

# 虹



## 特集

## 認知症治療病棟のこと

- ・つるびと「サポートナース」
- ・認知症予防のための生活習慣のススメ
- ・病棟イベントや取り組み紹介
- ・こんな時どうする「認知症の方との接し方」
- ・季節を楽しむ素材のレシピ ほか

ご自由にお持ちください



IMS(イムス)グループ 医療法人財団 明理会

鶴川サナトリウム病院

患者さま本人と  
ご家族の安心へ繋ぐ

# 認知症治療病棟のこと

「認知症治療病棟」は、その名の通り認知症による行動の障害や精神症状が著しく、自宅での生活が難しくなった患者さまを受け入れ、治療やケアをする病棟のことです。当院には「認知症治療病棟」と、認知症と身体的疾患を合併された方に対して認知症治療と身体的な治療を行う「認知症身体合併症治療病棟」が合わせて379床あります。

今回の特集では、当院の認知症治療病棟での入院生活で、どのような治療やケア、リハビリテーションが行われているかをご紹介します。



## 治療方針の決め方

認知症の症状や行動、心理、性格などは診察室では一部分しか分からないため、主治医は、入院のきっかけになった症状がどんな場面でのように起こってくるのか、入院後の患者さまの様子を生活場面で観察します。

認知症の治療は現代の医療では進行を緩和するケアが中心です。抗認知症薬や、抗精神病薬による薬物療法と、リハビリテーションなどの非薬物療法を用いながら、医師と多くの専門職によるチーム、そしてご家族と連携で治療を行なっています。

## 認知症治療病棟の1日

入院治療では規則正しい生活を基盤とし、患者さまの身体機能や回復状態に併せた生活機能訓練を、院内生活に組み込み、退院へと繋いでいきます。

06:30	起床
07:00	洗面・トイレ
08:00	朝食
09:00	体操・身体機能訓練
10:00	入浴
10:30	個別の作業療法
12:00	昼食
15:00	集団の作業療法
18:00	夕食
21:00	就寝

## どのような患者さまが入院していますか？

認知症治療病棟の患者さまの約8割がアルツハイマー型認知症で、ほかに前頭側頭型認知症、レビー小体型認知症、アルコール性認知症など、何らかの認知症を患っています。中でも、アルツハイマー型認知症の方は家族での対応が困難となる症状から入院する場合があります。治療を終えて自宅に帰ることがベストですが、治療により症状が落ち着いていても、介護環境が整わず、ご家族が高齢などの理由で自宅で診ることが難しい場合は、特別養護老人ホームなどの介護施設へ繋いでいきます。



認知症治療病棟長に  
聞きました!



## 認知症で入院するメリットは?

入院を必要とする患者さまの多くは、※BPSDで混乱しています。例えば、ご本人がおかしな行動をしているのをご家族に注意されたときに怒ってしまうのは、自分では正しいと思っている行動を注意されるからです。しかし、そのような時の適切な対応方法をご家族は知りません。つまり、患者さま、ご家族のどちらも間違っていないのに、両方がとても困っている。そこに私たちが介入し、まずはご本人も家族にも落ち着いてもらうために、入院という方法を選択します。治療によって患者さまのBPSDが落ち着き、ご家族とても安心という環境が築けてから、両者がハッピーに過ごすための場所や方法を冷静に選択していけるのだと思います。



## 患者さまと向き合うときに心がけていること

集団生活が中心となる中で、歩ける人には歩いてもらったり、手作業が上手な人には折り紙を折ってもらうなど、患者さま個人が持っている力を失わせないケアを心がけています。認知症のケアは、童話にある北風と太陽の話のように、旅人のマントを脱がせようとした時に、北風は冷たい風で脱がすことができなかつたけど、太陽はニコニコ笑っているだけで暑くて脱ぎました。同じように、患者さまに対してあれも駄目これも駄目と縛るより、なるべく見守ることに徹し、ときに優しく手をつないだり、そばにいて笑ってあげたりするだけでも、いつか心を開いてくれる。そういうケアを大切にしています。



## リハビリはどんなことをしますか?

認知症治療病棟には作業療法士、言語聴覚士が配属され、集団での体操、レクリエーション、創作活動など、患者さまの重症度に関係なく参加ができる活動のほか、歩行訓練や手足の運動、摂食嚥下訓練などの状態に応じた身体リハビリテーションを行なっています。また、個別で行なう認知症リハビリテーションは、患者さまの生活史を聞き取り、目標を持ってリハビリに取り組んでいただくために、ご本人の趣味や嗜好を大切にされたプログラム(生け花、習字、園芸、麻雀、洋裁、化粧など)を多く取り入れています。身体機能を維持することも勿論必要ですが、活動を通じた他者との触れ合いの中で、「その人らしさ」を発揮できる活動を行ない、症状を落ち着かせていくことを大切にしています。



認知症疾患医療センター長  
小松医師より



日本精神神経学会精神科専門医  
精神保健指定医、認知症サポート医

親御さんなどの認知症で生活に困っている一方で、入院をさせることに抵抗を感じているご家族も少なくないと思います。しかし、前述のとおり、患者さまご本人とご家族の両方が幸せに過ごす時間を持つために、入院をすることが最適な場合もあります。必要な時にはあまり消極的にならずに、一つの選択肢として考えてもらいたいと思います。当病棟は明るく清潔な環境ですし、徘徊などの行動が理由の身体拘束もしておりません。また、症状などで患者さまを断ることはなく、どのような患者さんでも受け入れるようにしています。もし、入院が必要だと言われた場合でも躊躇をせず、前向きに捉えていただきたいと思います。

### ※BPSDとは?

認知症の症状には、「中核症状」と、「周辺症状(行動・心理症状)」があり、中核症状は脳の障害によって引き起こされる直接的な症状で、体験した出来事を忘れる「記憶障害」や、日付や人物がわからなくなる「見当識障害」などが当てはまります。一方の「行動・心理症状(BPSD)」は、中核症状と本人の身体や心理的状态、環境などが原因となって引き起こされる二次的な症状のことをいい、うつ状態や妄想がひどくなる「精神症状」と、「怒りっぽくなる」「徘徊する」などの「行動症状」の大きく2つがあります。



院内でぴかっと輝く職員、それが「つるびと」です。鶴サナを支える個性豊かな「つるびと」たちをご紹介します。

「ご来院の経緯は患者さまそれぞれですが、ご高齢でお身体が不自由な方や、認知症がある方のご家族から、「通院がすごく大変」「決死の思いで来ました」という声をお聞きます。また、ご来院後もさまざまな状況（手続きや検査等）において、不安な気持ちを抱かれる方が多いのではないかと思います。

今年度より、当院にご来院される全ての患者さまが、安心して診察や検査が受けられるよう、看護師による「サポートナース」が外来に配置されました。ご案内だけでなく、さまざまな場面において、患者さまの視点に立ったサービスの提供に努めています。

## こんな経験はございませんか？



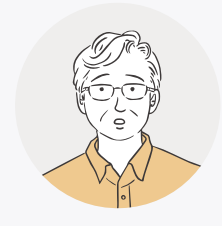
先生に言いにくいことがあった



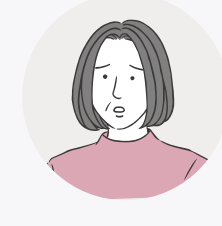
受付方法がわからない



トイレに付き添って欲しい



車椅子の介助してほしい



日々の対応に困っている



車の乗降を手伝ってほしい

私たちが皆さまを笑顔でお出迎え、無事にお帰りになるまでサポートします！



名札が目印！

「鶴サナの正面まで行けば、病院入口で患者さまやそのご家族の様子を窺っていると、通院には困難が多いと感じます。その中で、患者さまがどんなサポートを求められているのかを察する力と、介助技術、安心感を提供する必要があると考えています。通院される日は、鶴サナの正面まで行けば、あの人がいるから大丈夫」と思っていただけのようなサポートに努めてまいりますので、安心してご来院ください。また、困っていることや不安なことへの相談もお気軽にお声がけください。私たちはご来院される全ての方に寄り添います。

Message

サポートナースより

### ● 活動について

1～2名の看護師  
で対応中

活動場所：正面玄関・ロビー周辺  
活動時間：平日 9:00-17:00  
土曜 9:00-12:00

担当看護師：(左から) 渡部・中村

# 来院されるすべての方の不安に寄り添うお手伝い

# サポートナース

# 認知症 予防

リハビリスタッフ推奨！

# 生活習慣のススム

認知症予防には、脳の健康を保つことが大切です。特に「運動機能・食べる力・社会参加」などは、日頃から特に意識しておくことが重要とされています。しかし、一体何をしたらいいのかわからない、やってみただけ長続きしないなど、継続的に取り組む難しさがあります。そこで、当院リハビリスタッフが現場で実際に行っている活動の中から、楽しく取り組めて日常に取り入れやすいものを紹介します。



腸を動かして食欲増加・夏バテ予防

## 腸活き活き体操



効果 食欲促進 筋力強化 フレイル予防

01



### 腹式呼吸

腹筋を意識しながら鼻から吸って、お腹を膨らませます。口からゆっくり吐き出します。

便を押し出す力を鍛えよう！

02

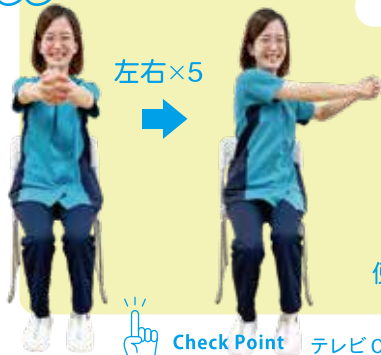


### 足上げ

背筋をのばして、ひざを90度に保ちながら、交互に足をあげます。

腸腰筋を鍛えて腸を活発化！

03



### 体ひねり

体の前で手をにぎり、腕を伸ばします。前を向いたまま、体と腕を真横にひねります。反対側も同じく行います。

体をひねって便を流れやすく！

04



### 横腹のばし

片手を上げ、手を下ろしている側にゆっくりと倒します。そのまま5秒キープしたら元の体勢に戻り、反対側も同じく行いましょう。

体をのばして大腸に刺激を！

**Check Point** テレビCMの間やご飯前、お風呂あがりなど、続けられるよう少しずつ日常生活に取り入れてみましょう

見学可能

## MCI(軽度認知障害)の方を対象とした トレーニングスタジオ ASMO をオープンしました

あ す も



ASMO紹介動画

お知らせ



### サービスについて

- [適用保険] 医療保険
- [対象] MCIと診断を受けた方  
※詳しくはお問合せください
- [目的] 心身機能の維持・改善  
認知症への進行予防

### ご利用の流れ

- ▼「ASMO」にお問合せ
- ▼見学・面談
- ▼当院に受診・検査

ご登録

お問合せ

MCIトレーニングスタジオ (鶴川サナトリウム病院)  
☎ 042-735-2222 (代表)  
平日 9:00~17:00 / 定休日 土日祝日・年末年始



## 病棟イベントや取り組み紹介

### — 認知症治療病棟 —

当院は機能別に12の病棟に患者さまがご入院されています。長期入院の方が多いため、快適に過ごしていただけるよう、それぞれの病棟で工夫を凝らしたイベントや取り組みを行なっています。



多職種合同企画

父の日  
「スーツを着よう」



6月、認知症治療病棟にて父の日イベントを行いました。ネクタイを結び、ジャケットを羽織ると、皆さんの顔つきにも変化が訪れます。洋服は自分らしくいるための大切なツールなのでと改めて感じました。

認知症の方がデイサービスの利用や訪問介護の介入を嫌がることは多いです。なぜなら、自分は身の回りのことが「できる」と思って頑張っているのに、家族などから介護サービスが必要だと言われてしまうと、「助けがないと何もできない人」だと言われてしまうように感じてしまうからです。また、認知症の方の失敗に対して周囲の人が「認知症だから」と軽く受け流したとしても、認知症の方にとっては、「今まで出来ていたことが出来なくなってしまう」ということを恥じ、受け止めきれず葛藤していることも少なくありません。そして、それらを相手に上手く伝えられないイライラやモヤモヤした気持ちを抱えています。

介護サービスを  
受け入れてもらえない

教えて！  
認知症看護  
認定看護師

“こんな時どうする”  
認知症の方との接し方



介護サービスを受け入れて頂くには、その方の性格や背景により適した対応はさまざまですが、まずはサービス提供をする側のスタッフとの信頼関係を築くことから始めましょう。玄関口で世間話をするなど、徐々に顔なじみになつてから、状況を見計らって必要なサービスを提案するといった流れがおすすめです。また、家族からの提案は受け入れられなくても、信頼するかかりつけ医であれば「先生が言うなら」と納得されたケースもあります。成功のポイントには、本人が「なぜ拒否するのか」を想像しながら、トライ＆エラーの気持ちで、焦らず、気負わずにタイミングを待つことです。それでもうまくいかないときは、家族で抱えまずに地域包括支援センターなどに相談しながら、専門職の力を借りてサービスに繋げることも検討しましょう。

説得や無理強いでは難しい



認知症看護認定看護師  
内田 愛美

**無料展示会**



栄養ワンダー  
塩分過剰時代

8月31日(木)  
13:30~15:00

和光大学ポプリホール鶴川  
交流スペース

プログラム  
パネル展示・骨の健康  
チェック・サンプル品配  
布・栄養相談など

1日どのくらいの塩分摂取が適正かご存じですか？

日時

8月31日(木)  
13:30~15:00

会場

和光大学ポプリホール鶴川  
交流スペース

プログラム

パネル展示・骨の健康  
チェック・サンプル品配  
布・栄養相談など

栄養ワンダー 2023 開催

8月 夏季診療について

10日 木	11日 金	12日 土	13日 日	14日 月	15日 火	16日 水
通常	休診	土曜診療	休診	通常	通常	通常

面会時間変更について

6月19日より、面会時間が変更になりました

13:00~16:30 13:00~18:30

※感染状況により面会時間が変更になる場合がございます。詳しくはHPにてご確認ください。

夏季診療と面会時間変更のお知らせ

**参加無料**



RUN 伴まちだ 2023 開催

町田市内を走って、認知症の啓発活動をしませんか？

日時  
9月3日(日)  
10:00~16:00

会場  
町田シバヒコ(ゴール地点)

イベント  
会場にてブース出店あり  
当院も参加します

お問合せ/ランナーお申込み  
isioka.moto@gmail.com  
RUN伴まちだ2023実行委員会

町田市内を走って、認知症の啓発活動をしませんか？

日時

9月3日(日)  
10:00~16:00

会場

町田シバヒコ(ゴール地点)

イベント

会場にてブース出店あり  
当院も参加します

お問合せ/ランナーお申込み

isioka.moto@gmail.com  
RUN伴まちだ2023実行委員会

RUN 伴まちだ 2023 開催

**無料展示会**



認知症の世界展

7月31日(月)  
13:30~16:30

和光大学ポプリホール鶴川  
交流スペース

体験コーナー  
ペッパー君と認知症について学ぼう  
予約制 60名程度

認知症の方の世界を見て・聞いて体験できる展示です

日時

7月31日(月)  
13:30~16:30

会場

和光大学ポプリホール鶴川  
交流スペース

体験コーナー

ペッパー君と認知症について学ぼう

予約制 60名程度

認知症の世界展開催



つ 3 さ な 学 養 科

季節を楽しむ素材のレシピ

夏の食欲不振に

スモークサーモンと

ミョウガとセロリの

マリネ

ポイント

ミョウガ、セロリにはカリウムが豊富に含まれており、高血圧の原因となる塩分の排出を促す作用で血圧を正常に保つ効果があります。さらに香りや酸味が効いていて、さっぱりしており食欲の出ない夏場にも食べやすい一品です。

材料  
(2人分)

- ミョウガ ————— 3本
- セロリ ————— 1/2本
- スモークサーモン — 1パック (5切れ程)
- オリーブオイル — 大さじ1
- 酢 ————— 大さじ1
- 塩 ————— 少々
- コショウ ————— お好み

作り方

- ① セロリは筋を取り薄切りに、ミョウガは千切りにする
- ② ①と●を混ぜ合わせる
- ③ スモークサーモンと②を軽く混ぜ合わせて出来上がり

何度も同じことを  
聞く・言う

見逃さないで

# 認知症のサインは 少しの違和感から



怒りっぽくなる



身だしなみに  
無頓着になる



意欲がなくなる

お気軽に  
なんでも  
ご相談下さい

- まずは専門医の診断を受けたい
- 介護サービスのことを相談したい
- 認知症と診断されたけど、どうしたらいいの
- 受診させたいのに拒否されて困っている など

町田市委託事業

ご家族やご友人、近隣の方、ご自身が「気になる」と感じたときがタイミング

## 町田市 認知症電話相談



# 0120-115-513



ネットからも  
ご相談できます

平日 9:00 - 17:00 土曜 9:00 - 12:00 (日・祝休み)

