

令和7年6月号

春日部セントノア病院



〒344-0001
埼玉県春日部市不動院野1112-1
TEL048-760-1200
FAX048-760-1201
<https://www.saintnoah-kasukabe.jp>



～目次～

- | | |
|-------------|---------|
| ● 病院短信 | 瓦井 洋 |
| ● 日常の一コマ | 八重尾 友香 |
| ● いきいき看護・介護 | 鈴木 陽子 |
| ● 放射線科だより | 宮下 寛 |
| ● 5月誕生会 | デイルームにて |
| ● スタッフ紹介 | 泉 みどり |

6月の予定

◇誕生日会

1病棟	6月 9日 (月)
2病棟	6月10日 (火)
3病棟	6月13日 (金)
各病棟デイルーム 14:00～	



弁当の具材を真剣に悩む...

じーん



美味しいお弁当を作ろう ゲーム

5月誕生会



それ!



大風船輪っかにくいつ入るかな ゲーム



みんなで協力して勝利を掴め!



筒流し ゲーム

スタッフ紹介

1病棟 看護師

いずみ

泉 みどり

血液型: A型
好きな食べ物: 豆大福



趣味は特にはないのですが、ポイ活のゲームアプリをやり始めると止まらなくなります。たまに食事中も子供の前でやっていると、主人に注意されるので程々にしようと思っています。
入職して3ヶ月たちますが、いまだに慣れない部分も多いので早く慣れていけるよう頑張りたいと思います。



事務屋の独り言

セントノア病院 創立者 瓦井 洋

『人としての優しさ』

病院の始まりと歴史を調べてみると諸説あるようですが、私が聞いた限りでは十六世紀の中頃にフランスのある田舎町の修道院の修道女たちが、病める旅人たち（巡礼者）に無償で一夜の宿を提供し、看病（看護介護）をしたのが『病院』の始まりなのだそうです。そしてこの修道女たちの優しい行いが病院の原点だとも言われているのです。私が川越と春日部に認知症専門の病院を創ろうと思った理由の一つが、まさにこの「人としての優しさ」を今一番必要としているのが、認知症の患者さんとその家族じゃないのか、と思ったのが始まりでした。

今更ですが、認知症と言う病気は現在の医療では完治させることが出来ません。そしてこの病気は我々の社会からも疎まれ、病院や施設からも入院や入所を嫌がられる、そんな病気なのです。そして、そんな病気の人たちを身内に持つご家族のご苦労は、察するに余りあります。

門の病院での患者さんへの対応は、一筋縄ではいかなかったようです。それなのに私はこの病院の方針として、患者さんへの『身体拘束は絶対にしない』ことを看護介護の職員たち全員に約束させたのです。

前振りが長くなりましたが、今回の本題は「人としての優しさ」でしたね。この優しさは誰もが持っているはずだと私は思っているのですが、まさにこの「人としての優しさ」こそが、実は我々の病院の職員たちには絶対に必要であり必須なのです。認知症の患者さんの症状は実に様々です。特に患者さん本人が嫌だと思うことや、気に入らないこと、特に恐怖を与えることを我々がやれば、当然大声で怒鳴ったり、時には暴力を振るったりします。その最たるものが身体拘束なのです。

ですからこの病院では、患者さんの「身体拘束」は絶対にしませんし、「薬での阻止」もやりません。もちろん薬は医師の専売特許ですので、私がとかく言うことは出来ません。が、「薬は最小限にして下さい」とお願いする事は出来ます。それでも患者さんが暴言や暴力を振るってしまう時はどうするか、ですか？ そんな時、暴力行為以外は好きなようにさせますし、笑顔で優しく話しかけます。それも1回や2回ではなく、根気よく続けます。そして私たちが敵ではなく、危害も加えないという事が分かってくれば、ほぼ2〜3週間程度でその患者さんは、本当に温和になっていきます。つまり我々は常に笑顔と優しさをもって患者さんの看護介護を行うこと。これがこの病院の大方針であり、理念でもあるのです。

いきいき看護・介護

4月末、日本気象協会により今年最初の「2025梅雨入り予想」が発表されました。今年の梅雨入りは平年並みで、6月上旬にかけて続々と雨のシーズンとなるそうです。梅雨の時期は気圧が低いことが多いです。そのため自律神経が乱れ、副交感神経が優位となりやすく、身体がリラックスモードになり、だるさや眠気を感じます。また、活動量が普段より減るため血の巡りが悪くなり、肩こりや冷えなどの症状も起こります。

梅雨時期の体調不良の対策方法

【自律神経のバランスを整える】

- ・朝起きたらカーテンを開けて光を浴びる
- ・雨や曇りでもカーテンを開けて部屋を明るくする
- ・きちんと朝食をとる
- ・ウォーキング・ジョギング・ストレッチなど軽めの運動をする
- ・風呂ではぬるめのお湯につかり心身をリラックスする
- ・しっかり睡眠をとる

【こまめに体温調節をする】


気温の変化と共に、会社や電車などの冷房で寒さを感じることがあります。薄手のカーディガンやストールを携帯し、冷えを感じたら羽織るようにしましょう。

【栄養バランスの良い食事】

疲れを溜めないために、魚・鶏肉・もも肉・大豆・乳製品などからタンパク質、活動のエネルギーとなる炭水化物や調子を整えるビタミン・ミネラルもバランスよく、充分にとるようにしてください。

梅雨が明ければもう夏です。今年も猛暑が予想されています。梅雨のだるさからの夏バテに陥らないよう、しっかりと対策をしていきましょう。

1病棟看護師 鈴木 陽子



日常の一コマ

今月は2病棟の建司さん（81歳）をご紹介します。建司さんは福島県のお生まれで学校卒業後に上京。エンジニア等色々な仕事を経験され、最終的には建築関係の仕事に就き、76歳まで勤められました。東京スカイツリーの建設にも携わったそうです。

20代の頃に結婚され、2人のお子さんにも恵まれました。仕事一筋で真面目な建司さんは日課の散歩や晩酌を楽しむに規則正しい生活を送っていたそうです。

令和元年夏、工作中的ケガ、奥様を亡くされるといったショックな出来事が続き、食欲低下、日中から飲酒するなどの変化がみられるようになりました。また、物忘れ、音に対して神経質になる、同じことを何度も言う、ご家族と口論になると強い言葉で言い返す等、言動の変化が顕著になってきたそうです。同年秋頃、食欲低下、意識障害のため、近隣の病院

に緊急搬送され前頭側頭型認知症と診断されました。帰宅願望が強かった建司さんは、病院からの離脱を2回程繰り返し、転院を余儀なくされ、令和2年2月に当院に入院されました。

前頭側頭型認知症は脳の前頭葉が委縮し、行動や感情をコントロールすることが困難になるという特徴があります。そのせいか他の患者さんの言動に苛立ち、トラブルに発展することが度々起こるようになりましたが、スタッフたちが笑顔で声かけをし、お話を聞いたり、なるべく近くにいるようにしたり、トラブルを未然に防ぐために環境整備に努めていったところ、そのような事態は徐々に減っていきました。本来の建司さんは物静かでとても穏やかな方なのです。最近では、日中はデイルームで過ごして談笑していたり、窓から外を眺めたり、廊下を散歩している姿を良く見かけます。ベッド周りも自らきれいに整え、ご家族からの手紙や好きな猫の写真を大切に飾られています。口数は少ないのですが話しかけると気さくに雑談に応じて下さり、話題も豊富な方です。建司さんは猫が好きとのことですが、

良く病室の窓から外を眺めていたのは病院の敷地周辺に遊びに来る猫をチェックしていたようです。私も猫が好きなので窓から姿を探すが日課となっていたのですが、把握していた猫情報がぴったり一致していたのでお互いに思わず笑ってしまいました 🐱

これからも建司さんが笑顔で穏やかに過ごせるよう、スタッフ一同見守っていききたいと思います。

診療放射線技師 宮下 寛

放射線科 だより

運動機能や筋肉量が低下している高齢者は、イスから立ち上がる際によろけたり、少しの段差でつまずいたりなど、ちょっとしたことで転んでしまいます。骨粗鬆症などにより骨が弱くなっていることも大きな原因で、時に骨折してしまうこともあります。大腿骨近位部骨折（ももの付根）、脊椎圧迫骨折（こしぼね）、上腕骨近位部骨折（腕の付け根）、橈骨遠位骨折（手首）が転倒の際の骨折の好発部位です。どこかにぶつけた際に肋骨（あばら）が骨折しているケースもあります。

高齢者の骨折は治るまで時間がかかる傾向がありますので、予防が何より重要です。まずは適度な照明、手すりや段差の解消など**住環境を整備**しましょう。次に、万一転倒しても骨折しない丈夫な骨をつくりましょう。運動・適度な日光浴・カルシウムの補給など、**日常生活での取り組み**が大切です。筋力が低下すると歩行能力が低下し転びやすくなりますので**適度な運動**で筋力をつけましょう。

高齢者における骨折は、認知症・脳卒中と並び要介護になる3大要因として、とても重要な意味を持ちます。『高齢者は転倒しやすい』ことを認識し、日頃から積極的に予防対策に取り組みしましょう。

