

令和8年9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>



9月

～目次～

- 病院短信 小川 育子
- 日常の一コマ 萩澤 久美子
- いきいき看護・介護 渡邊 ルミ子
- 相談室だより 渡邊 正基
- 花火鑑賞会 デイルームにて
- スタッフ紹介 小島 大輔

9月の予定

◇誕生日会

1病棟	9月 8日(火)
2病棟	9月 7日(月)
3病棟	9月 11日(金)
各病棟デイルーム 14:00～	



花火鑑賞会



今年も誕生会に花火鑑賞会が開催されました。暗幕で囲われたデイルーム、嫌が応にも期待が膨らみます！



特大スクリーンと大音量のド迫力に大歓声が上がります。日本の夏の風物詩、いかがでしたか？

スタッフ紹介

作業療法士

こじま だいすけ
小島 大輔

10年前と変わったこと：嫌いだっ
たトマトを克服
最近の悩み：年々増え続ける白髪と
の闘い(自分で白髪染めしてます)



時が過ぎるのは早いもので、入職から10年あまり…病院新聞で紹介させていただくのも2度目となりました。お酒が好きなので、体型維持のために筋トレや自転車を頑張っていますが、歳と共に体力の衰えを感じます。これからも美味しいお酒を味わうために仕事もプライベートも全力で頑張っていきたいと思います。



病院短信

3病棟看護師長

小川 育子

最後までその人らしく穏やかに過ごせるように、医師、看護、介護職員など、様々な職種と連携して日々の生活を支えています。

皆さまの大切なご家族様がどのように一日を過ごされているか、その様子を一部ですがご紹介させていただきます。

朝食は7時30分までに起床し、病棟中央にあるデイルームへ集まります。朝日が燦々と降り注ぐ大きな窓からは自然豊かな景色が見渡せ、澄み切った青空の日には凜とした富士山の姿が飛び込んできます。「おはようございます」と挨拶を交わしながら、表情をみて髪の毛を整え、ひげをそり、温かいタオルで顔を拭いてすっきりと目覚めを促します。一日の始まりを心地よく迎える生活リズムを整えるための重要な援助です。朝食はあつという間に完食され、食後は病室へ戻りひと休みします。

9時になると排泄ケアや検温を行い、お一人おひとりの体調を確認します。その後、再びデイルームへ移動して水分補給、リハビリ活動が始まります。「今日は、何月何日でしょう？」という問いかけからスタート。「はっ」と目を丸くされる方、「何月だったけ？」とカレンダーを見つめる方…。毎日の光景ですが、私も一緒に目が丸くなる微笑ましい瞬間です。懐かしい歌の時間には、普段無口な方がそつと口ずさむ姿が見られ、とても嬉しくなります。体操では97歳の方が1、2、3、と声を出しながらリズムを取る姿が頼もしく、

車椅子の方が両足を上げて「足ではなく手ですよう！」と、笑顔あふれるひとときを過ごされています。

リハビリ後は昼食です。食べ方や飲み込み、食欲などをしっかりと確認しながら介助します。食後病室へ戻り、排泄ケアを行いひと休みします。午後もおやつ前にリハビリを行い、お待ちかねのおやつタイムを迎えます。日替わりで一階の談話室でのカフェの時間もあります。自然豊かな庭を眺めながらおしゃべりをしてコーヒーや紅茶を飲み、お天気がよい日はお散歩をしてリラックスされています。

18時、夕食の時間です。夕食後病室へ戻り、そして、病棟は静かな夜を迎えます。と思いきや、日中とは違って急に元気になる方など様々です。普段動かない方が「よいしょ」と起き上がり驚くことも…。安全を第一としながらも、私たちは自分らしく過ごせる環境を一番に考えて見守っています。

これからも心を込めてケアを行ってまいります。何か気になることがございましたら、いつでもお気軽にお声かけください。



日常の一コマ

今月は2病棟の初枝さん（88歳）の一コマをご紹介します。

初枝さんは群馬県沼田市にお生まれになり、女子高校を卒業後、25歳頃にご結婚され2人のお子さんに恵まれました。専業主婦として家族を支え、ご主人と転勤生活を送りながら、畑を借り野菜作りを趣味にしており、土に触れる生活を楽しんでおられました。

そしてご主人の退職を機に、春日部に住む息子さん家族と一緒に暮らし始めました。春日部に移り住んでからも自転車に乗って畑まで出かけていたそうです。

そんな初枝さんですが、平成29年頃より、予約日ではないのに病院へ受診に行ったり、予約日に行かなかったりと、物忘れや意欲低下などが発現し始めました。

その後、令和元年にご主人が他界されてからは認知機能の低下などもあり、デイサービスを利用するも、暴言や暴力、介護抵抗が見られ、他の病院を経て令和7年7月に当院に入院されました。

入院当初は、発語は少ないですが、時間をかけながら自分でご飯を食べることも出来ました。しばらくして体調を崩してからは意欲がなくなり、面会に来られたご家族もスタッフも本当に心配していました。それからは、車イスでデイルームに来たときはスタッフみんなで声かけをし、反応がなくても声かけは絶やさない、ということをお心掛けしました。それでも、時には「うるせいな」「あっち行け」などと言うこともありました。



そのような心配な時期を乗り越えられた初枝さんには、素晴らしい変化が見られるようになりました。周りの患者さんに声かけをしたり、耳が遠い状態ではありますが、職員と会話をしてコミュニケーションが図れる場面が増えました。最近では「ありがとな」「悪かったな」など、感謝や気遣いの言葉を伝えてくださいます。

そんな温かい言葉をかけてくれる初枝さん。これからも体調や安全に配慮しながら、笑顔で過ごせるように、スタッフみんなで見守っていきたいと思います。

2病棟 介護員 萩澤 久美子

相談室 だより

精神保健福祉士 渡邊 正基

9月は歴の上では秋に含まれますが、まだまだ残暑が厳しい月です。

私は健康維持のために毎朝ジョギングを行っておりますが、照りつける太陽と肌に纏わりつく熱風に辟易しながら走っています。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、皆さまも軽い運動と食生活の管理に気をつけながらお過ごしください。

さて、9月1日は『防災の日』です。近年は地震や台風による自然災害が多発しており、今年の7月28日に発生した熊本地震の被害は記憶に新しいでしょう。

皆さまは、もしもの時に備えていますか？医療的な観点から見ると、下記の備えは必要だと思います。

○常用薬（1週間分程度）やその他のお薬

○お薬手帳

○マスク

○消毒用品や絆創膏、包帯など

○保険証の内容が分かるもの

これらの品を非常時に持ち出せるよう袋に準備しておくことで安心です。

自然災害は予期せぬ事態ですが、自分や大切な人を守る心構えはしておいて損はありません。



いきいき看護・介護

3病棟 看護師

渡邊 ルミ子

「かくれ冷え性」

残暑が厳しく、熱中症などの暑さ対策に気を取られがちですが、冷房や冷たい飲食などによって、体の表面は温かいのに内臓が冷えている状態を「かくれ冷え性」と言うそうです。特に冷房を使う夏の暑い時期は、室内と室外の温度差が激しく、体温調節の働きをする自律神経のバランスが乱れ、血管が収縮し血の巡りが悪くなると体が冷えてしまう一因に。そうならないために

①【首】の付く部位を温める

ストールやアームウォーマー、レッグウォーマーなどの活用

②入浴して体全体を温める

38度前後のぬるま湯に15分程度半身浴をする

③体の中を温める食材を摂る

しょうが、にんにく、七味唐辛子、シナモン、山椒などのスパイス類を料理に加える

体の中から温めて冷えを予防し、体に気を付けて残暑を乗りきりましょう。

