

第49号

平成29年  
7月3日

# みどりの風



医療法人 みどり会 枚方市藤阪中町3番20号 ☎072-868-2071  
URL <http://midori.jpn.org/> E-mail midorii@io.ocn.ne.jp

社会福祉法人 松樹会 枚方市交北2丁目10番1号 ☎072-898-2197  
URL <http://www.syoujukai.org/> E-mail ikoinosato@syoujukai.org

編集責任者：理事長 中村 猛  
編 集：季刊誌編集委員会

## m 第49号御挨拶

理事長 中村 猛



皆さん、こんにちは。

今年は梅雨入りが発表されてから、雨が降らない空っ梅雨の天気が続いていますが、猛暑のシーズンがやってまいりました。

一杯水のたたえた田圃には植えたばかりの稻の苗がすくすく生長し、目の痛くなるように鮮やかな紫陽花が目にとまります。澄んだ青空高くに伸び上っていく入道雲を眺め、山々の彼方を想像するとカール・ブッセの“山のあなたの空遠く、幸い住むと人の言う”詩が思い浮かんできます。

そうです！ 人の幸せ自分の足元にあるんだ。遠くを憧れても駄目だと思いやると、日々のお付き合いする交友を一層大切に輪を広げ、地域の社会が住みやすい豊かな生活ができるよう、協力し合って、参りたいと思います。

さて、グローバリゼーション世の中に無数の情報が飛び

・ 交う中で、取捨選択して軸のブレない自身の人生を成長  
・ さすには余程しっかりと舵をとて操縦する必要があり  
・ ます、正しい情報を糧として集団・社会の交わりを大切  
・ 日々は好日の生活を誰しもが望むものであります。  
・ 我々の近辺には多くの事実が群がっています、そして  
・ そこから一つの真実を探求する事が求められています。  
・ 頭を駆け巡る無数の情報から真実をつかむこと。本当に  
・ これは、神が我々人間に与えられた恩恵と受けとり、  
・ ありがたく享受してまいりたいと思います。  
・ 酷暑のシーズンをくれぐれも御自愛下さい。



## 法人研修所 “みどりの樹” オープン

理事長 中村 猛

木曽御嶽山の山麓深く、濃い緑に囲まれた開田高原に、御縁が出来て、この度、我々法人の人材育成の研修所“みどりの樹”がオープンしました。

私達は自分の足元を大切に、しかし移動して自身をみつめることも大切に、都会の環境から離れて自然豊かな地方からその環境に溶け込み、学んでいこうという想いで作りました。私達はその研修所を利用して外から自分達の法人をみつめ、学んで考えることができれば幸いと考えています。

毎日毎日が予定の一杯詰まった生活の中で、少し自然環境の違った場所で色々な異業種、文化、習慣の違う方々と交流を結んで、自分をみつめ直す機会が与えられれば幸いです。





## リハビリの効果を高めるボツリヌス療法

リハビリテーション部 課長 羽田 崇

中村病院のリハビリテーション部は、今年度も15名の新入職員を迎えました。現在、理学療法士(PT) 56名、作業療法士(OT) 29名、言語聴覚士(ST) 9名の総勢94名で、みなさまの充実した生活の獲得に向けてリハビリに取り組んでいます。

当院のリハビリは、入院・通院患者様だけでなく、訪問リハビリや介護保険対象のリハビリにも力を入れています。対象となる病気や怪我は、多岐にわたりますが、主に脳卒中や転倒による骨折、変形性関節症に対する人工関節置換術などが挙げられ、個々の症状に合わせて積極的なリハビリを進めています。

今春より、脳卒中や脳外傷による後遺症のある方に、ボツリヌス療法を本格的に開始しました。

ボツリヌスとは聞きなれない言葉ですが、ボツリヌス菌が作り出した天然たんぱく質を有効成分とする薬のことをいいます。脳が損傷を受けると運動麻痺が起こることがあり、手足の筋肉が自分の意思に反して‘つっぱる’痙攣（けいしゅく）という症状が表れやすくなります。ボツリヌス療法は、つっぱりのある筋肉に薬を注射することで、筋肉を柔らかにする治療法です。一般的に薬の効果は、3~4か月持続し、徐々に消失していきます。この期間に柔らかくなった筋肉に対して、集中的なリハビリを行うことで、手足の動きが改善する、日常生活が行いやすくなる、痛みが軽減するなどの効果が期待できます。当院のボツリヌス筋肉注射の特長は、注射針に微弱な電流を流することで、つっぱりのある筋肉を正確に特定して治療できることにあります。

今後、新たなリハビリ治療のひとつとして、手や足の運動機能の向上、歩行能力やバランス能力の向上などが期待できるとともに、つっぱりによる日常生活の困難さにも効果を発揮します。

毎週月曜日、リハビリテーション科の午前診（9時～12時）予約制で診察を行っておりますので、ご不明な点は、受付までご連絡ください。

## ボツリヌス療法をご存知ですか？

毎週、月曜日の午前診で  
H29年4月より開始しました。



### 治療のステップ



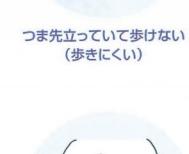
ボツリヌス療法を受けられるかどうか、診察によって判断します。



「いま困っていること」「何ができるようになりたいのか」といった点について、医師と相談し、治療の計画を立てます。



つっぱりのある筋肉に注射します。



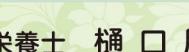
つま先立っていて歩けない（歩きにくい）



治療後の症状について、医師と相談し、次回治療の必要性を決定します。



経過観察を経て効果が弱まってきたら、2回目の治療を行います。  
以降は経過観察と治療を繰り返します。



\* 初回治療から2回目の治療までの期間は約3~4か月です。

ひじが曲がったまま伸びない



## 糖尿病集団栄養指導について

栄養管理部 課長 管理栄養士 樋口朋宏

中村病院では糖尿病基礎講座を第2月曜日に開始、糖尿病教室を最終月曜日に開催、いずれも15:00から中村病院2B食堂デイルームにて開催しております。

今まで糖尿病食事療法について栄養士がお話しするといった内容でしたが、これからは、クイズ形式を取り入れたりしながら、一緒に学び、考え、より良い方向を導き出せるような運営を行いたいと考えています。

また、特に高齢者に関しては、現在の健康状態を維持し要介護状態にならないような食事の摂り方や、食材をどこで買ったらよいのか、配食サービスってなに？などの食事を取り巻く環境を整えるといった観点からも栄養士がアドバイスしていきます。今まで栄養士から、あれは食べてはダメです！ これは量を減らしてください！ と言われ、もう栄養指導は必要ないと思われている方も、もう一度お越し下さい。なにか、糖尿病食事療法についてのヒントを持って帰って頂けるよう努めます。

糖尿病や食事について、疑問や質問、興味のある方でしたら誰でも参加して頂けます。ご参加お待ちしております。



## m これからの介護人材は…

事務長 原田 陽造

現在、日本において老老介護の問題があり、10年後には団塊の世代の2000万人を超える方が75才以上の後期高齢者となり国の財政も圧迫し、介護する人材が不足し介護が受けられない状況になる可能性も出てきております。

若い方が、介護職への道を選択される割合が減少し、どこの施設においても人員確保が厳しい状況になってきております。

その中、全老健では外国留学生、特にベトナムが親日性も高く現地の日本語教育機関も比較的充実している事から、まずはベトナムからの留学生受け入れを検討する事になりました。

といつても現状では言葉・養成校のインフラ、監理体制の未整備、等々課題も多くあります。また、大老協のアンケートでは、現在外国人スタッフを受け入れている施設は1割強ですが、今後は検討していくと言った施設を合わせると4分の1が採用する状況であることもわかり、近い将来、多くの外国人スタッフを受入れを行っていく施設が増加する事が予想されます。

なごみの里でも、このような背景が良いか悪いかは別とし、ご利用者の安全・安心・信頼を保つ1つの手段として検討していく必要があるのではないかと思います。

## m 認知症棟リニューアル～半年の経過報告～

介護課長代理 尊田 幸一

なごみの里の認知症専門棟がリニューアルされ半年が経ちました。リニューアルのコンセプトは昭和20～30年代の再現です。ご利用者の若かりし頃、最も活気にあふれ、かつ一生懸命に生活していた時代振り返り、懐かしんでいただくことで、当時の元気を現在に取り戻していただきたいという想いがあります。フロア全体に木の良い香りが漂い、昔ながらのポスター、モノクロテレビやシンガーミシン、かまど等の懐かしい物品を設置した和室。おかげさまで、今回のリニューアルにより、ご入居者やそのご家族、また、見学に来られた方等、ご好評をいただいております。

加えて、リフォームをきっかけに、最も変化したのは職員の

やる気だと私はとらえています。和室を使用して毎日、レクリエーションを実施するようになりました。例えば、月曜日は回想法、火曜日はハンドマッサージ、水曜日は書道、木曜日は生け花、金曜日はおやつ作り、と様々なプログラムを介護部だけではなく、臨床心理士やリハビリ、栄養課等、様々な職種が協働して提供することができます。この他にも、個別性を重視したケアに向けて、様々な企画が進行しております。なごみの里の認知症専門棟は、今後もこうした取り組みを積極的に実施し、ご利用者や職員のあたたかな笑い声にあふれた、皆が光輝くことのできるようなフロアを目指して参りたいと考えています。

## m 夏の暑さを乗り切るための体作りを目指して

栄養科 主任 管理栄養士 小野 理恵

夏本番となり、暑さとの闘いがやってきました。五月に真夏日予想が出た時は、この先の暑さがどれほど続くのか、何よりご利用者の体調への危惧を感じました。高齢者にとって、夏の暑さは熱中症になる危険性が高いからです。成人と比べて体の水分量が少ないうえに、感覚も鈍くなり、のどが渴いているのに気づきにくくなる為、いつも以上に水分補給を必要とします。

当施設では夏季の間、お茶の他にスポーツ飲料による水分補給を行い、熱中症の予防に努めています。お茶が苦手で、勧めてもなかなか飲まれない方の水分量の改善につながる

事もあり、電解質の補給と共に効果を感じています。

熱中症の他に気をつけたいのが夏バテです。夏バテ予防で特に摂っておきたい栄養素は、たんぱく質とビタミンB群です。たんぱく質は筋肉や臓器、皮膚の主成分として体を作る働きがあり、ビタミンB群は、エネルギーの代謝を助けて疲労回復に役立ちます。豚肉、豆類、雑穀は、ビタミンB群が豊富でタンパク源にもなります。更に夏野菜には、暑さのストレスへの抗体をつくるビタミンCがたっぷり含まれています。このような食材を組み合わせた食事を心がけ、夏の暑さを乗り切っていただきたいと思います。

## 在宅支援

### m 元気づくり・地域づくり会議について

枚方市地域包括支援センターみどり 所長 伊内 康宏

枚方市では平成28年度から元気づくり・地域づくり会議の設置を、小学校区や生活圏域（以下 地域）ごとに進めております。平成29年5月22日現在で枚方市小学校区45の内、24校区に設置されています。

この会議では、高齢者に関する地域のニーズや地域資源の情報共有、地域課題や実態把握を行います。そして、既存の集いの場の活用や、開発が必要なサービスの議論を行っていきます。具体的に例示すると、「介護予防を進めていくため、ひらかた元気くらわんか体操を地域で取り入れよう。高齢者がアクセスしやすい場所にある空き家や、施設のスペースを活用しよう。」などです。これまでも自治会などの地域組織が、

地域のニーズを把握し、解決していくことはしっかりと実践されていましたが、今後は「サービス事業所」も地域と協同していくことが求められています。サービス事業所としての役割をこれまで以上に認識し、会議の中で整理された地域のニーズに対応していく必要があります。

包括は、会議の事務局としての役割を担います。  
中継器いわゆる「ハブ」となって、円滑な会議運営をサポートしてまいります。



ひらかた元気くらわんか体操の一コマ



## 『近隣の清掃活動』

特別養護老人ホーム いこいの里 介護課長代理 関谷 大

5月16日、穏やかな日差しが差し込む中、利用者様と職員10名が集まり、地域への貢献活動のひとつとして、いこいの里の施設近隣の道路の清掃活動を行いました。

この4月より毎月第3火曜日の天気の良い日に、利用者様と一緒に外に出てできる事はないか? とはじめました。最初は、職員もなかなか進んで、活動できませんでしたが、利用者様と一緒に散歩に出かけるような感じで、進んで活動に参加してくれるようになってきました。

今後は、活動の幅を広げていけるようにしていく事を目標としており、少しでも近隣との交流を深めていけるようにしていきたいと考えております。



## 菖蒲園見学

グループホーム たんぽぽ藤阪 管理者 竹之内 真一

施設の近くにある山田池公園では、今年も5月25日から6月25日の1か月の期間、菖蒲園が一般開放されていました。私達たんぽぽ藤阪では、6月12、13日の2日間園内の車両通行許可をもらい、ユニット別に菖蒲園見学に行って参りました。

菖蒲園には他の施設の方々や立派なカメラを構えている一般の方々も沢山来園されていました。菖蒲の花は紫、白、青、ピンク色の花が咲き乱れ、『松の雪』『奥万理』『桜獅子』等風情のある名がそれぞれ付けられていました。入居者の方

達は、「キレイやなあ」「こんな立派な所があったんやなあ」と感心されていました。  
梅雨の季節でしたが、2日共天候に恵まれ、色々とりどりの菖蒲の花を堪能する事が出来ました。又、協力して下さった家族の方々、皆様方、有難うございました。



## 親和会主催、ボウリング大会、食事会開催

親和会 会長 藤田 優美子

6月にボウリング大会1回目をラウンドワンにて開催いたしました。理事長の挨拶と始球式で始まり、去年から好評だった個人戦とチーム戦との両方で点数を競ってもらい白熱した戦いでした。

食事会は、今年初めて使用することになったルーチェサンタルチア（イタリアン）に場所を移し、景品発表を行いました。理事長賞に大丸百貨店のカタログ商品、目玉商品にプライベートビエラ（防水テレビ）を贈呈しました。ボウリングに131人、食事会に141人と大変多くの方にご参加いただきまして、みどり会と松樹会の親睦も深められて親和会役員一同感謝しております。

次回も役員一同丸となり皆さんに楽しんでいただけるように頑張りたいと思います。



## 各施設連絡先

## 社会福祉法人 松樹会

特別養護老人ホーム いこいの里 072-898-2197  
デイサービスセンター いこいの里  
サテライトいこいの里 072-849-2210  
ケアハウス つくしんぼ長尾 072-868-2190  
デイサービスセンター 長尾  
ケアハウス つくしんぼ藤阪 072-868-2191  
グループホーム たんぽぽ藤阪 072-868-2197  
グループホーム たんぽぽ田口 072-898-2193  
居宅介護支援センター つくしんぼ 072-898-2196

## 医療法人 みどり会

中村病院 072-868-2071  
中村記念クリニック 072-868-2070  
介護老人保健施設 なごみの里 072-868-2072  
サテライトなごみの里 072-818-2071  
デイサービス 長尾の里  
有料老人ホーム みどりの館 072-868-2727  
旬彩なかもら 072-860-7527  
グループホーム たんぽぽ長尾 072-868-2195  
ケアプランセンター なごみ 072-818-7533  
訪問介護ステーション みどり 072-868-4392  
地域包括支援センター みどり 072-845-2002

## —編集後記—

今年の直木賞・本屋大賞受賞作「蜜蜂と遠雷」は700頁ほどある文章からクラシックピアノの音が聞こえてくるような錯覚を覚えるほどの表現力豊かな作品でした。孫のピアノコンテストの情景と主人公と重ねながら（レベルの違いはほど遠いですが）久し振りに一気に読み終えることができました。今回、研修所「みどりの樹」開設の件で木曾開田高原に出張する機会が多くありました。都会を離れて自然豊かな環境で、研修も勿論ですが本を読んだり、高原散歩をしたりと人生の終盤を考えるのも良い機会と感じております。

みどりの風編集委員会  
連絡先 ☎ 072-868-2071 法人本部 松田