

虹



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

IMSグループ広報誌プラザイムス

「プラザイムス」は、患者さま、ご家族の皆さまに院内やIMSグループの医療活動、病気に関する情報をお伝えするコミュニケーションペーパーです。



鶴川サナトリウム病院
【季刊 広報誌】

Vol.39

2021/夏号

特集

認知症と熱中症

ご自由にお持ちください

- ・つるびと「ICT 感染制御チーム」
- ・よろず医療相談室
- ・つるさな在宅支援
- ・認知症のリハビリテーション
- ・きせつの料理 ほか

認知症と熱中症

感覚の老化が水分不足に

高齢になると、体温調節機能の低下や、体内の水分量の減少といった要因で、脱水症状を起こしやすくなります。特に、喉が渴いたと感じる機能が低下し「感覚の老化」が顕著に現れます。脱水になると、熱を逃す働きが弱まり、体温が上昇して熱中症となり、さまざまな機能障害を引き起こしてしまいます。

認知症は脱水になりやすい

脱水を引き起こす疾患はさまざまありますが、その中でも「認知症は脱水を引き起こしやすい疾患」とされています。特に、認知症の方は、

短期記憶の障害で「水を飲まなきゃ」という記憶が抜け落ち、長時間水分補給ができず脱水となるケースがあります。また、認知症の進行で判断力が低下し、「喉が渴いたから水を飲む」という行動を自ら実行できない場合や、時間・場所に関わる見当識がおかされることで、「夏暑い」と認識ができない場合もあります。さらに、脱水によって電解質のバランスが崩れることで、「せん妄」症状を引き起こす可能性があります。

高齢者の熱中症はこうしてなる

身体的特徴

- 成人と比べ体内の水分量が少ない
- 年齢とともに体温調節機能が低下
- 喉の渴きを感じにくい
- 汗をかきにくい

喉は乾かないし、汗もかいてないから飲まなくても大丈夫だろう

水分摂取量が減少

水分

筋肉は身体の中で一番水分を含んでいます。高齢で筋肉量が低下すると、体内に水分を溜めにくくなります。

出ていく水分の方が多い

汗・呼吸・尿・便

熱中症

熱中症予防のきほん

- ▼ 昼夜問わずエアコン等を使用して温度を調節
- ▼ こまめに水分補給
- ▼ 涼しい服装
- ▼ 外出の際はマスクを適宜外す

高齢者の中には、「防犯のために窓を開けない」「エアコンは使わない」などの生活習慣を持つ方も多く、熱中症の要因となっています。また外出の際は、暑い場所をできるだけ避け、適宜マスクを外し、こまめな水分補給を忘れず心掛けましょう。

例年夏になると、熱中症で多くの人が救急搬送されていますが、その半数以上が高齢者です。その中には認知症が原因となって熱中症を引き起こしているケースがあることをご存知ですか？今回は、認知症の方の熱中症対策について一緒に考えていきましょう。



認知症経過別でみる
“ 熱中症対策 ”

こんな症状に要注意！

認知症

初期
症状

もの忘れ

エアコンのリモコンを
どこに置いたか忘れる



少しのフォローがあれば、ご自身で健康管理ができます。しかし、認知機能が低下しても身体が元気なため、どこまでフォローが必要か判断できないという難しさがあります。否定せず、優しく声かけをしましょう。

！
認知症

中期
症状

見当識障害

季節の感覚がないことで、
「寒い」「暑い」が混乱



熱中症のリスクが最も高まる時期だと考えられます。空調や服装が季節と合わず、特に重ね着が多く見られるため、こまめに様子をうかがうようにしましょう。

認知症

後期
症状

嚥下機能低下

むせるため
飲むことがつらい



常時介護者がついているため異変に気づきやすいですが、飲み込む力が弱く、水分摂取が進まなくなってきます。早期に専門職と一緒に対応を考えましょう。

水さえ飲んでいれば良いと思われがちですが、体液は水と電解質（ナトリウム・カリウム・カルシウムなど）で構成されていますので、水やお茶だけで水分を補給すると、体内の塩分が薄くなり、濃度を戻すために水分が尿として排出されて失われてしまいます。そのため、電解質を含む飲み物での水分補給が必要です。
 経口補水液は、水分と電解質を体に素早く補給できるように設計

塩分の補給も忘れずに

された飲料です。ドリンクだけでなく、ゼリーなど嚥下機能に合わせたものも市販されているので、利用されても良いでしょう。対応に困った場合はかかりつけの医師に相談しましょう。

監修



精神科医師
小松 弘幸

日本精神神経学会 専門医
認知症サポート医

患者さまに人気 /
お茶ゼリー

の作り方



材料

- ほうじ茶 1 L
- ★ 砂糖 50 g
- ★ ゼラチン 12 g



作り方

- 1 お湯で作ったほうじ茶に★を入れよく混ぜる
- 2 粗熱をとったら冷蔵庫で冷やして完成

当院で、入院患者さまの水分補給時に提供しているものです。手軽でおいしく、暑い夏にぴったりのゼリーです。嚥下機能が低下している方は、ゼリーを崩さず、そのままお召し上がりください。



ICT 感染制御チーム Infection Control Team

感染制御チームは、医師、看護師、薬剤師、臨床検査技師の多職種で構成され、それぞれの専門的な知識・技術・経験を用いて、病院内すべての人を感染から守るため、院内のさまざまな感染対策に取り組んでいます。

病院には、患者さまやそのご家族、職員や業者など、日々多くの人が出入りしていることから、感染症の観点だけみると、「100%安全な場所」とは言いきれず、さまざまな感染症リスクが潜んでいます。ただし、病院内で起きる感染症をできるだけ少ない状況にするため、病院内の感染予防対策を担い、院内感染発生時においては、感染拡大を早期に発見し、拡大を防ぐために組織されているのが「感染制御チーム」です。

院内感染を引き起こす病原体とは？

新型コロナウイルスやインフルエンザ、ノロウイルスなどだけでなく、サルモネラ、病原性大腸菌O-157等の食中毒菌、メチシリン耐性黄色ブドウ球菌(MRSA)、多剤耐性緑膿菌など抗生剤の効きにくい耐性菌、結核菌によるものなどさまざまです。

感染予防活動

週1回の院内ラウンド

ICTの医師を中心とした抗菌薬適正使用ラウンドにより、薬剤耐性菌ができるだけ出現しないように抗菌薬の使用状況を確認しています。また、現場で感染症対策が正しく実施できているかを確認するため、環境ラウンドで現場指導も行っています。



▶ 現状を改善のためにどのような物品を導入するのが適切か調査、検討するため、総務や設備の担当者を同行させることもあります。

病院で働くすべての人の安全のために

院内感染は決してゼロにはなりません、その伝播を予防するために行われるのが標準予防策です。全ての湿性生体物質(血液・体液・排泄物など)は感染症があるものとし、手指衛生や手袋・ガウンの着用などを徹底し、院内感染の危険性を減少させるよう努めています。



チームで病院全体を守ります

ICTの役割は、患者さまやご家族の皆さまをはじめ、当院に出入りするすべての人を感染症から守ることです。多職種メンバーがそれぞれの専門的な視野で、協働しながら感染リスクの調査や予防手法の探求に努め、より効果的な感染対策の実践を目指しています。感染対策は、目に見えないものとの闘いの連続です。だからこそ、感染対策の基本である「標準予防策」の徹底を第一に、努力を惜しまず日々の活動を行っています。そして、院内のすべての人を感染から守り、患者さまやご家族の皆さまにとって安心な療養環境を提供できるよう努めていきます。

まめ知識 除菌用アルコールの有効期限切れていませんか？

未開封であれば、箱やに記載されている期限までは正しく効果を発揮しますが、開封後は徐々に効果が落ちていきます。6か月を目安に使い切るようたっぷり使いましょう。開封した日付を記入しておくといでしょう。

よろず医療相談室

もしかして
「認知症かな？」と思ったら

町田市 認知症電話相談

専門の相談員がお受けいたします。
ご家族だけでなく、ご友人や近隣
の方など、気になることがあれば
お気軽にご相談ください。

家族のものを忘れが
気になる

治療や診断のことを
聞きたい

お問い合わせ

0120
115-513

平日 9:00-17:00 土曜 9:00-12:00

今後の通院や治療のことも考えると、
できる限りご本人が希望して受診する
ことが望ましいと思います。それでも
受診が難しい場合には、認知症の相談
事業として「認知症初期集中支援チ
ーム」のご利用をご紹介しています。
こちらの事業は、「ご自身で認知症の相
談をすることが難しい」、「ご家族が勤
めでも積極的に専門の医師に相談でき
ない方」を対象に、医療や介護の専門
職により構成されたチーム員がご自宅
を訪問し、状況の評価、把握、医療受
診の支援や家族支援などを行なってい
ます。



精神保健福祉士
村山 秀人

もしよろしければ、受付窓口である管轄の高齢
者支援センターをご紹介いたします。
認知症は早めの対応をすることで症状の進行
を遅らせるほか、本人の意思を確認する時間や
介護環境を整える時間の確保にも繋がります。
早期受診をおすすめしていますが、迷いなどが
ある方は、まずは一度、電話相談をご利用され
てみてはいかがでしょうか。

1年ほど前から父のもの忘れが見られるようになってき
ました。親戚の家を訪ねに行くも辿りつけず、降りる駅を間
違えて、警察にお世話になったこともあり。もともと
病院嫌いで、かかりつけはありません。認知症を心配して
おり、一度もの忘れ外来を受診させたいが、本人は「何も
問題ない。大丈夫」と拒否が強く、連れていくことが難し
いです。どうすればよいでしょうか？

こんな心配はありませんか？

「このまま寝たきりにならないかしら」...
「体力が落ちると家族の介護負担が..」
「介助の仕方や自宅での介護環境に
アドバイスが欲しい」
など

在宅での生活を継続していくうえで、コミュ
ニケーションの困難や介護抵抗により、ご家
族の精神的、身体的負担が大きくなる場合
があります。私たちは、ご本人に対しての適
切な支援を行うことはもちろんですが、その
ご家族にも寄り添いたいと考えています。

ご家族にも 寄り添うリハビリに



訪問時間は
ご相談
ください

訪問リハってなんだろう？

訪問リハとは、外出が困難な方などのために、理学
療法士や作業療法士が、ご自宅に訪問し、実生活
の場で自立のためのリハビリを行うサービスです。
医師と連携を取りながら、ご本人やご家族と共に、
生活環境に沿った、一人ひとりに合ったリハビリテ
ーションの提供をお約束いたします。

日は好日

訪 問 リ ハ

リハビリを
続ける日々が
「良い日」
となりますように
私たちと一緒に
はじめませんか



お問合せ

対象エリアや
ご不明な点は下記まで
お問合せください

電 話

042-860-3122

FAX

042-735-1258



私たちが訪問します！

理学療法士2名、作業療法士2名で訪問先にお伺いして
います。新型コロナによる訪問中止期間中は、利用者さま、ご家
族さまに大変なご迷惑をお掛けいたしました。
6月下旬の再開後もたくさんの方が私たちを待っていてくだ
さったことに心から感謝いたします。今後もご利用者さまの
ご期待に沿えるよう、スタッフ一同頑張っていきたいと思
います。

ご利用者さまの声



主治医との連携をとってもらえることが良い
です。体が縮こまって殆ど動かず椅子に座
りきりだったのが、リハビリによって意欲が
わき、歩行も少々できるようになりました。

はじめは、本人も利用することに気が進ま
ないようでしたが、リハビリスタッフとの信
頼関係が結べるようになり、今では前向き
にリハビリに取り組んでいます。

家族は人を家に入れることに不安を感じ
ていましたが、本人はリハビリを心待ちに
し、お風呂にも自ら入るようになり、覇気が
戻った感じがしています。

ある日の リハビリ

認知症があるBさんの目標

できることをひとつでも増やす

- 11:00 バイタルの確認、日々の体調やご様子の確認
- 11:10 趣味の編み物を取り入れ、活動性をアップ
- 11:30 昼食の準備をしながら苦手を動作なども確認
- 11:55 バイタル確認→終了

Bさんは週1回60分のご利用。
Bさんがお好きな家事を取り入れてリハ
ビリを進めています。得意な分野で自信を
つけていただきながら、「できる」を増やして
いけるよう、取り組んでいます。



※その他にも整形疾患、脳血管疾患、介護予防などでご利用いただけます。



第2回

認知症のリハビリテーション



芸術療法

当院のリハビリテーション科では理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が患者さまの心身の状態の評価に応じた適切なリハビリテーションを個別・集団で提供しています。さまざまなリハビリテーションの中から、認知症の方へ行なっている介入についてご紹介していきます。

認知症の方の居場所をつくる

認知症の方は、記憶障害や言語障害があることから、日々のコミュニケーションの中で、何かを伝えたくてもうまく伝えられず、さまざまな葛藤や不安を抱えています。場に居心地の悪さを感じることがあれば、その場から立ち去ろうとすることもあります。

今回ご紹介する「芸術療法」は、自分の作品を通して非言語コミュニケーション（作ったもの、表情、視線、身振り、態度等）です。不安を和らげ、心理的安定を図るだけでなく、周囲の人が認知症の方の内面や新たな能力に目を向けることで、認知症の方自身の肯定感につながり、心の居場所の確保ができると言われています。

【 当院で行う芸術療法 】

音楽、書道、生け花、塗り絵、ちぎり絵、盆踊り、うた体操など

【 その他の芸術療法 】

舞踊療法、読書療法、絵画療法、俳句療法、写真療法 など



芸術療法ポイント

- 五感への刺激
- その人らしい表現（自己実現）
- 失敗がない（成功体験）
- 介護者、ご本人と一緒に楽しむ

認知症のリハビリでは、ご本人さまを主役と考え、その方の生い立ちや生活習慣、今できることにも目を向けながら実施しています。認知症があっても前向きに楽しく暮らすことを目的に、ひとつの方法として、芸術療法をご家庭でも取り入れてみてはいかがでしょうか

作業療法士 内立 洸市

粘土アートの特徴

- ・失敗がない
- ・こねる動作を繰り返すだけで落ち着いた効果がある
- ・幼少期の体験を思い出し、コミュニケーションがとれる
- ・認知症重度の方にも適応
- ・手指の運動、脳活性

注意

- ・手に怪我がないか確認（ポリ手袋使用なども可）
- ・お団子等との誤認、異食
- ・完成した作品を否定しない
- ・使いかけ粘土の管理（カビなど）

素材

小麦やお米などから作られた粘土
※100円ショップでも販売



ご自宅でもできる

粘土アート



互いの距離が近い「リハビリ」での感染対策

基本的な感染対策



◎ 手洗い・手指消毒



◎ 使用器具の消毒

消毒剤は常時携帯

介入ごとの消毒



◎ 訓練室内の換気

訓練室の人数制限

その他、
・毎日の体温計測
・体調報告
・アクリル板の使用など

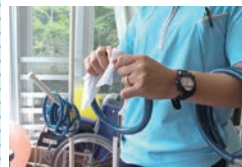
当院で実施しているすべてのリハビリテーション提供の際には、患者さまと密接な接触を伴うことが多く、その時間も20分以上、長い場合には1時間に及ぶこともあります。当然リスクが高まる場面が多くなるため、リハビリテーション科では「自分自身が無症状の感染者」という想定のもとで、対策を行なっています。

ゴーグル

マスク

エプロン

消毒液



患者さまがリハビリに使用する道具は共有せず、使用後は全て消毒を行います。



患者さまの身体に直接触れる際は、触れる場所を変えるたびに手指消毒を行います。

シールド付マスク

摂食嚥下訓練・言語訓練（言語聴覚士）

言語聴覚士が行うリハビリは、特に患者さまと近接する訓練であり、性質上、マスクを着用いただくこともできないため、より高度なPPE（个人防护具）を使用します。さらに、飛沫が飛散したと考えられる場所についての消毒も入念に行なっています。

ガウン

グローブ

消毒液

鶴川サナトリウム病院では、公開講座を定期的を実施しておりますが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催を見合わせております。今後の開催予定につきましてはホームページ等でご確認ください。ご不明な点は広報企画室（042-737-1257）まで

新入職医師紹介



精神科

かし としろう
岸 敏郎 医師

島根医科大学
老年精神医学
日本認知症学会専門医

ご本人やご家族との対話を大切にし、みなさまができるだけ豊かで、無理のない生活を送られるよう診察に努めます。

▶ 外来：土曜午前

お盆期間中の診療について
カレンダー通り、日祝休診となります。
土曜は午前だけの診療です。

家族介護者向け
認知症
カフェ

介護の合間にほっと一息

やわらかカフェ

参加無料
申込み制

8月6日(金)開催予定

専門職も
集まります！

介護者同士で必要なことや分からないこと、不安なこと、何でも一緒にお話しませんか？



時間 14:00-15:30

場所 和光大学ポプリホール鶴川 3F 多目的室



お申込み

042-737-1257



平日 9:00-17:00
土曜 9:00-12:00

※状況により、中止または延期の場合がございます。あらかじめご了承ください。
詳細は広報企画室またはホームページをご覧ください。

つるかわ栄養科 きせつの料理

おうちレストラン
鯖のポアレ
ラビゴット
ソース



ラビゴットソース？

語源は「元気を出させる！」その名の通り、暑い夏でもメインのおかずがさっぱり食べられます。お肉にもお魚にも合う万能ソースなので、作り置きしておけば、後はメインに火を通すだけ。日々の時短料理にもおすすめです。ソースは一晚冷やすと味が馴染んで、より美味しくなりますよ。
保存期間は冷蔵で約5日

ラビゴットソースのつくりかた

- ① キュウリ、トマト、玉ねぎを粗みじん切り、パセリをみじん切りにする
- ② 刻んだ玉ねぎは塩をかけて5分程度置いたあと、水で洗って、水気を切る ※手でしぼる、またはキッチンペーパーで
- ③ 刻んだ材料と合わせ調味料を混ぜ合わせ、冷蔵庫で冷やす

鯖のポアレのつくりかた

- ① 鯖は塩をふり、10分程度置いて臭みを取った後、水気をキッチンペーパーなどで拭き取る ※塩鯖の場合は酒を全体に振りかけ、同様に拭き取る
- ② 皮目に2cm幅程度の浅い切り目を入れ、黒胡椒をまぶす
- ③ フライパンにオリーブオイルを入れ、鯖の皮目を下にしたまま蓋をして中火で熱する
- ④ 皮目がこんがり焼けたら裏返し、蓋はせずに2分程度弱火で加熱する

【ラビゴットソース】

キュウリ 1本
トマト 1個
玉ねぎ 1/2個
パセリ(生) 少々

<合わせ調味料>

★オリーブオイル 大さじ2
★酢 大さじ2
★レモン汁 大さじ1
★塩 小さじ1
★黒胡椒 お好みで

【鯖のポアレ】

鯖 4切
塩 適量
オリーブオイル 大さじ1
黒胡椒 少々

材料

料理の色は
食欲に大きく影響
すると言われています。
テーブルを鮮やかに彩って
心も身体も元気に
夏を乗り切りましょう！



タブレットやスマートフォンを使ってインターネットを積極的に利用する方が増えていますが、まだまだ苦手意識を持っている方も多いようです。電話やメール、情報収集の道具としてだけでなく、より幅広く活用できるよう、まずは基本から学んでいきましょう。

目的別のソフトウェアのこと

Question 01

アプリってなに？

アプリとは、メールや地図などの特定の目的をもって作られた専用のソフトウェアのことです。正式名称はアプリケーションソフトウェアですが、パソコンの世界ではソフトと略される一方、スマホの世界ではアプリと略されるのが一般的です。LINE や天気予報など、日常で役立つ便利なものから、オセロ、麻雀などができる「ゲームアプリ」まで多種多様な「アプリ」が存在しています。

Question 02

アプリの料金は毎月かかるの？

有料版も基本的には購入時のみ！

購入時に料金が表示されているアプリは、インストールするときに支払いが発生しますが、料金表示がないアプリは無料でインストールできます。有料アプリでも、一度購入すれば、月々の利用料などを請求されることは基本的にありません。ただし、アプリ内課金式や利用可能期間に制限があるアプリは、追加利用料がかかる場合もあります。

Question 03

アプリ内課金は無料じゃないの？

課金しない限り無料で利用できます

無料アプリなのに「課金有り」の表示に戸惑ったことはありませんか？
例えば、アプリ内のサービスを向上させたり、オプションとして何かを利用したい場合などに追加で購入することが「課金」です。必要がない場合は無料枠内で利用していただければ料金がかかることはありません。

新型コロナウイルス陽性者発生について【収束のご報告】

日頃より当院の運営にご理解とご支援を賜り誠に有難うございます。

5月10日（月）に入院患者様及び職員に複数名の新型コロナウイルス感染が発生いたしました。

このクラスター発生により、感染された患者様、濃厚接触された患者様には、長期にわたる療養で大変なご負担をお掛けしましたこととお詫びするとともに、疾患の治療のためにご入院されたにもかかわらず、ご期待に反する結果となったこと、また、十分に面会することもままならず、当院あるいは転院先にてお亡くなりになりました患者様には、この場をお借りして、職員一同心よりご冥福をお祈り申し上げます。

今回の事例が生じたことにより不足のあった部分の見直しを図り、感染予防対策と早期発見の体制づくりをさらに強化し、皆様が安心して鶴川サナトリウム病院をご利用していただけるよう取り組んで参ります。引き続き、面会の禁止などご不便をおかけしますが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

末筆となりますが、日頃よりご利用されている患者様、ご家族の皆様、地域住民の皆様、医療機関の皆様、その他多くの関係の方々に多大なご心配やご迷惑をお掛けしましたことを心よりお詫び致します。

令和3年7月5日
鶴川サナトリウム病院
病院長 小田切 統二