

平成29年9月吉日 発行
発行者 公益財団法人青樹会
編集者 公益財団法人青樹会
広報委員会
連絡先 医療社会事業課
代表番号 0748-33-7101

滋賀八幡病院 季刊広報誌

青葉の風

65
ANNIVERSARY
第37号

滋賀八幡病院の季刊広報誌「青葉の風」第37号をお届けいたします。



医長 山路 力

○ 認知症を知っていると、とってもお得です

私は、滋賀県に来て 10 年以上になります。歴史情緒溢れ、風光明媚な滋賀県に來れば、琵琶湖一周や伊吹山登山に憧れる人は少なくないと思います。今年初めて伊吹山を登って、壮大な景色や美しい草花に感動しました。

人生を山登りに例える方もおられるかと思いますが、日本人の平均寿命は、医療の進歩もあって、男性は 80 歳、女性は 85 歳を越えています。65 歳で定年退職した後も 20 年程の時間があることとなり、この間の、いわゆるセカンドライフの過ごし方が取りざたされる世の中となりました。

現在日本は **85 歳以上の 4 人に 1 人が認知症**です。これは 85 歳以上の方々だけでなく、そのご家族全ての人が知る必要のある事実です。認知症は、患者さん本人だけでなく、ご家族にも非常に影響のある事柄だからです。

認知症であることは、ご本人さんはとても気が付きにくいものです。多くの場合、ご家族が最初に異変に気が付きます。その異変を放っておけば、認知症症状がどんどん進み、ご家族の負担もどんどん大きくなります。介護負担を誰にも相談できずに、**心身のバランスを崩してしまうご家族さんも増えています。**

ここでお得な情報です。意外と **正常な物忘れ** と **認知症による物忘れ** の違いは気が付きにくいものですので、以下をご参考下さい。

正常	⇔	認知症
出来事の一部を忘れる（何を食べたか思い出せない）	⇔	出来事のすべてを忘れる（食べたことそのものを忘れる）
物忘れに気づき、思い出そうとする	⇔	物忘れに気づかない
新しいことを覚えることができる	⇔	新しいことを覚えられない
生活にあまり支障がない	⇔	生活に支障をきたす（スイッチや着替えが分からない）
幻覚・妄想はない	⇔	幻覚・妄想が起こることがある（物盗られ妄想など）
人格変化はない	⇔	人格変化がある（暴言・暴力・怒りやすい・無関心）

（厚生労働省ホームページ参照）

患者さんご本人に、認知症の症状であることに気が付かずに、「何でそんなことを言うの！」「何でできないの！」と叱責してしまい、ご家族がストレスを抱えることが多くみられます。また、それにより患者さんご本人の認知機能の低下も進めてしまいます。患者さんご本人が悪いわけではない、ご家族が悪いわけでもない、患者さんご本人の認知症の症状が原因なのです。**認知症の症状を知ることは、ご家族自身の介護ストレスを減少させます。**患者さんご本人自身と、認知症の症状を分けて考えることによって「だからこんなふうに言うのか、仕方ないな」とストレスを溜めないように工夫することができます。

ただ、介護負担というものは、言葉で説明しにくいものや相談しにくいものも実際には多くあります。これをご覧いただいている皆様や、皆様の周囲の方で、認知症やその介護負担など、気になる点がありましたら、決して抱え込まずに、かかりつけ医、地域包括支援センター、ケアマネジャー、当院、またはお近くの認知症専門外来などに、勇気を出してお早めにご相談ください。



外来診療予定表



	月	火	水	木	金	土
1 診	由 利	山 柁	石 倉	由 利	山 柁	石 倉
2 診	濱 名	山 本	齋 藤	山 本	濱 名	—
3 診	山 路	青 木 崇	山 路	青 木 崇	—	—
4 診	—	青 木 宣	—	岡 島	—	—
内 科	—	—	上 田	—	—	—
循環器	—	—	—	—	—	蘆 原

外来診療は完全予約制です。事前にお電話でご確認ください。

- ・診 療 時 間 ： 午前9時 ～ 午後5時
- ・診 療 日 ： 月曜日～土曜日 土曜日は平常どおり診療しております。
- ・休 診 ： 日曜 祝祭日 年末年始（12/29～1/3）

～～ 受診の際は健康保険証をお忘れなく ～～



私たちは、地域住民の心と身体の健康をささえる病院として、
全ての人に等しく医療を提供し、公衆衛生の向上ならびに社会福祉の増進に貢献します。



認知症疾患医療センターおうみのご紹介。



認知症疾患医療センター おうみは、認知症の早期発見、早期治療を目指し、認知症に関する専門医療相談や認知症の鑑別診断を行っています。認知症かな？と思ったらまずはご相談ください。

専門医療相談員がご本人の様子をお伺いし、必要に応じて鑑別診断のための検査・診察の調整をいたします。診察では検査結果やご本人との面談、ご家族の情報などから認知症かどうかを診断し、結果を説明いたします。

※鑑別結果はかかりつけ医にもお知らせしますので、通い慣れた診療所や開業医、病院で治療を継続することが出来ます。

- ➡ 相 談 日 月～金曜日
(土日・祭日・年末年始除く)
- ➡ 相談時間 9：00～16：00
- ➡ 相談方法 来院・面談・電話相談
- ➡ 相談料金 無料
- ➡ 直通番号 0748-33-7106





栄養管理科 副主任
井上 修治

栄養指導・栄養相談

をしています。



初めまして管理栄養士をしています、井上です。

当院では働き始めてまだ2年目ですが、他病院でも栄養士として勤めておりました。男性の栄養士のためか、よく珍しがられることがあります。以前に比べ、少しずつですが男性の栄養士も増えてきています。

前置きはここまでにして、管理栄養士の仕事のひとつである栄養指導について今回はお話ししたいと思います。

あなたは栄養指導と聞いてどんなイメージを持っていますか？

「あれはダメ！」「これは食べたらダメ！」と言われて怒られるイメージはないでしょうか？
実はそのようなことはありません。私が栄養指導中によく言う言葉ですが、

「食べてはいけないものはほとんどありません。食べ過ぎない・食べなさ過ぎない事が大切です」
とお話ししています。栄養士から食事や運動についてご本人の目標に沿ったアドバイスをを行います。

近年では糖尿病や高血圧症、肥満症の食事以外にも、噛むことや飲み込みがしづらい方や低栄養状態になった方等の食事にも栄養指導の対象は広がっています。

もちろん、当院は精神科病院ですので、うつ症状を和らげる働きがある栄養素など精神栄養学についてもお話しいたします。

体重を落として、昔着ていた服を着られるようになるなどゴール（目標、なりたい自分）を明確にされている方ほど良い結果が出ています。

ウォーキングを始めたけど、3日間も続かなかった。そんな経験ないですか？

栄養指導では定期的に目標に向かって継続できているか一緒に確認しますので、食事や運動など決めた内容を途中で中止する事なく、続ける工夫を考えていきます。
一緒に目標に向かってやってみませんか？

最後に、栄養の豆知識をひとつふたつほど！！

枝豆一握み、バナナ1本、みかん2個、りんご半分は全部同じ80kcalです。

玄米には食物繊維が豊富に含まれています。ですので、便秘に効果がありますし、ダイエット（適正な体重にする）にも大変効果があります。また、血糖値の上昇を緩やかにします。
このような情報も、栄養指導ではお伝えします。





角 淳一 氏を招き！！ 公開講座を開催いたしました。

公益財団法人青樹会創立65周年記念事業として、7月1日（土）に滋賀県立男女共同参画センターの大ホールにおいて、テレビ・ラジオでご存知のフリーパーソナリティの角 淳一氏を招き、公開講座を開催いたしました。一般、諸関係者、病院職員を含め302名の参加をいただきました。

『笑って、楽しく、生きていく』をテーマにiPodやiPadを用いて視聴者の年齢層に沿った時代の音楽や歌を取り入れた内容で、様々な人との出会い関わりを通して、笑いとおもしろい内容が多く、参加された方々も終始笑顔が絶えず最後まで会場は盛り上がりしました。

なかでも、人とのふれあいを大切にしたい、芸能人の永六輔氏の演出の話や、ラジオのリスナーとの破れないはがきのネタでは笑いもあるなかで、人とのつながりの大切さや、面白おかしい駆け引きなど、人が生きていくには周囲との関係性を楽しむということメッセージのように感じられた内容でした。

最後に会場から「歌って欲しい。難しい漢字が書けますか。」の質問があり、ラジオトークのように一人カラオケをいつもしているので人前では歌いにくいことや、漢字も書けない事を答えられていました。そのほかにも「漢字トレーニング」「幽霊センターの本」「元気な病人」など医療に触れた内容もあり、現代のストレス社会で元気に生活するための「見かた」「考え方」を明るく感じ取れる内容で、今回の公開講座のテーマ『笑って、楽しく、生きていく』にふさわしい講座になったと思います。

精神科デイケア室 係長 二国 和良



平成 29 年度納涼盆踊り大会を 開催しました。



平成 29 年 8 月 18 日（金）、毎年恒例行事の「納涼盆踊り大会」を開催いたしました。今年は、天候不順な時期でもあり夕立の予報がでておりましたので、院内の作業療法室にて実施しました。

いつもとはまた違った雰囲気の中で、院内の患者様 105 名、外来および家族様 17 名の参加をいただき、『江州音頭 櫻川昇龍一門会 櫻川昇山御一行』の心地よい音頭のもと、暑い夏のひと時を楽しく、またにぎやかに過ごすことが出来ました。

この企画は、近隣の自治会をはじめ、多くの方々に支えられて継続出来ております。参加された皆様からも毎回好評の企画でもあり、伝統の江州音頭と共に今後も継続していきたいと思えます。

作業療法室 係長 横田 治



永年
勤続

65 周年記念式典にて 永年勤続表彰を執り行いました



勤続 10 年
田邊 大樹

この度勤続十年を迎えました。勤務して間もない頃はミスも多くいろいろとご迷惑をおかけしましたが、少しずつ看護や医療などの知識を身に付け、今では自信をもって勤務できるようになりました。今後は自分の知識や技術を後輩に教えていければと思います。

就職してあっという間の 10 年でしたが、多くの方々との出会いや別れ、出来事がある自分自身の心や体の強さになったと思います。

これから先も、いろいろなことがあるとは思いますが、就職した時の気持ちを忘れず後輩の手本になるよう楽しくまじめに勤務をしていきたいと思っています。

私が滋賀八幡病院に最初に訪れたのは、専門学校での実習であった。期間は 1 ヶ月間と短かったが、今思い返すと貴重な経験・体験であったと思う。その後、早期就職（アルバイト）として専門学校卒業まで雇用していただき、平成 9 年 4 月 1 日より正式に入職し、現在に至る。

業務においては、医事課一筋 20 年。周りからは「ベテラン」と冷やかしの受けながら日々の業務に追われる今日。今となれば本当にあっという間であった。自分自身、現状に満足することなく「常に前向きに…」をモットーにこれからも精進していきたい。

最後に、20 年を迎えられるのも諸先輩方々を始め、助け合える仲間がいたからこそである。この場をお借りして「ありがとう！」



勤続 20 年
吉澤 徹

この度、勤続 30 年表彰を頂きました。こうした節目は自分を振り返る良い機会となります。

職員や患者様、家族、多くの方々のお支えや天地の恵みの中に生かされていることへの感謝を深め、知らず知らずに高い心になっていないかと反省思惟しています。

最近よく思い出すのは「こわいおばさんになれ」と故青木理事長から頂いた助言です。こわいおばさん・・・さすがに自分になるのは抵抗ありますが、そこに含まれる真意を心に刻んで、これからも頑張ろうと思うのです。



勤続 30 年
木村 直子

辞令交付式が行われました

新年度が始まった平成 29 年 4 月 3 日、辞令交付式が行われました。式ではひとり一人の名前が読み上げられ、大島理事長より辞令を受け取りました。

新就職者を代表し、田中 葉月さんより「学び続ける姿勢を忘れず日々誠意を持って職務に精励する」と桜が満開になった門出に決意を表明しました。



たなか はづき
田中 葉月

看護部

5 病棟



とば なおこ
鳥羽 奈緒子

看護部

6 病棟



にしむら あや
西村 彩

看護部

8 病棟



かわはらだ ありさ
川原田 亜梨沙

看護部

2 病棟



かぶもと
株本 あすか

看護部

1 病棟



やぶおし こうすけ
藪押 洪介

看護部

2 病棟



むらばやし なおき
村林 直規

看護部

3 病棟



さかもと みやこ
酒本 京

診療部

作業療法室

新人歓迎行事を行いました！

5 病棟 副主任 下舞 俊二

以前は新人行事としてウォーキングを実施していましたが、昨年度より新人歓迎行事として近江八幡の文化に触れることを目標とした観光をメインの行事を行いました。

今年度は 5 月に安土城跡、安土城天主信長の館、八幡堀周辺の散策を行い、天候にも恵まれました。安土駅からはレンタルサイクルにて安土城跡、安土城天主信長の館を散策することができ、新就職者も楽しみながら近江八幡の歴史・文化に触れあう事が出来ました。今年度の就職者は近江八幡の出身者もありましたが、他県からの就職もあり、新しい近江八幡の観光地を知ることが出来ていたのではないかと思います。また、昼食では自部署以外の管理職者とも会食してもらい、少し緊張した面持ちではありましたが、当病院にあった、暖かいコミュニケーションを取ることができ、さらに馴染んでもらうことが出来たのではないかと思います。

今回のことを通し更に当院の職員として意識を高め、業務に励んでもらえればと思います。