

平成21年12月
第15号

広報誌

ゆうじんかい



医療法人 雄仁会 加藤病院 ・ 介護老人保健施設 岡の苑

〒878-0013 大分県竹田市大字竹田1855番地

TEL 0974-63-2338

Fax 0974-63-2339

わ さと
認知症対応型施設 和の郷

〒878-0026 大分県竹田市大字飛田川字山手1618番地の2

TEL 0974-63-0225

Fax 0974-63-0278

メールアドレス yuujinkai@lime.ocn.ne.jp
HPアドレス <http://www16.ocn.ne.jp/~yuujin/>

雄仁会 基本理念



安全・信頼・満足

私達は患者様に**安全**な医療を提供します

私達は患者様に**信頼**される医療を提供します

私達は患者様に**満足**される医療を提供します

雄仁会 基本方針

1. 患者様の立場を尊重し、自立と社会復帰を支援します
2. 仕事に使命感を持ち、業務の改善に努めます
3. 他部門と連携してチーム医療を遂行します
4. 地域社会から愛される医療機関を目指します

御 挨 拶



医療法人 雄仁会
理事長 加藤一郎

医療法人雄仁会は地域の皆様によりよい医療、看護、介護が提供できるように、平成22年5月完成をめざして新築工事を行っています。大変なご迷惑をおかけしていますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

近年、認知症のBPSD(行動・心理症状)が原因のトラブルや交通事故などが社会問題化しています。少子超高齢化で2015年には65歳以上が人口の3分の1以上を占め、その5%以上が認知症になるといわれています。対策として国家プロジェクトで認知症疾患医療センター、地域認知症専門医療機関等の設置がすすみ、豊肥地区では加藤病院が選ばれました。今後相談や治療などのニーズの増加が予想されます。

雄仁会では医療、看護、介護、リハビリ等いろいろな国家資格、専門資格者が協働で患者さん利用者さんに接し、それぞれが専門性を生かし質の向上と連携の強化をはかりながらチーム医療、介護を行っています。

その一環として加藤病院は平成18年1月に「病院機能評価」を取得しました。そして早くも5年目の更新をむかえます。「患者の安全・満足」の視点で業務の見直し、改善、連携をすすめ、活気のある前向きな考えで働きやすい職場づくりを推進し、自信を持って地域に貢献できる人づくりを目指してしていきます。

今後ともよろしくお願いいたします。



【医療法人 雄仁会 加藤病院改築完成予想図】

心的外傷後ストレス障害(PTSD)について



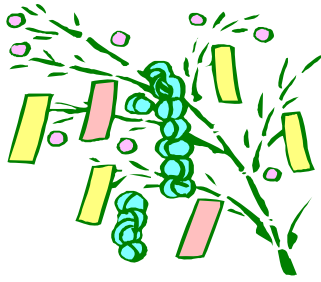
精神科医師
丸岡 隆之

我々は誰にでも、精神疾患を発病する可能性があります。その中でも、心的外傷後ストレス障害(PTSD)は、地震などの災害、犯罪被害、性暴力被害などの、強い恐怖、無力感または戦慄を伴う、突然の衝撃的出来事を経験することによって生じる精神障害です。

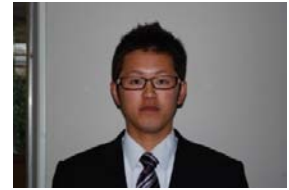
PTSDには、再体験、回避・麻痺、覚醒亢進の、3つの主要症状があります。再体験は、原因となった外傷体験が、苦痛を伴って繰り返し思い出されたり、悪夢となって登場したりする症状です。回避・麻痺は、外傷体験を思い出すような状況や場面を避け続ける、あるいは感情や感覚などの反応性の麻痺という症状を指します。覚醒亢進は、事件に再び遭遇することを過度に警戒することで、睡眠障害やイライラなどが生じる症状です。

以上のような衝撃的な体験の影響が1ヶ月以上も続く場合は、専門の医療機関に相談したほうがよいでしょう。精神障害を発病するきっかけは、案外我々の身近に存在するのかもしれません。

病院行事



七夕祭り



社会復帰支援部
作業療法士 岩屋 将貴

7月23日(木)に5階ホールで開催した「七夕祭り(カキ氷祭り)」が、今年も無事盛大に行われました。会場には3本の竹が用意され、患者様が思い思いに願いを綴った短冊や、約一ヶ月前から作業療法活動の一環としての手工芸(七夕の飾り作り)で作成した作品を患者様と一緒に竹に飾りつけました。こうして完成し展示した七夕飾りを観賞して患者様は「きれいやなあ、七夕の風景やなあ。」等の感嘆の声をあげ、季節感を味わいながら喜ばれていた顔が印象的でした。

また、今回のお祭りのメインであるカキ氷を患者様に食していただきました。今年は昨年よりも味の種類が増えてイチゴ、オレンジ、レモン、グレープ、青りんご、ハワイアンの6種類の味を楽しんでいただきました。青い色をしたカキ氷に興味をもった患者様も多く「なんなあその色は。きれいな色しちょんあ。二杯目はそれ(ハワイアン)をかけて。」などの驚きの声や感動の声が多く聞かれました。またカキ氷を食べると舌の色が食べたカキ氷の色に変色します。その舌の色を患者様同士で見て大声で笑いあったり、相手に教えてあげたりと楽しまれている様子を見ることができました。

こうして無事に七夕祭りを終えることができましたが、七夕という季節のお祭りとかキ氷というこの季節ならではの味覚を味わっていただいたことは普段、直接的に季節感を味わう機会が少ない患者様にとってたいへん喜んでいただける行事となったのではないかと思います。

精神科リハビリテーションでは、毎月一回のイベント行事を実施しています。8月は「夏祭り」を楽しんでいただきました。今後もいろいろな企画に取り組んでいきます。



病院行事



夏祭り



社会復帰支援部
主任 大津光広

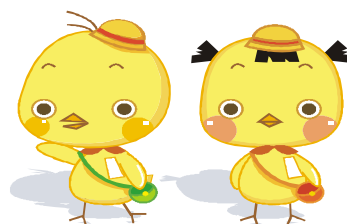
恒例となった夏祭り、患者様により楽しんでいただくべく毎回趣向を凝らしてまいりましたが、本年度の夏祭りも8月11日(火)に盛大に行うことができました。

入院患者様によるコーラス部発表と日本舞踊、四季の会による歌謡ショー、抽選会などを参加された計170名の入院患者様とデイケア利用者様が大いに楽しめました。とりわけ、本年の目玉の出し物である直入保育園園児による神楽では、可愛いチビっ子たちの一所懸命に舞う姿を見て「まー、可愛い」「うんうん」と頷いたり微笑んだり、また目頭を押さえ涙ぐみながら見ておられる患者様が多くおられました。こうした園児との関わりは、普段感動する機会が少ない患者様に情動の安定や回想により認知機能へ働きかける機会ともなったのではないかと思います。

こうした患者様の精神に与える良い影響は、コーラス部の発表でも見られました。日ごろ練習した成果を大勢の聴衆の前で発表したことは、達成感・自信をもつ機会ともなり余暇活動に目的意識を持ち、さらなる意欲をもって臨むことができるものと考えます。

今回の夏祭りをとおして、夏祭りをただ楽しんでいただく場としてではなく、患者様の心身に良い影響を与える行事としていくことの必要性を改めて感じました。

今後の夏祭りをより良きものとすべく、スタッフ一同頑張っていきたいと思っています。



病院行事



紅葉狩り



社会復帰支援部
作業療法士 高山恵美

今回の紅葉狩りは、11月上旬から中旬にかけて病棟ごとに分かれて行いました。数少ない院外活動ということもあり、参加総数70名と多くの方に参加して頂きました。

患者様は寒さに備えしっかりと服を着込み、早くから準備万端。スタッフが誘導に行ったときには、「早く行くで。」と出発を待ちきれない様子でした。バスに乗り込んでからは、音楽を聴いたり、窓から風景を眺めたり、お話をしたりと思い思いに過ごされていました。

バスは、竹田を抜け久住へ向かいます。木々の色も段々と濃くなると同時に、皆様の話し声も「わあ〜。」と言う感嘆の声へと変わっていきました。三愛レストハウスでトイレ休憩をした後に、岩崎有料道路へ入ると景色はまた一変。色とりどりの葉がまるでトンネルのようになっており、患者様の表情も自然と和らいでいきました。

病院に帰り着く頃には、久しぶりのドライブに疲れてしまった方もいらっしまったようですが、非常に満足された様子でした。今回同行して、患者様の生き生きとした表情から季節を目で見て肌で感じることの大切さを強く感じました。今後も、定期的に野外活動を計画し、患者様とともに植物や空気の変化を楽しんでいきたいと思います。



精神科デイナイトケア行事



地域交流会に参加



精神科デイナイトケア
主任 大塚央士

10月1日(木)、竹田市久住町保険センターにて、竹田地区の精神障がい者を主な対象とした地域交流会が開催されました。当院からは精神科デイナイトケアの利用者、地域福祉関連施設からは豊肥保健所デイケア、ほほえみの会、竹田やまなみ福祉会のご利用者が参加され、総勢約70名の参加がありました。

交流会の内容は、利用施設に関係なく13チーム程に分け結成。室内グラウンドゴルフや輪投げ、ペットボトルを使用するのボウリング、クイズ等のオリエンテーリングを実施しました。あいにくの雨模様であり、室内での決行となりましたが、チームのメンバーとの交流も多く、和気藹々と楽しく過ごしました。又、昼食も各々仲の良いメンバーで食べられる等、和やかな雰囲気でした。

地域交流会終了後には、デイナイトケアの利用者の口から「楽しかった。また参加したい。」との言葉が多く聴かれ、良い交流の場であったと感じました。

今回の交流会を通じて地域との交流の大切さを強く感じました。今後もこのような交流を継続し盛り上げていく事で、加藤病院が地域に開かれ、より信頼される医療機関になると思います。



岡の苑行事

敬老会

9月25日(金)、岡の苑にて入所・通所リハ合同の敬老会が開催されました。90歳以上の入所26名・通所リハ17名のご利用者様に施設長より記念品が贈呈され、スタッフによるソーラン節や手話ダンス、ゲームを楽しみ、ご利用者さまの長寿をお祝いたしました。

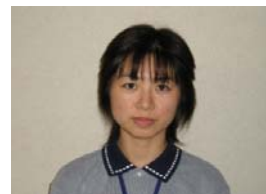
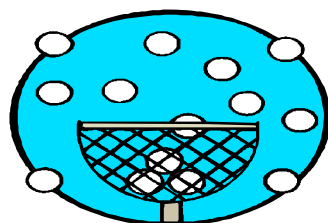


在宅復帰支援部
部長 古川直美



岡の苑行事

運動会



リハビリテーション課
課長 後藤宏子

10月20日(火)、岡の苑秋季大運動会が開催され、ご利用者様・スタッフが全員参加し、赤白に分かれ戦いました。スタッフによる「応援合戦」にはじまり、「幸せの輪送り」、「紐引き」、「玉入れ」などの競技に盛り上がり、笑いあり、涙あり。途中スタッフによる組体操「扇」「ピラミッド」「肩車」が披露され、昔を思い出し喜ばれる方も多かったようです。みなさんの日頃のリハビリの成果が存分に発揮された1日でした。



和の郷行事



長湯温泉ツアー

6月9日(火)にグループホームの入居者様4名と長湯温泉(水神の森)に行きました。外に出ると開放的な気分になるのでしょう、バスの車内では自然と唄を口ずさむ方もいらっしゃり、とてもにぎやかで楽しい雰囲気でした。

現地では、高倉健という名前の物静かな大きな白いワンちゃんに迎えられました。水神の森は晴れた日には、浴槽から久住山が一望できるそうですが、この日はあいにく曇っていたので視界は今ひとつで残念。しかし、とても静かでのんびりしたところで皆さんゆっくりとした時間を過ごすことが出来たようです。和の郷に戻ってからも「温泉良かったなあ～」や「また行きたいわあ」などと多くの思いを聞くことができ私達も嬉しく感じています。



介護福祉士
工藤 美和



竹田夏越まつり見学



7月18日(土)、「竹田夏越まつり」が催され、子供みこし・城原神社のおみこしが竹田の町を「ちょう～さじゃ、ちょう～さじゃ」と練り歩く光景をご利用者様と見学に行きました。

久し振りに見た方は「そうやそうや、こうやったな～でも昔より子供は減ったよなあ、変わったんやな」と言われ時代の移り変わりを目にされ寂しさもあるようです。初めて見た方は「これが夏越まつりな、すごいなあ～」と感心されるなど様々な感想が聞かれました。

また、「城原神社のおみこし」をくぐると良い事があるという言い伝えがあると聞き、皆さんと笑顔でおみこしの下をくぐってみました。

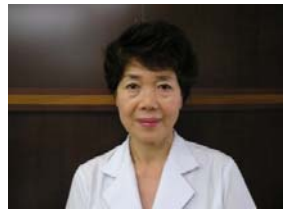
皆様がいつまでも健康で良い事が沢山ありますように…。



介護担当
木崎 あけみ



血管を若返らせる方法を教えます



栄養管理センター
センター長 藤澤初子

日本は世界一の長寿国ですが、食生活の欧米化により、生活習慣病及びその予備軍が増えています。日本人の三大死因は1位ががん、2位が脳卒中で3位が心臓血管疾患。2位も3位も動脈硬化などの血管・血液系疾患が原因です。

アンチエイジングと病気予防は、血管と血液をいかに若く保つかがポイントです。人は血管と共に老いる、と言われていたようにそれらは高血圧と密接な関係があるのです。しかし高血圧を病気と認識している人は案外少なく病院で治療を受けている人は高血圧人口全体の14%しかいません。その他の人は知ってか知らずか、高血圧をそのまま放置していると言う事です。その為、気付いた時には病気が進行して手遅れと言う事にもなりかねません。

鍵となるのはやはり食事。きちんと食べる事が近道！

血管年齢を若々しく保つには、日々の食生活こそが大切です。一見遠回りの様でもバランスよく食べることが得策で特定の食品や栄養素重視で、すぐ効果が出るものでもありません。人間の体は一つの食品で変わるほど単純には出来ていません。

では具体的にどんな食生活がお勧めかといいますと

① 食塩を意識して減らす

かぼすや、だしを使うと醤油など少なくて済みます。麺類の汁は結構な塩分、汁は残して。

② 野菜と海草は意識して食べる

③ 水分も忘れずに摂る

水分が不足すると、血液中の水分も失われて血液がドロドロの状態になります。するとスムーズに血管を流れる事が出来ず、動脈硬化や高血圧を促進します。特に就寝時は発汗や呼吸によって1リットル近い水分が失われるといえます。

④ 決まった時間に食べ、寝る前は食べない

トータルな摂取量が同じでも、ドカ食いなど不規則な食習慣だと、体は栄養を貯め込もうとして体脂肪がつきやすくなるのです。又せめて寝る2時間前以降は食べ物を口にせず胃を空にして眠ると安眠出来、脂肪がつきにくくなります。

⑤ よく噛めば老化防止にも効果的

ゆっくり噛んで食べる習慣がつけば満腹中枢が刺激され、食べ過ぎ防止になります。よく噛めば消化吸收を助ける、唾液が雑菌の繁殖を防ぐ、活性酸素を除去するなどの効果に加え脳の血流が良くなり老化防止にも役立ちます。

“さびない血管をキープする、こんな成分もおすすめ”

ポリフェノール

タンニン、カテキン、フラボノール、ルチンなどと呼ばれるものは皆ポリフェノールのこと。活性酸素の除去にパワーを発揮します。緑黄色野菜をはじめ、赤ワインやお茶、そば、などに含まれています。

アスタキサンチン

サケやマス、イクラ、オキアミ、甲殻類や甲殻類を食べている鯛の赤い皮など赤い食品に多く含まれているカロテノイドの仲間。紫外線やフリーラジカル（活性酸素）から体を守ってくれます。赤い色素にはがん予防の効果があるといわれています。

不飽和脂肪酸

低エネルギーで高たんぱくな青魚（アジ、いわし、さんま、など）やまぐろなどに多く含まれるDHAやEPAなど不飽和脂肪酸は悪玉コレステロール（LDL）を減らし、善玉コレステロール（HDL）を増やし、動脈硬化を抑制する働きがあります。



簡単で美味しいレシピ紹介

マグロのカルパッチョ



材料(1人分)

マグロ赤身(刺身用)・・・60g 黒コショウ・塩・・・少々
オリーブ油・・・10g バルサミコ酢(スーパーで売っている)・・・6g
(A)マヨネーズ・・・5g だし汁・・・1g しょうゆ・・・少々

＜作り方＞

- ① マグロを薄切りにして皿に並べ、上から塩コショウをふる。
- ② オリーブ油とバルサミコ酢を混ぜ合わせ①の上にスプーンでかける。
- ③ (A)を混ぜ合わせ小さなビニール袋に入れ、先端を小さく切って②の上から斜線状に絞り出して出来上がり。



バナナとゴマのジュース

材料(1人分)

バナナ・・・100g 白すりゴマ・・・5g 水・・・50g レモン汁(又はかぼす)・・・5g
牛乳・・・150g(好みで砂糖少々加えても可)

＜作り方＞

バナナは皮をむいて適当な大きさに切る。全ての材料をミキサーにかけできあがり。

なごやか認知症予防講演会

「地域の方々に認知症についてもっと知って
いただきたい」との思いから、雄仁会の職員で
寸劇をすることになり"稲葉よろうち座"を結成
いたしました。第一回の6月28日竹田公演は
280人余りの方々に観ていただき手応えを感
じることができました。



地域連携センター
センター長 神品 實子

寸劇では、認知症について、早期に対応することの大切さと、受診する時
のコツなど、精神科受診という敷居の高さを低くできればと演じています。
寸劇の後には、当院副院長 甲斐清隆医師が認知症の基本的なことにつ
いて講演することで、寸劇の内容と先生の講演がつながり、より具体的に
理解されるよう組み立てています。参加していただいた方々からも、とても
楽しくよく分かつたという声がありました。

10月9日(金)夜7時からの「稲葉よろうち座おがた公演」では、出来るだ
け雄仁会の緒方町出身者が出演するなど一段と楽しい講演会になりました。
これからも地域の皆様に喜んでいただける企画をしていきたいと考え
ていますので、よろしくお願いします。



【甲斐先生講演の様子】



【稲葉よろうち座今後の予定】

竹田地域: 1月22日 竹田市総合社会福祉センター
萩 地 域: 1月29日 萩福祉健康エリア
直入地域: 2月5日 直入公民館
久住地域: 2月18日 久住保険センター



【稲葉よろうち座演劇の様子】

竹田市 心の相談支援事業所の紹介

相談は**無料**です

秘密は**厳守**いたします

ひとりで悩まずお電話を



相談支援専門員
岑 浩

「こころの健康相談をご利用下さい」

竹田市心の相談支援事業所では、月1回、地域の保健センターで巡回相談（要予約・無料）を行っています。

【日程】

竹田地域：第4火曜日 竹田市総合社会福祉センター

荻地域：第1月曜日 荻福祉健康エリア

久住地域：第4木曜日 久住保健センター

直入地域：第3水曜日 直入公民館

各会場とも相談時間は午後1時30分～午後3時30分です。

変更等の場合もありますので「竹田市心の相談支援事業所」までご連絡下さい。



- 不眠症相談
- うつ病相談
- 物忘れ相談
- ストレスの悩み相談
- 認知症で悩んでいる家族
などの相談をお受けします。

関係機関と連携し、一緒に
悩みごとを解決できるように
お手伝いいたします。
ご相談下さい！

【連絡先】

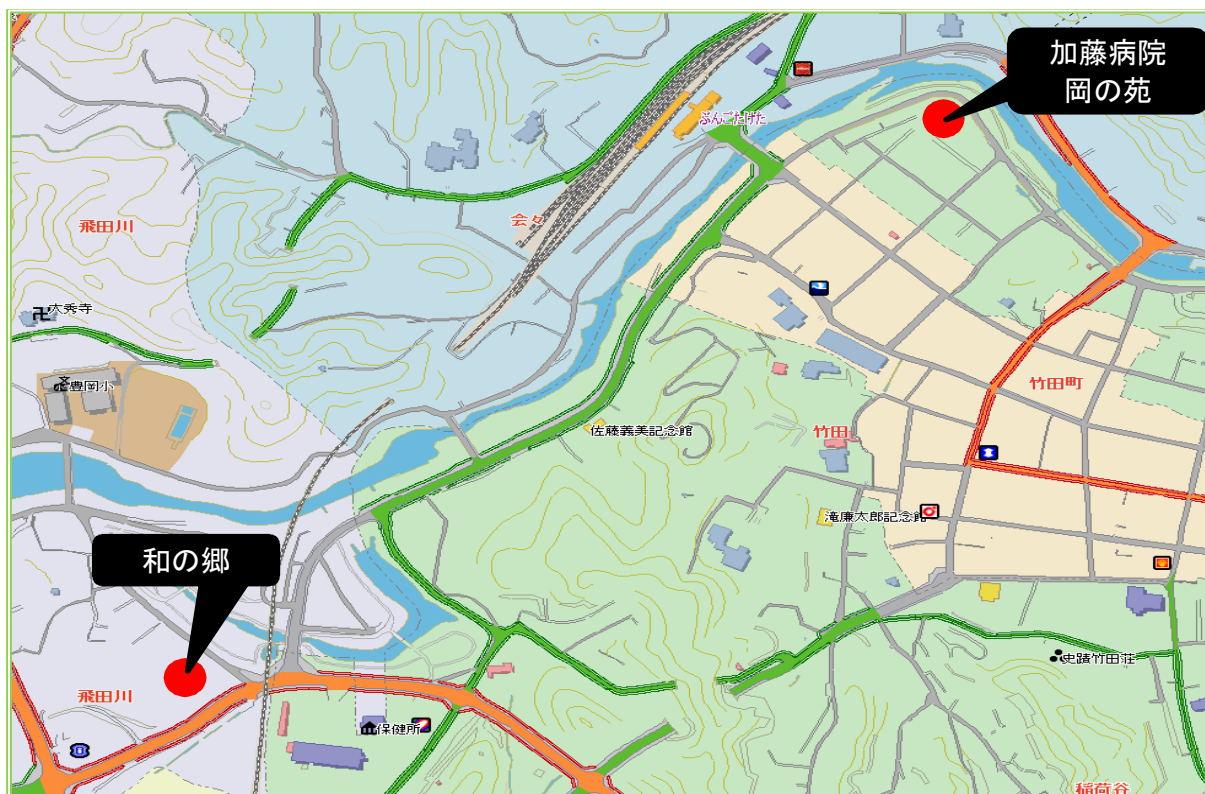
事務所：竹田市大字竹田1855番地

電話：0974-63-3346

時間：月曜日～金曜日（午前9時～午後5時）

祝祭日・年末年始はお休みです





医療法人 雄仁会

メールアドレス yuujinkai@lime.ocn.ne.jp
HPアドレス <http://www16.ocn.ne.jp/~yuujin/>

〒878-0013 大分県竹田市竹田1855
TEL 0974-63-2338
Fax 0974-63-2339

加藤病院

TEL 0974-63-2338

診療科目

- ◇心療内科
(ストレス病・うつ病・不眠症)
- ◇精神科
- ◇内科
- ◇皮膚科(火曜日 午後3時～)

- ◇もの忘れに関する健康相談
- ◇精神科デイ・ナイト・ケア
- ◇精神科訪問看護
- ◇共同住居 しらゆりの里

診療時間 午前9時～午後5時
(日曜日・祝日は休診)
面会時間 午前9時～午後7時

介護老人保健施設 岡の苑

TEL 0974-63-3837

サービス内容

- ◇通所リハビリテーション
- ◇入所・短期入所
- ◇認知症専門棟

- ◇訪問介護ステーション
- ◇訪問リハビリテーション
- ◇指定居宅介護支援事業所

通所時間
午前9時20分～午後3時30分
(日曜日は休み)
面会時間 午前8時～午後7時

認知症対応型施設 わさと 和の郷

TEL 0974-63-0225

- ◇グループホーム

- ◇デイサービスセンター

通所時間
午前9時30分～午後3時40分
(日曜日は休み)

診療案内

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
心療内科	○	○	○	○	○	○午前
精神科	○	○	○	○	○	○午前
内科	○	○	○	○	○	×
皮膚科	×	○午後	×	×	×	×