



2014年・午年を振り返って ～異常気象に気づくこと～

川室記念病院近くの二貫寺の森に、平成24年(2012年)11月9日、道一翁100回忌を記念して100本の桜を植樹しました。昨年からその森で開催された4月26日の「第2回健康福祉花見会」は、とても小さく淡い美しい桜を愛でる会でした。また5月25日の「霊峰米山薬師参拝登山」では、少し雪もあり、昨年より寒さを感じる参拝登山でした。

すでに5回目を迎えるつくしファームひまわり畑では、お盆の頃から100日前に当たる初夏(6月初旬)に種を蒔き、例年であれば8月13日前後には見どころのはずの大輪が咲かず、不作となり、8月9日の第4回「越後ひまわり祭」も良好な日和ではありませんでした。しかし、10月1日の稲刈りでは、多くの患者さん・利用者の皆さんに楽しんで頂き、今年は7.5合の収穫があり、北城神明宮に供えることができ安堵いたしました。10月5日の「第14回はさ木フェスタ」前日に開催した「越後高田はさ木福祉農道マラソン大会」は、雨に見舞われ、多くのランナーから雨の中を一生懸命走って頂きました。12月に入りますと、例年より3週間ほど早いと思われる雪が降り始めました。このように、振り返ってみますと、今まで体験しなかったような異常気象による気候状態の午年でした。

全国的にも、今年の夏過ぎには、広島で大規模な土砂災害が起きて、御嶽山では噴火があり、この冬の大雪からも大きな自然の変化が見られます。何故か、最近は変化を穏やかに感じられる自然感とは、ほど遠くなっており、人間の生活にもメリハリが無くなっているような気がします。日本の国では昔から、人間の日常生活は、自然の変化～「春夏秋冬」という4つの季節を感じながら営まれてきました。し

理事長 川室 優



たがって、日々の生活の中でも、必ず会話を交わす前に天候の変化が挨拶に含まれ、手紙を書く時には、必ず季節語を使った一文を添えるのが常識でありました。しかし、IT社会の中で生活するのが当たり前になり、また現代社会では、なかなか季節の変化など感じる暇が無いほど、瞬時に大量の情報交換が必要とされ、自然の美を大切にする人々たちにとっては、かなり辛いことではないかと思えます。そのような社会で生活するからこそ、季節感はとても大切であります。そして、人間にとって気持ちやこころが安定していないと、日常生活で季節感を感じ取ることはできません。

今日の自然災害でも、「こころのケア」が重要であることが、阪神大震災以来いわれていることですが、「不安定なこころの状態」の時に、例えば最近の長野県北部の白馬村や小谷村の地震などがあると、当地でもその影響は多大了。私共は、こころが不安定な時こそ、利用していただける医療機関として、スタッフ一同と共に努力していきたいと思っておりますので、今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

本年2015年・未年が皆様方に仁寿がありますことを祈念いたします。



妙高山雪景

高田平野と“くびき野”の四季



写真左から 米岡のはさ木 米山薬師のブナ林
つくし工房のひまわりファーム



<http://www.nishishiro-hp.or.jp/>

診療放射線課長 柴山陽子



操作室



MRI本体

親しい人の名前が出てこない、何かを取りに来たはずなのに何だったか思い出せない…。よくあることですが、度重なるちょっと心配になったりしませんか？また、身近な方が脳卒中で倒れたとか、認知症にかかったという話を聞くと、自分は大丈夫かしらと不安になることはありませんか？年齢を重ねるごとに様々な病気にかかるリスクは上がっていきます。“脳”に関する病気も例外ではありません。当院では、「脳の健康外来」を開設し、脳の健康について不安解消のお手伝いをしています。

「脳の健康外来」を受診されると、問診・画像診断・心理検査・血液検査などを行い、総合的な診断を行います。画像診断ではMRIを使って脳腫瘍、脳梗塞などの疾患の有無に加え、動脈瘤や血管の詰まりがないかといった脳血管の状態も調べます。また認知機能検査と合わせて、早期アルツハイマー型認知症についても調べることができます。検査結果が揃ったところで湯浅院長の診察になります。検査データや画像を見ながら親切で丁寧な説明とアドバイスを受けることができます。

身体の健康には気をつけていても、脳のことになると、なかなか検査に踏み切れないでいる方も多いことと思います。早期発見、早期治療は身体の疾患に限ったことではありません。あまり深刻に考えず、気になること、心配なことがある方は、予防的な意味も含めて気軽にご相談下さい。お互いの健康を気遣い、ご夫婦で受診されるケースも少なくありません。

「脳の健康外来」は毎週月曜・木曜の午後1時30分から開設しています。予約制となっておりますので、まずは外来にお問い合わせ下さい。



予防のためにMRI診断！

医師の紹介！

齋藤 貴之 先生

平成25年7月 着任

平成25年7月から高田西城病院で勤務しております、齋藤貴之と申します。早くも一年半が経ち、時間があっという間に過ぎていくことに本当に驚いています。このたび自己紹介の機会を頂きましたので、簡単ではありますが書かせていただきます。

昭和58年1月10日茨城県生まれ。聖マリアンナ医科大学を卒業後、東京慈恵会医科大学病院にて臨床研修を行い、その後同大学精神科に入局しました。大学病院や関連病院にて外来・病棟勤務を経験して、平成25年7月より高田西城病院に来ました。

今まで、新潟に来たことはほとんどありませんでした。去年は私にとっては初めての雪国の冬ということで、雪が心配でしたが、去年は雪が少なかったようで、それほど大きな苦労はなかったと思います。また上越に来て感じた事といえば、魚介やお米、野菜などの素材の良さです。東京にいた頃を思い出すと、値段で味を判断していたところもあったと思うので、食べ物に対する見方がいい意味で変わりました。

趣味はゴルフとお酒です。上越に来てから、日本酒のおいしさを改めて知り、東京でも日本酒を飲むようになりました。東京でちょっと気取って日本酒を飲んでいたら、友人の間でも徐々に日本酒ブームが広まり、ちょっと鼻を高くしています。

川室理事長を始め、湯浅院長、倉辻先生には公私にわたりご指導頂き、



齋藤 貴之 先生

またスタッフの皆様にも様々な面で支えて頂き、誠にありがとうございます。この場をお借りして感謝申し上げます。今後もご迷惑をおかけすることも多いかと思いますが、どうぞよろしくお願ひ致します。

よろしくお願ひします



認知症疾患医療センター長 森橋 恵子

平成26年6月、外来フロアの一角に「地域連携室」が設置されました。この「地域連携室」では、通院患者様がその人らしく地域で生活していくことを支えるためのケア会議や、入院患者様の退院に向けての支援会議などを開催しています。

患者様、ご家族を中心に、ケアマネジャー、介護サービス事業所、地域包括支援センター、また障害者相談支援センター、障害サービス事業所、さらに行政など、患者様ご本人の生活を支える多職種がこの「地域連携室」に集まります。患者様やご家族にとっての安心感を支えるためには多職種の協働、そして介護・福祉から医療へ、医療から介護・福祉への切れ目のない連携が必要なのです。

今回は認知症疾患医療センターにおける地域連携について紹介します。

Aさんは奥様との高齢者二人暮らしです。昔から広い敷地を所有していたAさんは、他人の土地を所有していると思い込み、草取りを始めました。ある時は植木を切ってしまうトラブルになりました。地域で警察騒ぎとなり、奥様は切なくなっていました。いつも穏やかなAさんでしたが、他人の土地だと奥様が否定した時だけは、攻撃的になりました。奥様は困って、地域包括支援センターに相談しました。かかりつけ医と調整し、専門医に紹介されました。しかしご本人は嫌がったため、地域包括より当センターに相談が入りました。地域包括が訪問し、「健診にいきましょう」と脳健康外来を紹介し、当日はスムーズに受診することができました。混合性認知症と診断され、薬物治療が開始されました。専門医は服薬については奥様も確認するようという指導に加え、介護サービス導入を勧めました。そして、これからどう地域で見守っていくかについては、奥様、息子さん、町内会長、民生委員、地主、駐在所、地域包括、市、ケアマネの方々と当センターが集まりケア会議を開催しました。病気の理解、対応の仕方など話し合いながら地域で見守る体制をつくりはじめています。現在は、デイサービスに通所しながら、奥様への攻撃も無く穏やかに暮らしています。

このように、認知症疾患医療センターでは、認知症治療への橋渡しの役割を担っています。平成25年度医療相談者内訳を見ますと、ご家族が約3割、医療・介護・福祉・行政などの地域関係機関が約6割を占めます。多職種連携・協働で認知症者の地域生活を支えていることがわかります。これからも、生活者としての患者様の視点に立って、地域に根ざした支援を続けていきたいと思ひます。



連携ノート！

『にっこり手帳』

認知症疾患医療センター長 森橋 恵子

みんながつながる連携ノート『にっこり手帳』をご存知ですか。認知症ケアサポートツールとして、平成25年春から運用が始まりました。上越・妙高・糸魚川市にお住まいの方で、希望された方ならどなたでもご利用いただけます。今春に実施したアンケートによると、回答者の37%の方は「今から将来の備えのために使用している」と回答しています。早い段階から将来の備えのために使用していることがわかりました。

この『にっこり手帳』の特徴は、ご本人やご家

族が主体となり、支援者みんなが情報を共有し、同じ方向で継続した支援ができることです。また、早い段階からこの手帳に自分の想いを記録しておくことで、生活の質を高めるためのケアが受けやすくなります。さらに、ご家族や支援者は、ご本人の想いに寄り添うケアや対応の工夫で、認知症による行動心理症状を予防することにつながると考えます。

実際に利用されている方からは、口数の少ないご本人がこの手帳のアルバムを見ながら、笑顔で写真の思い出を嬉しそうに紹介してくれた事例もあります。この手帳がコミュニケーションツールになっていることがわかりました。また、ご家族からも、ご本人を支えるみんながこの手帳を読んだり記入することで、「皆が支えてくれていることを実感できる」「安心感につながる」という声もいただいております。他にも、幾つかのサービス利用している方の支援者からは、この手帳を通じて他事業所での対応の仕方を知り、実際のケアに役立てることができたという声もいただきました。

認知症は進行と共に、自分の意思を適切に伝えられなくなっていきます。そして大切にしていること、生き方…をないがしろにされることが、行動心理症状につながると言われています。そのため、ご本人の想いに寄り添い、生活の質を高めるケアや対応を工夫することが認知症ケアには欠かせません。行動心理症状を少しでも低減させることが、ご家族や支援者の介護のし易さにつながるでしょう。

ぜひ、支援者みんなでつながる『にっこり手帳』を活用し、認知症者ご本人を地域で支えていきませんか。また、早い段階からこの手帳に自分の想いを記入し、身近な病気である認知症に備えませんか。



にっこり手帳

希望者はお申出下さい



活動報告

地域貢献活動

平成26年11月22日(土)、パロー上越モールにて、第7回地域貢献活動が開催されました。この地域貢献活動は、平成24年5月より川室記念病院と合同で「こころと体を元気に」をテーマに開催しています。

内容としては、①こころの健康チェック(睡眠、うつ、認知)、②こころの健康相談(睡眠・もの忘れ・認知症・ストレス)、③体の健康測定(身長、体重、体脂肪、血圧、握力、骨密度、血中酸素の測定)、④葉の相談、⑤施設紹介、⑥子供の広場であり、今回よりAED体験コーナーも実施しました。

今回、スタッフとして参加した職員は両病院合わせて約50名で、各コーナーに分かれてスムーズで丁寧な対応に努めていました。

イベント会場については、今までの2倍の広さを借りることにより、各コーナーのスペースを十分確保することができたため、来場者の方に分かり易く、ゆっくりとしていただけれたと思います。

今後もこの活動を通じて、地域の皆様の健康増進のお役に立てるよう、また「心の健康を守り気軽に利用できる住民と共にある病院」であることをアピールしていきたいと考えています。



パロー上越モール



(事務部 総務課)



セクション紹介

臨床心理室

臨床心理室では現在4名のスタッフが在籍。主な業務としては、①患者様の理解や診断、効果的な援助に役立てるための心理検査、②患者様が自身の抱える悩み・問題を解決していただけるように援助することを目的としたカウンセリング



治療面接室

があります。どちらも主治医の指示の下で実施しています。

心理検査は広い年代にわたって対応できるように備えています。主な検査としては、物事に取り組み対処する能力を示す数値を測定し、得意・不得意の傾向を見ていく知能検査(ウェクスラー式知能検査など)、性格や行動の特徴を見ていく人格検査(ロールシャッハ・テストなど)があります。知能検査は発達障害の診断にも役立っています。また、近年話題となっている認知症への対応として実施している認知機能テスト(MMSE/長谷川式簡易知能評価スケールなど)があります。認知機能テストは、月曜日・木曜日の「脳の健康外来」、土曜日の「もの忘れ外来」においても実施しています。カウンセリングは、「不安・ストレスへの対処」「対人関係の改善」など、その目的を患者様と確認して実施。基本的には1対1で、言語的なやりとりを通して行いますが、それが困難な場合には、筆談や非言語的なアプローチを媒介として関わるなど、個々のケースに合わせて柔軟に対応しています。必要に応じて、主治医の指示の下、認知行動療法やSSTなども取り入れています。

また、土曜日には「おかあさんのこころの相談室」を実施。忙しい毎日の生活の中で、母親としての役割に悩んでいらっしゃるおかあさんのための相談窓口となっています。小さなお子様がいらっしゃる場合には、保育室の利用も可能です。

病だけではなく、健康的な面にも目を向けた正確なアセスメント、そして患者様一人ひとりのニーズに沿った援助ができるよう、スタッフ一人ひとりが、日々、専門性や人間性を磨くことに努めています。

編集後記

E-mail info@nishishiro-hp.or.jp

西城かわらばん-第9号 ◆ 高田西城病院広報情報委員会

今年も本格的な冬を向かえ憂鬱な季節となりました。除雪や通学に気をもむ必要の無かった子供の頃は、雪遊びが楽しくて、むしろ好きな季節だったのですが。

今年は結構前からテレビやラジオで暖冬の傾向だと聞いていましたので、あまり雪の心配はしなくてもいいのかなと思っていました。しかしふたを開けてみれば、私の地元では初雪からいきなり1m程度の積雪、いわゆる「ドカ雪」が降ってしまいました。その後も同程度の大雪が立て続けに降り、すでに雪下ろしもしました。また、雪が無ければ職場から家まで車で30分程度なのですが、先



かわらまん
除雪部員

日の大雪の際には道路の除雪が間に合わず、圧雪で路面がポコポコだったり、各所で大型車が坂を上れず立ち往生していた影響で、4時間程かかってしまい、自宅によやく到着したときには、疲れ果ててぐったりしてしまいました。

ただ、相変わらず暖冬傾向というのは変わらないらしく、今後は気温が平均を上回るようになるそうです。このかわらばんが発行される頃は、おそらく一年で一番雪の多く降る時期だと思うのですが、予報どおりになっていて欲しいものです。(H.U.)