

Vol.102016 冬号 TAKE FREE

季刊 年4回 (4月·7月·10月·1月発刊)

特集

公益財団法人老年病研究所附属病院 認知症疾患医療センター

地域における認知症支援体制の構築





JISQ9001:2008(IS09001:2008)

SY社会福祉法人陽光会

- 理事長挨拶
- ■陽光会トピックス
- ■各事業所トピックス
- ■栄養レシピ
- ■投稿コーナー



平成27年度 老年病研究所附属病院・



毎年恒例のグループ全体忘年会が開催されました。 今年は余興として、当会職員が阿波踊りを披露しました。 理事長も一緒に踊っていただき会場は大盛り上がり!! 他事業所の職員との交流もできとても楽しい忘年会となりました。



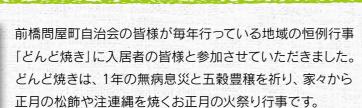






地域交流「どんど焼き」 (H28.1.11)





入居者様が1年間健やかに無病息災でいられるようしつかりと 祈願してきました!!

振る舞われた豚汁や甘酒はとても美味しく身も心も温まりました。 これからも地域の行事に積極的に参加させていただきたい と思いますのでよろしくお願いいたします。









涯出産数も1.人となりました。 そして子供の数は減少し、一人の女性の生 のない超高齢社会に入ってまいりました。 者の方々が地域で助け合い元気に生活する ことにより、少しでも若い人達が安心して さて、こうした超高齢社会において、高齢 65歳以上のお年寄り

を超えています。 生存期間)を延ばすことです。 今、平均寿命は女性で85歳、男性で80歳

を必要としないで自立した生活ができる

70歳となっています。 しかし、健康寿命は女性で73歳、男性で

役立つことは大切なことです。 平均寿命に近づくまで、元気で社会に

なるご支援ご協力を賜り心より御礼申し 上げます。 2016年となり、日本は経験したこと 平素より当会の運営につきまして多大 新年明けましておめでとうございます。

が最も多くなり

は役目を果たしていかなければなりません。 仕事や子育てができる社会となるよう、私達

かというと、まず「健康寿命」(日常的に介護 では、どのようにして超高齢社会を支える て社会に復帰していただくことは、私達の なった方々にも、もう一度、健康を取り戻し 多くなるように日々努力しています。 な病気を予防し治療して、 附属病院の医師たちも、高齢者に多い様々 役割を持って生活していくことも大切です。 大事な使命ですので、本年も更なる研鑽を また、介護が必要になったり、病気に 私達のグループの(公財)老年病研究所 また、高齢者の方々が、家庭でも地域でも

健康な高齢者が

重ねてまいります。 と共に助け合いながら地域社会を支てい 皆様それぞれの地域でも、高齢者の方々

けるよう頑張っていきましょう。 を祈念し新年のご挨拶とさせていただきます。 末筆になりますが、皆様のご多幸とご健勝

社会福祉法人陽光会 理事長 高五 真光

をして運動量を増やし、 くことが大切です。 そのためには、毎日の生活で楽しく仕事 糖尿病や骨粗しょう症などを防いで しっかりした食事

● 軽度認知症チェックリスト

最近1か月の状態について、該当するものをチェックしてください。 本人には自覚がない場合があります。普段の様子のわかるご家族がチェックしてください。

- □同じことを何回も話したり、尋ねたりする。
- □置き忘れやしまい忘れがある。

(鍵、保険証、通帳など、日常生活で使う物を探すことが多くなる、など)

- □出来事の前後関係がわからなくなった。(頂き物をして冷蔵庫に入れたが、後で、 どうしてそれがあるのか分からない、など)
- □ 服装など身の回りに無頓着になった。(汚れていても同じ服ばかり着ている、下着 などを何枚も重ねて着ている、など)
- □水道栓やドアを閉め忘れたり、後片づけがきちんとできなくなった。
- □同時に2つの作業を行うと、1つを忘れる。
- □薬を管理してきちんと内服することができなくなった。
- □以前はテキパキできた家事や作業に手間取るようになった。
- □計画を立てられなくなった。
- □複雑な話を理解できない。
- □興味が薄れ、意欲がなくなり、趣味活動などを止めてしまった。
- □前よりも怒りっぽくなったり、疑い深くなった。
- □大切なものを盗まれたと言う。

チェックの数

個

チェックの数が4個で認知症が疑われ、5個以上の場合には認知症が強く疑われます。 参考:山口晴保(著)「認知症予防」 医療機関などに早めに相談してください。

認知症相談と診察の流れ

反診したい・介護の仕方や悩み 問題行動への対応・施設や病院を知りたい 福祉サービスを利用したい・ お電話にて、家族・本人等からの相談 \downarrow \downarrow 受診日の決定(予約 助言・関係機関の紹介 V 担当医の診察 診察 診察前 検査 受診時の内容 血液検査、CT、MRI、SPECT 本人・家族等からの日常 専門医の診察 生活状況の聞き取り 心理検査、認知症検査 入院または通院治療 也機関紹介(医療機関・施設等)

(公財)老年病研究所附属病院 認知症疾患医療センター

〒371-0847 群馬県前橋市大友町3-26-8 **2027-252-7811(直通)**

■ 予約可能な外来

診察時間	月	火	水	木	金	±	日
午前 8:30~11:30	×	神経内科	神経内科	×	神経内科	×	×
午後 1:30~4:00	×	×	物忘れ外来	神経内科	神経内科	×	×

※水曜午後の物忘れ外来は完全予約制です。

きるチェックリストがあります認知症の疑いを簡単に確認で セルフチ

減らすこともできます。 を利用することで、 なアドバイスを受け福祉サ 介護負担を - ビス

> をおすすめします。 疑わしい場合には早めの受診 図 2

> > の予約をお取りしています。

ください。

(図 3)

まずは、

お電話に

てご相談

さらに、

早

い段階から適切

認知症疾患医療センター 受診をするにはつ

ながら必要な検査と専門医の外来 施設などからのご相談をお受け 受診の予約を行っています では 口晴保医師が診察を行って

として、週1回水曜日の午後に 神経内科とは別に物忘れ外来 認知症の鑑別診断は神経内科

> 行っています。
> おる家族介護相談も行っておりよる家族介護相談も行っておりまた、認知症看護認定看護師に 対する投薬調整をしています するなどのご家族が困る症状に 妄想や怒りっぽい、 物忘れ外来では、 介護を拒否 物盗られ

外来のご紹介

受診することが難しい疾患です。 本人が気付き自

> 「もしかしたら…」周囲の方が「何 認知症疾患医療センター 「何 -へ是非

公益財団法人老年病研究所附属病院

地域における認知症支援体制の構築



老化現象の一つですが、

認知症

物忘れ

は誰にでも現われる

と加齢による物忘れは違います。

を行っています。

図 1

① 認知症に関する専門医療相談

② 認知症の鑑別診断・初期対応

物忘れ

が気になっ

たら

認知症の鑑別診断や介護相談など

認知症疾患医療センターの業務

専門の相談員が、認知症に関する不安や悩みのある方、家族等からの様々

な相談に対応するとともに、地域包括支援センター等との連携を図り、介護

鑑別診断や治療方針の選定が必要な方には、認知症疾患の診断を行うため の検査(MRI、CT、心理テスト、血液検査等)や診察等を行い、診断に基づ

いた治療や初期対応等を行います。診断費用は医療保険にて取り扱います。

合併症や周辺症状(幻覚・妄想・徘徊等)に対する診断や入院治療を行うと ともに、必要に応じて連携する医療機関で対応する体制を確保します。

認知症に関する情報提供を行ったり、関係機関に対して、認知症に関する

知識の向上を図るための研修会を開催します。また、地域の医療福祉

関係者等から構成された認知症に関する連携会議を開催します。

③ 認知症の合併症・周辺症状への急性期対応

④ 認知症に関する啓蒙・研修等の活動

サービスの利用などの調整を行います。この専門医療相談は無料です。

施策の柱として、 いると推計され、

知症疾患医療センタ

認知症疾患医療センターでは してるところう

の運営を行っております

平成22年9月1日から群馬県の 疾患医療センターが整備されて 指定を受け認知症疾患医療センター 老年病研究所附属病院では

M C I と言わ 知症高齢者は推計で15%を占め います 認知症高齢者が著しく増加して であるといわれています 上ります。 人に1人が認知症とその予備軍 12年 れる軽度認知障害 時点で462万人に 認知症予備軍 65歳以上の 認知症 É 認

全国に認知症

が這っている」

場合があります。 をどんどん進行させてしまう して受診せず、 認知症の特徴として その結果、

超高齢社会となった現代では

〇以前はできた家事や作業に手間 ○話しを合わせ取り ○体験したことの全体を忘れる ○本人に物忘れの自覚がない などがあり日常生活に支障を 取るようになる 実際にはないものが見える幻覚

「犬がいるから餌をあげる」「壁に虫さんが来ているからお茶を出す」 状が出る場合があります。 認知症のタイプによって 「お客

加齢による物忘れだと勘違いを

認知症疾患医療

センタ

ーとは?

認知症

です 最近、 はあります

が困る症状も軽減できが困る症状も軽減でき また物盗られ妄想や怒り 介護を拒否するなど家族

おかしいと気付いた段階で受診最近、物忘れがあって様子が することで認知症の症状を軽く ことがあります。 ご家族や周囲 認知症を治す薬はありません 認知症の進行を遅らせる薬 進行を遅らせることが可能 0) 人が何とな

実際にお茶を入れたり、 いないのに殺虫剤をまいたりする いない犬の餌を用意したり、 実際には 何も

通所介護事業所



行事紹介



毎年恒例のクリスマス会が開催 されました!!

今年は利用者様とケーキ作りを 行いました。

生クリームや果実を思い思いに トッピング♪



心を込めて作った美味しいオリジナルケーキが完成です!!

「皆と一緒に作ると楽しいね」 「自分たちで作るとより美味しいね」 と談笑しながらおいしくいただきました♪



最後はお馴染みのサンタさんからひとりひとり にハンカチや靴下などのプレゼントを贈呈!! 心もお腹も満足していただけたようです。 普段と違うきらびやかな雰囲気のなかとても 楽しい時間を過ごすことができました♪







軽費老人ホーム

ケアハウス元総社

行事紹介



餅つき大会

正月準備として古くから日本で 親しまれている年末の行事と いえば「餅つき」ですね!!

日と杵を使い入居者の皆様も 健康と幸せを祈願して「よいしょ! よいしょ!」と一生懸命つきました。 つき立てのお餅は女性入居者の 皆様が腕をふるって大福やから み餅にしてくださいました。 手作りのおいしさは格別でしたね♪







毎年恒例のクリスマス会が開催されました!! クリスマスツリーがきらきらと輝くと気持ちもわくわく

クリスマス会

しますね♪ 今回は入居者様のコーラス隊による「きよしこの夜」 を披露していただきました。





豪華な料理が並び目移りしてしまいましたね♪ お楽しみの「くじ引き大会」も行い賑やかで笑顔 あふれるクリスマス会となりました。



行事紹介

ボランティアの国際ソロプチミスト前橋 フラダンスチーム·渋川女子高校JRC部 の方々が来訪してくださいました。

ゆったりと美しいフラダンスを披露して いただき、入居者様も音楽に合わせて手振り を真似てとても楽しんでおられました♪





ピックノ



手作りのタオル地帽子を プレゼントしていただき 入居者の皆様はすぐに かぶられニッコリ!! 当日は上毛新聞社の 取材も入りとても賑や







阿波踊りの後は「きよしこの夜」「ジングル・ベル」を

鈴やカスタネット・タンバリンを鳴らしながら全員で 合唱しました♪

今年のクリスマスプレゼントは、寒い時期にピッタ! の温かい肩掛けとお菓子!!

皆様、笑顔でお受け取りくださりとても良かったです♪



毎年恒例のクリスマス会が盛大に開催されました! 今年の職員による出しものは… 仮装での阿波踊りです!!

男性職員の華麗(?)な女装姿に入居者様も

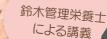
入居者様にもサンタの帽子を被っていただき 一緒に「チャンチャチャンチャ♪」のリズムに

合わせて楽しく踊りました。



訪問介護事業所





サンライフ問屋町の鈴木管理栄養士による

「栄養に関する基礎知識について」の研修を行いました。

私たちの体は食事から成り立っており、年齢が高くなるとうまく 食べられなくなったり、消化機能が低下し栄養・水分も摂りにくく なってきます。

栄養について知ることは生命の維持にも繋がる大切なことです。

◇栄養素の働きによって大きく分けると3つに分けられる

- 1. エネルギーになるもの…主食(ご飯·パン·麺類など)
- 2.からだをつくるもの…主菜(肉・魚・卵・豆製品など) →高齢者ではとくに重要な栄養源
- 3. からだの調子を整えるもの…副菜(野菜・きのこ・いも類など) ※その他として、牛乳・乳製品(牛乳・ヨーグルト・チーズなど)・果実

◇バランスの良い食事のポイント

- •主食・主菜・副菜の組み合わせが基本
- ・調理に気を配る
- 高齢者は適正なエネルギー、低塩を心掛け、ビタミンやミネラル を多く含む食事
- ・塩分の摂りすぎは高血圧や動脈硬化などの原因になるため注意





最後に皆で試食を行い鈴木栄養士に栄養バランスや 味付けのチェックをしてもらいました。

今回の研修で学んだことを生かし、サービス先の ご家庭でもおいしい食事を提供いたします。

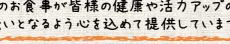






毎日のお食事が皆様の健康や活カアップの お手伝いとなるよう心を込めて提供しています





七草粥 (203㎞)



材料(1人分)

精白米 55g	
大根········· 10g	(
生椎茸5g	
小松菜 10g	
人参·········· 10g	
かぶ 10g	
せり3g	
みつば3g	
食塩······0.8g	
だし汁 180a	

①椎茸・大根・人参を鍋で煮る。 ②せり・小松菜・みつばを下茹でして やわらかくしておく。

③①をだし汁・塩で少し濃いめに 味付する。

④③を再度沸かし火を止めて②を 入れる。

⑤粥を器に入れ④を上から盛り付けて 菜箸等で少し混ぜて完成!!



食べたのです。 から邪気を払うと わってくれる7種類の野菜の入ったや飲み過ぎで疲れた胃を優しくいた

当会では、栄養バランスを考慮して少し濃い味のおせち料理がつづいたあとにはとても新鮮な味わいです。 られていたそうです。草をトントン叩いて刻む回数も決め そこで無病息災を祈って七草粥を 七草は早春にいち早く芽吹くこと 古くはまな板の上で

でもぜひお試しください

今回は斎藤様より、

様々な包装紙やチラシを使用

作られた「くす玉」をお寄せいただきました。



行事紹介







施設長・前施設長の着物姿は 艶やかで綺麗でしたね♪ 皆様、今年もよろしくお願いいた

元気で健康に過ごしましょう!!

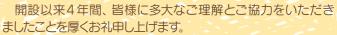
れているご姿勢はとても素晴らしいです ヘ、新しいことにチャレンジすることがとても楽しいけ花などのクラブ活動にも積極的に参加されてお 、作り方を教えてもらったことがきっかけで始められサンライフ問屋町にボランティアの方が来訪した際 斎藤様はその他にも施設で行われている手芸・書道・ どれも細かく丁寧につくられた素敵な作品ばかり いくつになっても好奇心旺盛に様々なことを楽しま 居室内にはこれまで作られた作品が





す

施設長退任挨拶



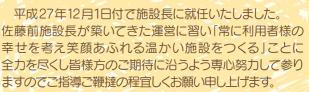
今後はサンライフの嘱託医として、今まで以上に皆様の健康を お守りして参ります。

今後とも宜しくお願い申し上げます。

(公財)老年病研究所附属高玉診察所 医師 佐藤美恵

施設長就任挨拶

THE RESIDENCE OF THE PROPERTY OF THE PARTY O



施設長 高木浩子



関連施設 Institution

■社会福祉法人 陽光会	TEL: 027-256-7788(代) FAX: 027-256-7755(代) 〒371-0855 群馬県前橋市問屋町1-5-4
■軽費老人ホーム ケアハウス元総社	TEL: 027-256-7782 FAX: 027-256-7789 〒371-0846 群馬県前橋市元総社町2-1-7
■介護付有料老人ホーム サンヒルズ総社	TEL: 027-280-5533 FAX: 027-280-5532 〒371-0852 群馬県前橋市総社町総社2724-1
■特別養護老人ホーム サンライフ問屋町	TEL: 027-253-4165 FAX: 027-253-4166 〒371-0855 群馬県前橋市問屋町1-5-4
■通所介護事業所 デイサービスセンター元総社	TEL: 027-256-7780 FAX: 027-256-7783 〒371-0855 群馬県前橋市問屋町1-5-4
■訪問介護事業所 ホームヘルパーステーション元総社	TEL: 027-256-7781 FAX: 027-256-7783
■ 公益財団法人 老年病研究所附属病院	TEL: 027-253-3311 (代) FAX: 027-252-7575 (代)





介護付有料老人ホーム サンヒルズ総社





(公財) 老年病研究所グループ全景

〒371-0847 群馬県前橋市大友町3-26-8







ご意見・ご感想おまちしております!

社会福祉法人

〒 371-0855 群馬県前橋市問屋町 1-5-4







www. http://www.yokokai.or.jp