

やけやまだより

2018年

盛夏号

この度の豪雨災害に対し、心よりお見舞い申し上げますと共に
皆様のご無事と一日も早い復興をお祈りいたします。

院長 森和彦



※ 現在、熊本地震の影響により放水は行われておりません

石造アーチ橋からの豪快な放水に冷んやり

通潤橋（つうじゅんきょう）は熊本県上益城郡山都（やまと）町に架かる石造単アーチ橋。江戸時代の嘉永7（1854）年に造られ、国の重要文化財に指定されています。

通水管に詰まった堆積物を取り除くために放水が行われていましたが、その迫力に思わず感嘆の声をあげてしまいました。冷んやりと夏の暑さを和らげてくれました。

文・写真：細川 哲也先生



園芸活動で収穫した野菜でカレーライス作り

重度認知症デイケア【やまデイ】では利用者さまの声にできる限りお応えできるよう様々なプログラムを準備しています。

実家で畑を持っていて、若い頃にやっていた、外に出るのが好きだから・・・等、利用者さまは園芸活動にとっても興味を持っています。

そんな声にお応えするため、畑を作り野菜を育てています。畑を作ることから始まり、耕し、苗もスタッフと一緒に買い物に行き、植え付けや、草抜き、水やりなどそれぞれの出来ることをして頂いています。

先日、じゃが芋と玉ねぎが育ったため収穫し、それらを使い『調理実習』を行いました。メニューは利用者さまと一緒に考え、必要な物も買い出



しに行きました。主に女性利用者さまに手伝って頂き、「カレーライス」を作り、昼食として食べて頂きました。好評で、大変喜ばれていました。



認知症治療病棟で「あじさい茶会」開催

認知症治療病棟（3病棟）では、6月6日に「あじさい茶会」を開催しました。

青空のもと、新緑を見ながらの茶会を願っていたのですが、あいにくの梅雨空……。病棟内での開催となりました。

今回の亭主は、学生の頃に茶道をたしなんだことのある看護師が行いました。

そして、お茶菓子は栗まんじゅうを用意しました。とても好評で「おいしい」との声と、笑顔がたくさんありました。

最後に「あじさい茶会」という名前の通り、あじさいを作りました。台紙にのりを付け、お花紙で作った花びらを貼りました。



花びらの位置を考えながら素敵なあじさいが出来ました。壁に飾ると

「きれいね」と拍手が湧き上がり楽しいひと時を過ごすことができました。

リハビリテーション部

生活のリズムや動作の回復を目的に患者さまを支援

リハビリテーション部では作業療法（OT）と、疾患別リハビリテーションを行っています。

作業療法（OT）では何らかの病によって失ってしまいがちな生活リズムや楽しみ、喜び等を手工芸、園芸、スポーツを通して取り戻し、自分らしい生活を送れるよう支援します。

疾患別リハビリテーションでは、骨折や脳梗塞等の疾患によって難しくなった日常生活動作（ADL）の回復を目的に、動作練習や歩行訓練等を行っています。

患者さまの「少しでも歩けるようになりたい」や、「腰の痛みをなくしたい」など、さまざまな希望に耳を傾けています。

リハビリ時間 9:15~11:15 / 14:00~16:00



患者さまが作られた巾着とハンカチ。デザインもご自分で考えて、刺繍をされました



自力で立てない方の訓練器・ティルトテーブル



歩行訓練や筋力トレーニングに使用する平行棒

重度認知症デイケア 利用者さまの作品



「月々のカレンダーの絵柄は自分達で創ろう!」という事で、毎月その月に合わせた絵柄を考案し作成しています。折り紙でのちぎり絵やお花紙を丸めた物等……。様々な物を使って共同作業で季節の絵を完成させています。

当院では【足】についての取り組みを積極的に行っています。外来には『医療フットケアスペシャリスト』の資格を持つ看護師が在籍しており、フットケア外来も行っております。

2月のやまカフェでは、資格を持つ看護師による講演を行い、皆さんに【足】についてのお話を聞いて頂きました。

5月には、県立広島大学の長谷川正哉先生をお招きして『足元から健康を見直そう』という演題で、靴の選び方や正しい歩き方、足のメンテナンスの方法等のお話をして頂き、大変好評でした。

今後もいろいろな講演を企画しております。認知症に関心のある方や実際に介護をされている方、相談したい事がある方などカフェの時間中に相談もお受けしております。

熊野町、昭和市民センターと当院の巡回車(やま

好評！足についての積極的な取り組み



バス)も運行しておりますので、関心のある方は「やまカフェの事で・・・」と地域移行連携部へお問い合わせください。

＜今後のスケジュール＞

毎月第3土曜日 14:00～16:00頃 参加費 200円

- 8/18 当院病棟看護師による認知症の方との関わり方
- 9/15 栄養科による認知症予防に効果のある食材～野菜編～
- 10/20 認知症介護アドバイザーによる在宅での認知症の方との関わり方



地域移行連携部より わかりやすいQ&Aコーナ

「自立支援医療制度」ってどんな制度？



Q：自立支援医療制度ってよく耳にするけれどどんなものなの？

A：自立支援医療制度（精神通医医療）は、通院による精神医療を続ける必要がある方の通院医療費の自己負担額を3割から1割に軽減してくれる制度です。また、世帯の所得に応じて1ヶ月の自己負担の上限が設定され、上限額を超える医療費は負担する必要はありません。

自立支援医療制度の対象は、以下の病気が該当します。

- ・統合失調症
- ・うつ病、躁うつ病などの気分障害
- ・薬物などの精神作用物質による急性中毒又はその依存症
- ・PTSD等のストレス関連障害や、パニック障害などの不安障害

- ・知的障害、心理的発達の障害
 - ・アルツハイマー病型認知症、血管性認知症
 - ・てんかん など
- ※風邪、血圧、糖尿病等の内科薬や湿布などは対象外です。

「自立支援医療制度」はデイケア、訪問看護、重度認知症デイケアも対象となります。

申請のお手伝い等もご一緒にさせていただきますので、気になる方は地域移行連携部までお気軽にご相談ください。

地域移行連携部

入院や受診相談など、何かお困りの際は
お気軽に呉やけやま病院 地域移行連携部まで
ご連絡ください。

【お問い合わせ先】 電話 (0823) 33-0511

しらすは、ご存知の通り、魚を丸ごと食べられるということで、日本人に不足しがちなカルシウムを骨ごとたっぷり摂れるというところが魅力の食材です。

小皿1杯分、約100gで1日分のカルシウム約500mgが摂れます。歯や骨を丈夫にして骨粗鬆症を予防したり、筋肉の働きを良くする効果があることは良く知られていますが、カルシウムはイライラの解消もしてくれます。

しらすには、カルシウムだけでなく、健康や美容、老化防止にも効果があります。DHAやEPAも豊富に含まれており、認知症予防や、高血圧、動脈硬化、脳梗塞、心筋梗塞、糖尿病などの生活習慣病も予防します。他にも天然のミネラルが豊富に含まれており、疲労回復、ストレス緩和、風邪などの免疫力低下も予防してくれます。



＜材料＞ 2人分

- しらす 20g・20g
- グリーンアスパラ 大4本程度
- スパゲティー(1.4mm) 160g
- オリーブオイル 大さじ1杯・小さじ1杯
- バター 小さじ1杯
- 醤油 小さじ1杯～
- 塩 小さじ1杯
- きざみのり 適宜

＜作り方＞

- ① オリーブオイル大さじ1杯をフライパンで熱し、しらす20gを揚げ焼きにする。
- ② アスパラは硬い部分をピーラーで剥き、斜めスライスにする。
- ③ 適量の湯を沸騰させ、沸騰したら塩小さじ1杯を入れてスパゲティーを茹でる。茹であがりの1～2分前に、スライスしたアスパラと一緒に茹でる。
- ④ ザルにあげ、茹で汁を捨てないように水気を切り、揚げ焼きをしていないしらす20g、オリーブオイル小さじ1杯、バター小さじ1杯、醤油小さじ1杯を混ぜ、器に盛る。
- ⑤ 器に盛ったら、茹で汁を軽くかけ、揚げ焼きしたしらす、きざみのりをトッピングする。

当院のフレッシュさん
新入職者紹介



所属..... 重度認知症デイケア
好きな食べ物..... 麺類(パスタ、ラーメン等)
好きな音楽..... 洋楽
よく見るTV番組... 海外アーティストの番組

野村 博子 マイブーム..... 家族でお出かけ
のむら ひろこ 愛猫と遊ぶ
「心に寄り添えるよう、頑張っていきたいです」



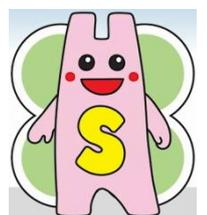
所属..... リハビリテーション部
好きな食べ物..... お米
好きな音楽..... カープの応援歌
よく見るTV番組... 報道ステーション

吉田 誉 マイブーム..... 旅行
よしだ ほまれ
「よろしくお願いします」



医療法人健応会
呉やけやま病院

〒737-0924 広島県呉市焼山南1丁目8番23号
電話 (0823)33-0511 (代) FAX (0823)34-1366
ホームページでも当院の情報を発信しています。
呉やけやま病院で検索してください。



医療法人健応会マスコットキャラクター
ヘルスサポートくん