

# 仁厚会だより

2016年  
10月号

社会医療法人 仁厚会 広報誌

平成28年10月11日発行

平成28年度 法人理念

「主役はいつも患者さん」

社会医療法人仁厚会  
発行：理事長 藤井啓子  
〒682-0023 鳥取県倉吉市山根43番地  
TEL(0858)26-1012  
<https://www.med-wel.jp/>



地域の方と一緒に植えたひまわり畑の散歩道（大和保育園）

## CONTENTS

### P.2-3 ～認知症特集～

認知症に気付く・理解する・支える  
認知症ケア対策チーム結成  
認知症カフェ「鹿野(まち)カフェ」オープン  
認知症の方や家族のサポーターになりましょう

### P.4 医師の明瞭解説

藤井政雄記念病院附属歯科クリニック  
所長 市来浩司医師

### P.5 MURO ソリューション導入

口腔アレルギー症候群・ラテックスフルーツ症候群

### P.6 News Topic

敬老週間、表彰（献血）ほか

### P.7 News Topic

JR 旅育  
JIN'S キッチン

### P.8 健康レシピ／Photo Report



# 可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを

**認知症に気付く・理解する・支える**  
倉吉病院認知症疾患医療センター

**認知症とは**

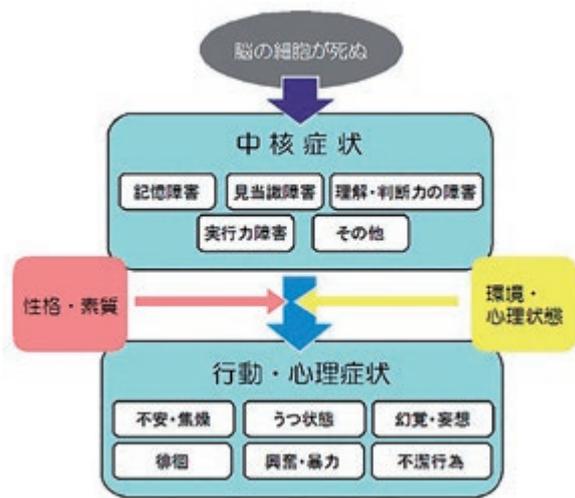
認知症は、記憶力などの低下により独立した生活（自立）ができなくなり、日常生活活動に人の援助を必要とします。

**認知症の周辺症状**

認知症には中核症状と、行動・心理状態と呼ばれる周辺症状があります。（図1）

「中核症状」は脳の機能低下によって、直接起こる

図1 認知症の中核症状と周辺症状



出典：認知症サポーター養成講座標準教材

症状です。記憶障害、見当識障害、理解・判断力低下、実行機能の低下などがあります。これらの中核症状のため周囲で起こっている現実を正しく認識できなくなります。

「周辺症状」は生活や環境、生活、周囲の人とのかわりの中で起きてくる行動や心理の症状です。うつ状態や妄想のような精神症状や、日常生活への適応を困難にする行動上の問題が起こるケースがあります。

身近な人が認知症になって戸惑ったり、対応に苦慮するのはこの周辺症状です。

中核症状が改善することは難しいですが、周辺症状は上手に対応したり、薬物治療をしたりすることで軽減することがあります。

**認知症の対応・支援を考える**

認知症の人と接するときは記憶力が低下していることを理解し、相手の自尊心が傷付かないように支援・配慮することが必要です。

適切な対応をすれば、認知症の人が感じているイライラ、不安、恐怖、孤独を軽減することができます。

**認知症の人への対応ガイドライン**

認知症の人への対応心得「三つの「ない」」を紹介します。一般の人のつきあいと基本的には変わりませぬね。

- 一 驚かせない
- 二 急がせない
- 三 自尊心を傷つけない

**認知症があっても安心して暮らせる地域へ**

身近な家族や知人に認知症を疑う言動が出てきたとき、早めに気付く、ガイドラインに沿った接し方ができれば、周辺症状が軽減し地域での生活が続けられるかも知れません。

認知症は誰でもなる可能性がある病気です。認知症になっても安心して暮らせるよう、周囲が認知症のことを理解し、支えることが大切です。

**認知症の相談は認知症疾患医療センターへ**

認知症疾患医療センターでは、医療福祉関係者を対象とした認知症研修会の開催や介護予防教室等での講演など、地域住民の方にも認知症の理解を深めていただけるよう普及啓発活動を行っています。

また、ものわすれ外来等で認知症の検査や治療を行っている（かかりつけの病院や介護関係機関とも連携を持ちながら）ご希望に合った支援や相談機関等を紹介しております。

認知症かな？と思われる、介護で困ったこと、受診したほうが良いかどうか迷われること等、なんでもお気軽にご相談ください。

**お問い合わせ**

認知症疾患医療センター

電話（0858）26・1015（直通）

相談時間 平日8時30分～17時30分

場所 倉吉病院内（倉吉市山根43）

※相談は無料です・秘密は厳守いたします

認知症対策チーム結成しました

藤井政雄記念病院

本年7月より認知症専門医師・認知症看護に必要な研修修了看護師・介護福祉士・作業療法士・社会福祉士などの多職種チームによる「認知症対策チーム」を結成しました。

身体疾患のために入院された方は、慣れない環境や治療、身体の病気の影響で心身ともにストレスがかかります。そのため「認知症」の症状が悪化したり、時には「混乱」や「せん妄」といった症状が出現することもあります。

そのために本来受ける予定であった治療やケアが難しくなり、入院生活に支障を生じることもあります。認知症があっても、安心して治療を受けていただけるよう、職員の認知症に対する理解を深め、知識や対応力の向上を図るべく、各部署や各職種からの相談を受け、毎週1



チームラウンドの様子

回部署に向いて予防や初期介入・ケアの提案や職員研修などの企画・運営も行っています。「病む人の身になって、最善・最高の医療を」の病院理念を胸に、職員一丸となり今後も取り組んでいきたいと思えます。

認知症カフェ『鹿野(まち)カフェ』がオープンします！ル・サンテリオン鹿野

平成28年10月25日に第一回目の鹿野(まち)カフェが鳥取西地域包括支援センターとの共催の元、鹿野地区保健センターを拠点にオープンいたします。

鹿野カフェってなあに？

認知症に関心がある方、ボランティアをしたい方、介護をされているご家族、専門職など誰もが気軽に集まって相談や話しが出来る場所です。鹿野町の支援の輪が繋がっていく拠点を目指します。

鹿野カフェの今後の予定

鹿野地区保健センターを拠点に、月1回(原則第4火曜日)開催します。

鹿野町内の各団体とのコラボや出張を計画していきますので、日程と会場が変更になる場合があります。鹿野町総合支所だよりで、日程と会場をお知らせします。

鹿野カフェが目指していること

『慣れ親しんだ鹿野町』で

『親しみある仲間』と

『新たな仲間』と

鹿野町の支援の輪が繋がっていく拠点を目指しています。みんなが鹿野で、がんばらいやー！

お問い合わせ

鳥取西地域包括支援センター

電話(0857) 82・6511

ル・サンテリオン鹿野

電話(0857) 84・3700

「鹿野カフェ」は、ル・サンテリオン鹿野、鳥取市認知症地域支援推進員、鳥取西地域包括支援センターが行っているカフェです。

認知症の方や家族のサポーターになりました

「認知症サポーター」をご存知でしょうか。

厚生労働省が推奨する「認知症サポーター養成講座」を受講した人なら誰でもなることができる、認知症の人やその家族の「応援者」です。

認知症サポーターになったからといって、なにか特別なことをする必要はありません。認知症について正しく理解し、偏見をもたないことで、認知症の人や家族に対して温かい目で見守ることがミッションです。

認知症サポーター養成講座は職場や学校、地域で受講することもできます。

仁厚会の各高齢者施設にも講座を開催できる講師(キャラバンメイト)が20名おり、出張研修も受け付けています。



オレンジリングは認知症サポーターの目印です

受講希望の方はお問い合わせください。

事業所	キャラバンメイト数	連絡先
ル・サンテリオン北条	3	0858-36-5220
ル・サンテリオン鹿野	5	0857-84-3700
ガーデンハウスはまむら	1	0857-82-6500
ル・サンテリオンよどえ	1	0859-56-4073

# 医師の明瞭解説

## 「口腔外科って どんなところ？」

藤井政雄記念病院附属歯科クリニック  
所長 市来浩司 医師が  
わかりやすく解説



藤井政雄記念病院附属歯科クリニック  
長崎大学歯学部卒業  
神戸大学口腔外科学講座医員  
日本顎咬学会咬み合わせ認定医  
歯科医師臨床研修指導歯科医  
市来浩司

### ■「なんとなく」な印象の口腔外科

大学歯学部を卒業して30年近く、  
大病院や関連病院の口腔外科で働  
いてきました。時々、患者さんから  
「口腔外科ってどんなところ？」と  
聞かれます。いつも顎口腔領域の  
種々の疾患を診断治療するところと  
かごちゃごちゃ説明するのですが、  
未だに自分でもうまく整理して説明  
できません。結局相手の方にはあー、  
あの親知らずの抜歯とかするところ  
ですね。なんとなく納得されてい  
るようです。

### ■口腔外科とは

久しぶりに教科書を熟読しまし  
た。口腔外科で取り扱う病気の場所

は、くちびる、ほほ、口の中、舌、  
などの粘膜のところと、あごの骨、  
歯、それからあごの関節、つばをつ  
くるところ、まわりのリンパ節です。  
病気の種類は、そういった場所ので  
きる腫れやいたみ、けが、できもの、  
膿のふくろ、変形などです。歯が原  
因となるものから癌までさまざまな  
病気が発生します。また交通事故や  
スポーツなどの外傷、顎変形症なら  
びに唾液腺疾患などの外科的疾患の  
ほかにも、口腔粘膜疾患、神経性疾  
患、口臭症（口臭が無いのに気になっ  
てしまう）などの内科的疾患も含ま  
れます。

この領域の病気は、食事や発音・  
会話がうまくできないなどの機能的  
な障害に加えて審美的な障害も生じ  
ます。治療により口腔・顎・顔面全  
体の自然な形態や機能が回復する  
と、顔全体がいきいきとし、健康的  
な美しさを取り戻すことができます。  
そのお手伝いをするのが口腔外  
科です。

### ■お口のまわりの悩み事は当クリニックにご相談

よくある病気は、やはりきちんと  
生えない親知らず、顎関節症、膿の  
ふくろです。それ以外でも、年間数  
例の口腔がんをはじめとする口腔外  
科の病気を取り扱っています。全身  
麻酔が必要な大掛かりな手術は鳥取  
大学にお願いしますが、診療室で  
できる範囲のものについてはできるかぎ  
り対応するようにしています。鳥取  
県中部で治療を完結することによ  
り、患者さんの負担を軽減したいと  
考えています。また、鳥取大学や  
赤十字病院の口腔外科との連携を  
密にし、患者さんがベストな治療を  
受けられるようにここがけており  
ます。

もちろん口腔外科以外の、普通の  
歯科、高齢者の方の歯科、障害のあ  
る方の歯科、糖尿病などの病気のあ  
る方の歯科も一生懸命対応してい  
ます。

### ■お薬手帳を忘れずに

最近では、血液が固まりにくくする  
お薬や、骨粗しょう症のお薬など歯  
科治療に影響を及ぼすお薬を飲んで  
おられる方が本当に多くなりました。  
受診の際はお薬手帳を忘れずお  
持ちくださいますようお願いいたし  
ます。

### ●診療担当表

診療時間	月	火	水	木	金
午前 8:30~12:30	市来・真鍋・船原・鳥大		市来・真鍋・船原		
午後 14:00~17:30	市来・真鍋・船原・鳥大		市来・真鍋・船原		



### ●お問い合わせ

藤井政雄記念病院附属歯科クリニック  
電話(0855)26・4276

## 山陰初導入!!

「MURRO (ミューロ) ソリューションを  
使用したリハビリテーション」

■**脳を褒めて伸ばす**  
リハビリはハイブリッドの時代です。新しい機器により脳卒中患者さんのリハビリが大きく変わりつつあります。



MURRO を使用したリハビリテーション

筋肉を動かせた!これでいいんだ!」と認識し、機能を伸ばす(これを「脳の可塑性」といいます)、という機序です。脳に「自分が出した命令で筋肉が動かせるんだよ」ということを実感してもらおう、つまり「脳を褒めて伸ばす」リハビリ機器です。少しだけ子育てとも似ています。

米子東病院ではこの夏に「MURRO ソリューション(以下、MURRO)」というリハビリ機器を導入しました。簡単に説明しますと、①MURROが病気で弱くなった脳からの命令を感じし増大させ、筋肉を動かす。②脳の命令で筋肉を動かせたことが感覚神経を介して脳に伝わる。③脳が「自分の命令で

MURROの導入は山陰地方の病院で米子東病院が初めてです。「患者さんの回復を最大限にサポートできる病院でありたい」「患者さんが主役」という法人の理念を具現化した結果です。MURROの具体的な目的は、主に麻痺した手指を伸ばすようにすることです。手指を曲げることはできることも多いため、手指を伸ばせるようになること「つまむ・つかむ・はなす」という動作が可能になります。ただし、麻痺の程度によって適応の有無があり、また現時点では回復期リハビリ病棟でしか使用していません。

ご興味のある方は、米子東病院までご連絡ください。

●お問い合わせ

米子東病院  
電話(0859)56・5232(代表)

## 花粉症の人はご用心!!

「身近に潜む「口腔アレルギー症候群・ラテックスフルーツ症候群」

花粉症の人がフルーツ、野菜、ナッツ等を食べた時、口の中や唇に違和感やしびれ、顔面の腫れ、呼吸困難感

主な花粉と交差反応性が報告されている果物・野菜



呼吸困難感が出現する病気で、ラテックスを含んだゴムでも同様の症状を起こすので、合わせて口腔アレルギー症候群・ラテックスフルーツ症候群と呼ばれています。花粉症を起こすタンパク質成分(アレルゲン)とこれら植物由来の食物に含まれるタンパク質の構造が一部共通しているために、口の中でアレルギー反応が起きることで発症します。症状が頻繁に出る時には、誘因となる食物を可能な限り避けることと、アレルギー反応が起きるのを抑える薬をしばらく定期的に服用することが必要になります。

**血液で簡単に検査できます。**  
**あなたも一度検査してみませんか?**

●お問い合わせ

藤井政雄記念病院  
電話(0858)26・2111(代表)

花粉	花粉飛散時期 植生および時期は地域により若干異なります。												花粉との関連が報告されている食物 (野菜・果物・ナッツ類) <sup>3)</sup>
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	
スギ													トマト
ヒノキ													
ハンノキ													バラ科 (リンゴ・モモ・ナシ・ピロ・サクランボ・イチゴ)、ウリ科 (メロン・スイカ・キュウリ)・ダイズ (豆乳)・キウイ・オレンジ・ゴボウ・ヤマイモ・マンゴー・アボカド・ヘーゼルナッツ (ハシバミ)・ニンジン・セロリ・ジャガイモ・トマト
シラカンパ													バラ科 (リンゴ・モモ・洋ナシ・スモモ・アンズ・サクランボ・イチゴ)、ヘーゼルナッツ (ハシバミ)・クルミ・アーモンド・ココナッツ・ピーナッツ・セロリ・ニンジン・ジャガイモ・キウイ・オレンジ・メロン・ライチ、香辛料 (マスタード・パプリカ・コリンダー・トウガラシ)
オアワガリ													メロン・スイカ・トマト・ジャガイモ・タマネギ・オレンジ・セロリ・キウイ・米・小麦
カモガヤ													
ブタクサ													スイカ・メロン・ズッキーニ・キュウリ・パナナ
ヨモギ													ニンジン・セロリ・レタス・ピーナッツ・クリ・ピスタチオ・ヘーゼルナッツ (ハシバミ)・ヒマワリの種・ジャガイモ・トマト・キウイ、香辛料 (マスタード・コリアンダー・クミン)

\* 1) 出典: Kondo Y.et al Clin. Exp. Allergy 2002;32:590-594 2) 出典: 鼻アレルギー診療ガイドライン 2016:表 42 (一部改変)  
3) 出典: 安達俊秀ほか アレルギー・免疫 2011;866-892. (引用) <http://www.srl.info/message/cs/2014/0325/01.html>

敬老週間〜長寿を祝って〜

介護老人保健施設他

9月19日の敬老の日を中心に、各施設で毎年恒例の敬老週間行事を行いました。多くのボランティアの方々のご協力もいただきながら、ご利用者の健康・長寿を祈念しました。期間を通して、皆様の楽しそうな笑顔をたくさんみることができました。

ル・サンテリオン北条

9月12日(月)から敬老週間が始まり、お茶会やカフェ、敬老パチンコにババール園園児との交流、鳥取中央育英高等学校書道部による書道パフォーマンスなど様々な催しが行われ、楽しそうに過ごされていました。17・18日にはデイケア・老健・グループホームでそれぞれ式典・家族交流会を行い、ご長寿の方へのお祝い品の贈呈等を行い、皆でお祝いをしました。



迫力の書道パフォーマンス!!



「久しぶりの抹茶は美味しいですなあ〜」

ル・サンテリオン鹿野

9月13日(火)に敬老週間の第1弾目の抹茶クラブが開催されました。外部より茶道の先生にお茶を立ててもらい、和菓子と一緒に頂きました。利用者様からは「久しぶりに飲むお茶はおいしいなあ」、「昔はお茶の先生をしとったで」などで、大変喜ばれていました。

ル・サンテリオンよどえ

106歳を筆頭に白寿・卒寿などのご長寿の表彰。利用者の方々の作品展示会。ボランティアのどじょう揃いや日本舞踊に笑いや拍手で盛り上がりました。大和保育園の園児との交流会では笑顔と涙があふれ、バイキング料理にはいつもよりお箸がのびてお腹一杯に。楽しい時間を過ごしていただきました。



園児の元気な踊りに拍手喝さい

上手にできた! 夏休み工作教室

ガーデンハウスよどえ

8月11日、米子市淀江町佐陀新田の子ども会の児童を招待し、ガーデンハウスよどえの食堂で夏休み工作教室を開催しました。

入居者と一緒になり、缶バッチやぶんぶんコマを作るなど楽しい時間を過ごしていただきました。これからも、地域の皆様と交流できる行事を企画していきます。



ぶんぶんコマを手にニコリ

献血運動の推進

倉吉地区事業所

長年にわたる献血運動への協力に対し、厚生労働大臣表彰を受けました。

定期的に倉吉病院玄関前で、バスによる献血にご協力させていただいており、その活動が評価されました。献血の際は、仁厚会、敬仁会職員の多くの方々に協力していただいています。今後さらに積極的に、献血運動に協力していきます。





ルールを守って楽しく乗車できました

大和保育園年長児25名とよどえ  
バール園年長児5名がJRの特  
急列車乗車体験「旅育」に参加し  
ました。  
まず米子駅で切符の買い方や電  
車に乗る際の約束事などを教えて  
いただきました。お話の後は、い  
よいよ特急列車『やくも』に乗っ  
て松江駅まで往復の旅です。ワク  
ワクしながら電車に乗ると、外の  
景色を眺めたり友達とお話をした  
りして楽しみました。約20分で松  
江駅に到着し「すごい速い！もう

JR旅育 電車の乗り方を学びました

大和保育園・よどえバール園

着いた！」と、驚いていました。  
公共の場でのマナーを楽しく学ぶ  
貴重な体験ができました。



駅員さんがわかりやすく説明してくれました

「旅育」とは

保育園児等が公共交通機関の  
利用方法やマナーなどを実際に  
体験しながら学ぶことを目的と  
したJRが行う体験事業



今回はル・サンテリオンよどえに  
お邪魔しました。



食事巡視風景

「毎日おいしい食事を作るために、  
取り組んでいることはあります  
か？」  
「食事を提供して終わりではなく、定  
期的に利用者様が食事をしていると  
ころを見学するようにしています。  
「いつもおいしいよ。ありがとう。」  
と喜んでくださって、美味しそうに  
完食している姿をみると頑張って  
作った甲斐があり、うれしくて、もっ  
とがんばろうと励みになります。食  
事を作ったり、盛り付けする時にそ  
の笑顔と温かい言葉が浮かんでき  
ます。  
それに、色々な要望や意見を直接聞  
き、改善に取り組めるいい機会に  
なっています。」

「利用者様とどんな話をしたんで  
すか？」

「かき玉汁の卵がふわふわで、どう  
やって作るの？作り方を教えて  
〜」と言ってももらえませんでした。今度フ  
ロアで作る約束もしたんです。  
ユニット棟では、副菜の盛り付けも  
利用者様がしているの、盛り付け  
方もポイントも聞かれました。とて  
も上手に盛り付けられます。」

「これからどんな食事を作ってい  
きたいですか？」

今後利用者様の目の前で調理をし  
て、雰囲気も含めよりおいしく召し  
上がっていただく工夫をしていき  
たいと思っています。  
これからも利用者様に満足して頂  
ける食事を  
提供でき  
るよう、  
職員一丸  
となり頑  
張ってい  
きます。



私たちが作ってます

# 健康 レシピ

栄養士が心と体に  
おいしいレシピを紹介します!

# 腸が元気になるメニュー

よくかんで食べよう!

## かみかみハンバーグ



### 材料(2人分)

[ハンバーグ生地]  
 豚ひき肉..... 120g  
 干しいたけ..... 1個  
 れんこん..... 小1/5個  
 ごぼう..... 5cm  
 玉葱..... 中1/4個  
 人参..... 2~3cm  
 卵..... 1/2個  
 牛乳..... 大さじ1/2  
 パン粉..... 適量  
 料理酒..... 大さじ1/2  
 A { 濃口醤油..... 小さじ1/2  
 塩、こしょう..... 少々  
 [あん]  
 B { 濃口醤油..... 大さじ1/2  
 みりん..... 大さじ1/2  
 砂糖..... 小さじ1  
 出し汁..... 1/2カップ  
 片栗粉..... 適量  
 グリンピース..... 適量

### 【作り方】

- ①干しいたけはもどして石づきをのぞき、みじん切りにする。
- ②人参、ごぼう、れんこんはみじん切りにしてゆで、水を切って冷ましておく。
- ③玉葱をみじん切りにして、塩こしょうしてフライパンで炒め、冷ましておく。
- ④ボウルに豚ひき肉を入れて、溶き卵と牛乳とAを加えて粘り気が出るまで混ぜる。(硬さを見てパン粉を加える)  
そこへ①~③を入れてよく混ぜる。
- ⑤小判型に形を整えてフライパンで両面を焼く。
- ⑥鍋にBを合わせて加熱し、水に溶いた片栗粉でとろみをつける。
- ⑦焼きあがったハンバーグにあんをかけ、お好みでグリンピースをちらす。



### 今回のレシピ担当

医療福祉センター倉吉病院  
管理栄養士/中井清恵

暑い夏は過ぎましたが、夏の疲れでまいちの方も、便秘だったり、おなかの調子が悪い方もおすすめのメニューです。当院では今年度、『腸が元気になるメニュー』の取り組みを行いました。良い腸内細菌を助け、腸から体の調子を整える食物繊維が豊富なレシピを紹介します。色々な野菜をしっかりとれる野菜ハンバーグです。

### ●食物繊維と腸内細菌

れんこん、しいたけ、玉葱、人参には食物繊維が豊富で、よくかむことで消化酵素がたくさん出て消化を助けます。  
また、玉葱とごぼうには良い菌を増やすオリゴ糖も含まれ、腸内環境をよくし、おなかから体の調子を整えていきます。

自治会の皆様と協力しての  
海岸清掃ボランティア  
職員20名が参加  
天気にも恵まれ  
すがすがしい汗をかきました

### 大和保育園



「よなGOGO体操」で  
つながる地域交流の輪

### ル・サンテリオンよどえ ガーデンハウスよどえ



あずさカップ(スポーツ大会)を開催!  
優勝を目指してピンポウリング、  
一球入魂!

### Photo Report



在宅医療福祉センター



社会医療法人 仁厚会

〒682-0023 鳥取県倉吉市山根43 TEL.0858-26-1012

### 病院機能評価認定

医療福祉センター倉吉病院  
TEL.0858-26-1011  
藤井政雄記念病院 TEL.0858-26-2111  
米子東病院 TEL.0859-56-5232

### ISO9001取得(JMAQA)

ル・サンテリオン北条 TEL.0858-36-5220 ガーデンハウスよどえ TEL.0859-56-5210  
 ル・サンテリオン鹿野 TEL.0857-84-3700 在宅医療福祉センター TEL.0858-26-2346  
 ガーデンハウスはまむら TEL.0857-82-6500 よどえババール園 TEL.0859-56-5268  
 ル・サンテリオンよどえ TEL.0859-56-4073 法人事業部セントラルキッチンアーク  
 TEL.0858-26-1517

### ISO9001取得(JSA)

藤井政雄記念病院 TEL.0858-26-2111

藤井政雄記念病院附属歯科クリニック TEL.0858-26-4276  
大和保育園 TEL.0859-56-2203