。地域全体で認知症の方や、その家族を支え過ぎやすい優しい地域を作っていこうという働きが進んでいます。サービスを利用することで身体の疲れはとれますが、心のケアは補いきれません。同じ境遇の人と会話したり、温かく見守ってくれる人が居ると在宅で一緒に暮らしていこうという方が増えるのではないかと期待し、私たちケアマネージャーも担っていけたらいいと思います。

看護部会だより

2月9日、当法人内の看護部勉強会が開催されました。

テーマはインフルエンザと疥癬かいせんについてです。感染症としては身近なもので特にインフルエンザに関しては、毎年の流行なので漫然とあつまっている事もあり改めて確認できたよい勉強会でした。マニュアルをみると、正しいと思われていた事が今では効果がないという事も多くありました。医療は日々進歩しています。常に新しい事を取り入れて正しい情報を発信していきたいと思います。

インフルエンザ感染予防で大切なせきエチケットをご存じですか？



- ・せきをする時は手やティッシュで口を覆いましょう
- ・マスクは保温保湿効果もあり喉を守ります
- ・せきやくしゃみのある方は「マスク着用」にご協力をお願いいたします

家族の会行事レポート

平成28年2月28日(日) 第23回在宅介護家族の会総会新年会を開催しました。

総会は平成27年度活動・決算報告ならびに平成28年度活動計画・予算案の審議、平成28年度役員の紹介をさせて頂きました。これまでの活動に加え、昨年からは始めた「喫茶矢野」や「困りごと相談窓口」の活動を通じて、より地域に密着してお互いに支え合うきっかけ作りに少しでも尽力させて頂きたいと考えております。今年もよろしく申し上げます。

また、在宅介護家族の会では随時新規会員を募集しています。会員様には行事・イベント案内をお送りいたします。また「喫茶矢野」特別招待券を毎回発送させて頂いております。詳しくは事務局までお問い合わせください。





まっちゃんだっき
(施設長の独り言)
No.13

ケアハウス海王だより

ケアハウス海王 施設長 中村 正

あれからもう5年の月日が流れました。そう、未曾有の被害をもたらしたあの東日本大震災。復興のスピードは思いの外鈍く、未だに不安の尽きない被災者も多いとのこと。1日も早い復興を願ってやみません。その教訓から、各自治体に於いて災害に対する様々な取り組みが行われています。当ケアハウスも、射水市と「津波発生時における避難施設としての使用に関する協定」を結んでおり、緊急時には、少しでも地域の方々のお役に立てればと考えております。

桜の開花・鳥の鳴き声・甲子園の開幕、春の便りがあちこちから聞こえてきます。今年の冬は、温暖化の影響でしょうか雪の量は少なかったですね。1月後半に数日一気に降ったときはどうなることかと思いましたが、その雪もみるみる溶けてしまいました。あまり沢山降っても困りますが、無ければ無いでまた寂しいものです。職員に、昔は毎年のように学校のグラウンドで雪の造形コンクールなる催しがあった（それほど雪の量が多かった）と話しても、信じては貰えません。あの頃が懐かしいですね。

暖かさと共に花粉の飛散もピーク。鼻はグスグス、目もショボショボ。嬉しさ半分辛さ半分。毎年のことながら花粉症の自分にとって春は何とも中途半端？な季節です。同じ中途半端でも秋は大好きなんですけどね(笑い)。

3月1日に大きな動きがありました。認知症で徘徊中の男性が列車にはねられて死亡した事故。家族の監督義務を問われた裁判で、(今回の場合)家族は監督義務者にあらず賠償責任無しとの判決が下されました。但し、介護を担う人の年齢や能力、生活状況などによっては責任が認められる場合もあると、「監督義務者に準じる立場」の具体的な基準を示したという意味でも大きな判決でした。

「認知症の人の在宅介護が敬遠される」。判決次第によっては、施設介護から在宅介護へのシフトを図ろうとしている国の政策に逆行しかねないところでした。今後、社会全体(家族・地域・行政)で検討し納得できる仕組みを早急に考える必要がありそうです。

ケアハウスは社会福祉施設であると同時に地域の住まい(在宅)の一つ。ケアハウスには専門職がおり、入浴や食事の提供といった機能を有するので、いざというときに頼りになる拠点となりえます。また、特別養護老人ホームの入居基準が要介護3以上となり、転居を余儀なくされた方々の受け皿としても、その存在意義が高まってきています。地域の期待に応えるべく一層頑張らないといけませんね。



震災後に設置された
避難施設案内板と海拔表示板

ケアハウス海王フォトグラフ

2016.1月~3月



なかなか上手いでしょ。

- 1月 あそぼ会
ちぎり絵
- 2月 あそぼ会
ケアハウス作品展
- 3月 あそぼ会
ひな祭り茶会
散歩会



慣れない作法に四苦八苦(汗)。

医療法人社団 矢野神経内科医院



矢野神経内科医院のホームページ

<http://www.yanoshinkeinaika.or.jp/>

是非アクセスください。

●矢野神経内科医院

〒934-0011 射水市本町 1 丁目13-1

office@yanoshinkeinaika.or.jp

各部所共通FAX 0766-82-5110

●矢野神経内科医院 TEL 0766-82-5150

●矢野神経内科デイケア 定員 午前20名 午後20名
TEL 0766-82-5128●矢野神経内科訪問リハビリテーション
TEL 0766-73-7703

●デイサービス癒さぁ TEL 0766-73-8155

●総合ケアセンター「海王」

〒934-0023 射水市海王町25番地

kaiou-care@yanoshinkeinaika.or.jp

各部所共通FAX 0766-83-7166

●海王デイサービス(定員40名)

●海王ショートステイ(26床)

TEL 0766-83-7111 FAX 0766-83-7122

●海王居宅介護支援事業所 TEL 0766-73-7737

社会福祉法人 海友会

軽費老人ホーム・ケアハウス「海王」

(定員54名) 〒934-0023 射水市海王町25番地

carehousekaiwo@pony.ocn.ne.jp

TEL 0766-83-7667 FAX 0766-83-7668

お知らせ

診療担当医師

曜日	午前	午後
月	院長 副院長	院長 副院長 2時30分～6時
火	院長 副院長	副院長 2時30分～6時
水	院長 副院長	副院長 2時30分～6時
木	院長	休診
金	院長 副院長	副院長 2時30分～6時
土	院長 副院長	院長 副院長 2時30分～6時

※午前の診療 8時40分～12時

受付開始時間は、午前8時15分からです。

※火・水・金の午後は、矢野院長訪問診療の為、上記の通りとなります。

※休診日：日曜日、祝日、木曜日午後

胃カメラ(内視鏡)検査日 ●月・火・水・金・土

午前9時～12時

補装具の相談日 ●毎週木曜日 午前9時～9時30分

補聴器の相談日 ●第2・4火曜日 午後2時～3時

休診案内

○4月29日(金) 昭和の日

○5月3日(火) 憲法記念日

○5月4日(水) みどりの日

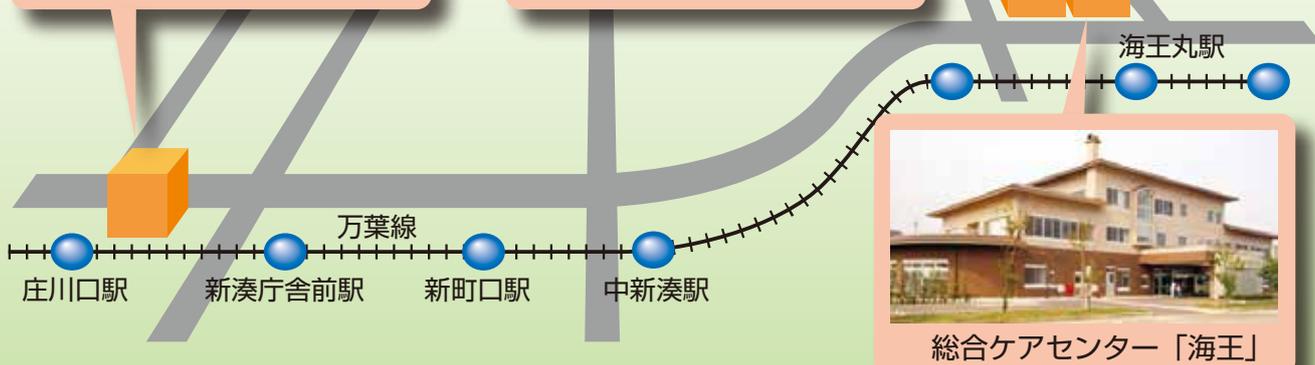
○5月5日(木) こどもの日



矢野神経内科医院



軽費老人ホーム・ケアハウス「海王」



総合ケアセンター「海王」