



かけばし

記事特集

VOL.
13

**栄養士会研修会に参加して
身内が被災し体験・経験して感じたこと**

p2

高齢者ケア勉強会

p3

鴻八幡宮例大祭

p4,p5

デイサービスのひととき

p6

秋の簡単メニュー

藤原雅明の

俺にも一言いわせて～な！

p7

栄養士会研修会に参加して

ニュースに度々出ていた「まび記念病院」管理栄養士の先生が災害時の状況をお話してくださる研修会に参加してきました。今年7月上旬に岡山県で豪雨による大規模な災害があったことは地域の皆様にとって記憶に残るニュースだったのではないのでしょうか。

今までを考えるとつい「晴れの国岡山」というフレーズに誇りを持って、災害時の備えがおろそかになっていたような気がします。

研修会では電気と水道が止まっている中、ガス炊飯器で炊飯し300個以上のおにぎりを作ったことやラップを使用して水を使わなくても清潔に調理する方法等を教えていただきました。院内スタッフ一人ひとりが「今、何をすべきか」を考えて適確に行動したおかげで入院患者、避難者、スタッフ全員が救助されたのだと感じ、院内スタッフの臨機応変な対応と冷静な判断が必要であると学びました。高齢者は特に早めの判断が大切です。浸水してしまいますと孤立してしまうため、安否がわからず救助が遅れてしまいます。道が歩ける程度のうちに近くの指定の避難場所等へ避難しましょう。

児島聖康病院では災害が起きた時を想定し、備蓄食品や非常用食品を備えるようにしていきます。普段の医療介護から災害時のいざと言うときまで、地域の皆様にとって信頼できる児島聖康病院でいられるように普段の生活から務めていきたいと思ひます。

管理栄養士 安藤 あかり





「身内が被災し体験・経験して感じたこと」

身内の老夫婦が住む家の周りのはのかな田園地帯が広がる平和な田舎町です。

7月6日、テレビで幾度も「岡山県は50年に一度の大雨になる」という放送を耳にしました。どの程度の大雨になるのか想像できませんでしたが、「晴れの国 岡山」だからまあ大丈夫だろうという認識でした。

その日の夜、身内から携帯電話に一報が入りました。今家から歩いて2分で行ける少し高台にある集会所に避難しているが、そこは避難場所ではないので自分達しかおらず、帰ろうにも膝まであった水が今は胸あたりまであり、どうしたらいいかという相談でした。そこで事態の重大さにハッと気づき、これは大変なことになったと思いました。役所に電話しても対応しきれず、結局朝方、消防の方がゴムボートで迎えに来てくれ、無事に避難場所に連れて行ってくれました。

7月7日、岡山県(特に倉敷市真備町)は忘れもしない豪雨災害に見舞われることになりました。

2人は、水が引いたため、避難場所に一時泊したのち自宅に帰ることができました。しかし、床上浸水だったので、畳、ソファ、タンス等すべて濡れで、2台の車も水没して使えなくなっていました。テレビで見たことのある光景が目の前にあり、正直、一体どこからどう手をつけていいのかわからず一瞬浦島太郎状態に陥りました。親戚の人たちも手伝いに来てくれ、とりあえず全ての荷物を外へ運び出し、たまった泥の掃除、畳や床板はがし、使えないものをゴミにだし、使えるものは片付け等整理していきました。私達が行けない時はボランティアの方々が来てくれ、作業をしてくれました。いろいろな思い出の品もあったかもしれませんが、使えなくなったものは捨ててしまわないといけなく、2人の悲しそうな顔が忘れられません。しかし、一つずつ前へ進んでいかなければいけないというのも事実で悲壮感漂いました。

今回被災を通じて私が感じたことは、避難のタイミングの難しさ、ボランティアの方々の効率よく作業される手際よさにとっても助けられたこと、炊き出しをしていただきみんなで食べた手作りお弁当、そこに集まった近所の人たちとの絆など「互恵互助」の気持ちが一層強まったということです。そして、いつどこで何が起こるかわからないこと、安心して暮らすために日頃から防災の心がけと、今後の災害から身を守ることが大切だということを学びました。

私の身内は1ヶ月程でやっと元の生活に戻ることができましたが、まだまだ困っておられる方は沢山いらっしゃると思います。

最後に、災害で亡くなられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災された方のお見舞いを申し上げます。また、たくさんのボランティアの方々には深く感謝しております。

リハビリテーション室 鎌田 正司





高齢者ケア勉強会



10月23日（火）15時より児島支所にて高齢者ケア勉強会が行われました。

参加者は病院・施設・支援センター・行政・訪問看護・訪問介護・居宅支援等様々な分野から40名の方々が参加されていました。

今回の高齢者ケア勉強会の演題は当院、脳神経外科の神原啓和先生による「高齢者の認知症について」です。細かく認知症についてご講演いただき、代表的な4つの認知症や実際の高齢者の認知症について、その後の認知症の診断、治療、接し方について講演していただきました。

代表的な4つの認知症

アルツハイマー型認知症

脳血管性認知症

レビー小体型認知症

前頭側頭型認知症

よく見られる症状

手真似ができない、時計が書けない等

涙もろくなったり、怒りっぽくなったり
記憶力が落ちている等自覚している

パーキンソン症状、繰り返し見られる幻視

同じ行動を繰り返す、注意・集中力の低下
周囲の人の言葉や行動に影響されやすくなる

診断がはっきり決まらなくとも症状を見て話を聞き、症状を軽減させて行くことが大事であり、そして症状を悪化させないために接し方も大事だということがわかりました。

症状を悪化させないために

安心感を与える

笑顔で、視線を合わせて
優しい声で、暖かく触れて

集中しやすくする

名前を呼ぶ、静かな場所を選ぶ
一つずつ短い言葉でゆっくりと

理解し、選びやすくする

具体的な言葉、選択は2つまで

毎回初対面と思って接する

毎回、挨拶と自己紹介を
大切なことは繰り返し伝える

言葉をじっくりと待つ

静かに待つ、触れてみる

わかりやすい返事をする

相槌をうつ、言葉を繰り返す

その人の価値を低める
言葉・動作を避ける



神原先生より、最後に「今後当分の間は認知症を治す薬は現れないと思います。そのような状況では、ご本人、ご家族、介護者、医療者、地域の人々が無理なく、幸せに暮らせる方法を考えていくことが、高齢者の認知症に対する係わり方だと考えています。困っている方は相談してください。一緒に悩むことは出来ます。」とコメントをいただきました。

児島聖康病院では物忘れ外来を診療しております。
気になる方や不安な方は相談だけでも受け付けております。
地域医療連携室でもご相談をお受けできますので、お声をかけてくださいね。

地域医療連携室 田邊 絵理奈



脳神経外科

診察日時：毎月第2、第4火曜日

14:00～17:00

担当医：神原啓和（岡山赤十字病院外科部長）

物忘れ外来

物忘れにもいろいろな種類があります。
投薬で進行を遅くすることができるもの、手術で改善させることができるものがあります。



投薬・脳トレが
有効なもの

アルツハイマー型認知症
レビー小体型認知症
前頭側頭型認知症

など



手術で改善するもの

特発性正常圧水頭症
慢性硬膜下血腫

など

いつでもご相談ください。

お問い合わせ

TEL:086-472-7557

児島聖康病院



鴻八幡宮例大祭 祭り囃子

今年もやってきました!鴻八幡宮例大祭!県下でも数少ない祭り囃子の一つで指定重要無形民俗文化財に指定されています。今年は10月13日~14日に開催されました。

私はしゃぎりの音が好きなので、今年もお祭りの見学に行ってきました。

いつもは静寂なお宮さんが多くの人の熱気で盛り上がっていました。各町内から出される「だんじり」は色とりどりの短冊をつるした笹竹で飾られており、老若男女問わず力を合わせ鴻八幡宮の急斜面を登っていく様子は力強く、こちら元気をもらいました。

また来年のお祭りも楽しみです!



看護師 渡辺 愛菜

デイサービスのひととき

デイサービスセンター向日葵では、入浴サービスやレクリエーションや体操など日々行っています。その中で、好評な向日葵クッキングでは月に1回利用者様と昼食を作っています。何気ない会話のなかで「～食べたい」と言われたら思わず職員は、「作りましょう」といつも返事してしまいます。そして、今回ドリアを作ってみました。具材に使う野菜などは昔培ったスキルを生かし、「チョチョイノチョイ!」とやってのけました。皮むき名人の見事な振る舞いを見ていた男性陣は口がポカーンと空いていました。なかなか食べる機会が少ない料理なので、はじめは不思議そうな顔をしていました。しかし、一口食べるとどんどんお口の中に入り、顔がにんまりしていました。

また、別の日には運動会も開催しました。少し緊張しつつも、日頃聞いたことがないような大きな声で選手宣誓が行われました。パン食い競争や伝言ゲーム、スプーンリレーなど全員で行いました。パン食い競争では、中々パンを取れないので、顔がすごいことになってしまい、それを見た利用者はお腹を抱えながら笑っていました。伝言ゲームでは、相手にうまく伝わらなくスタートで伝えた言葉が違う言葉に変わってしまい大爆笑でした。

司会者は思わず腹痛の訴えがありました。日頃の体操やレクリエーションの成果が見られた時間でした。

デイサービスセンター向日葵 管理者 山本 涼



秋の香りのオムレツ



材料 (1人前)

A	卵2個 だしのもと カニカマ	小さじ 1
B	えのき しめじ まいたけ	適量 適量 適量
C	水 醤油 みりん 酒 マツタケのお吸い物の素1袋	150cc 大さじ 1 大さじ 1 大さじ 1 1袋
D	片栗粉	大さじ 1

作り方

- ① Aの材料を混ぜ合わせ、卵焼きをつくる
- ② Bのきのこ類を炒める
- ③ Cの調味料を入れ沸騰させる
- ④ Dの片栗粉でとろみをつけて①の上にかけて完成

※片栗粉は火を止めてから入れて再び火にかけると玉にならずにいいですよ！

グループホーム向日葵 2階

藤原雅明

の

一言

俺にも*／＼*いわせてーな！

やっと秋らしくなってきましたね。
秋といえば、食欲・読書・スポーツなど楽しいことが沢山ありますね。
僕は食欲の秋がメインになっています。
その結果体重が10kg位増えた感じです。
(実際に体重測定は怖くてできません)
最近、他の職員から健康管理のため自宅付近を歩き出したと聞いて、自分も歩こうかと考えています。
皆さんも健康管理の為に何か運動をしてみてもいいでしょうか？



サロン紹介

ひまわりサロン 開催予定日

11月10日

ヤクルト健康教室
～健康について楽しく学ぼう～

12月 8日

クリスマス会
～ケーキを食べて楽しく遊びましょう！～

1月12日

楽しんでお正月会
～踊って一年を元気に始めよう！～



ひまわりサロンで
みなさんと楽しく
盛り上がりましょう！

場所：シーホーム向日葵 患者食堂

美味しいお茶や

お菓子も用意しています♪

**参加
無料**

毎月第2土曜日 13時30分開催！

児島聖康病院診療時間表

※脳神経外科は第2、第4火曜日が診察日です。
※禁煙外来は月～水・金・土曜日の15時～18時半までの診療です。

	診療科目	月	火	水	木	金	土
午前	総合診療科 (9～12時半)	山崎 泰源	坪井副院長	山崎 泰源	交替	坪井副院長	山崎院長
	皮膚科 (9～12時半)	神原 宏枝		神原 宏枝		神原 宏枝	
午後	総合診療科 (15～18時半)	山崎院長	金谷 信彦	非常勤医師		橋本 将志	吉田 一博
	ヘルニア外来 (15～18時半)	山崎 泰源	山崎 泰源	山崎 泰源			山崎 泰源
	脳神経外科 (14～17時)		神原 啓和				
	整形外科 (13時半～16時)						森 正樹
	泌尿器科 (16～17時)						非常勤医師

医療法人社団五聖会

児島聖康病院

〒711-0906

岡山県倉敷市児島下の町 10-374

TEL 086-472-7557

FAX 086-472-1143

http://www.seikoh-hp.or.jp

mail info@seikoh-hp.or.jp

医療法人社団五聖会

向日葵

〒711-0906

岡山県倉敷市児島下の町 10-374

デイサービスセンター向日葵

TEL 086-473-7736

グループホーム向日葵

TEL 086-473-7756

訪問看護ステーション向日葵

TEL 086-472-3312

ケアプランセンター向日葵

TEL 086-473-8876

〒711-0903

岡山県倉敷市児島田の口 7-1-16

シーホーム向日葵

TEL 086-477-4165

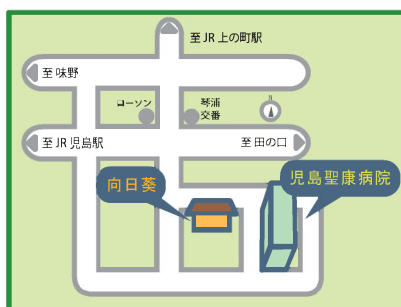
ヘルパーステーション向日葵

TEL 086-477-4168

MAP

● 交通機関でお越しの方

- ・ JR 瀬戸大橋線「JR 児島駅」から徒歩約 30 分
- ・ 下電バス「下之町」下車、徒歩約 5 分
- ・ JR 瀬戸大橋線「JR 児島駅」よりタクシーで約 10 分



● 自動車でお越しの方

- ・ 児島 I C から車で約 10 分
- ・ 水島 I C から車で約 15 分