

湖 畔

vol.27 平成26年8月

医療法人 十全会

発行：医療法人十全会広報委員会

所在地：高知県土佐郡土佐町田井 1372

電話：0887-82-0456 (代表) FAX：0887-82-0459

ホームページ <http://juzen-kai.or.jp/>



ご訪問下さった皆様ありがとうございます。参加して頂いた入所者のみなさんに喜んでいただき良い暑気払いになったと思います。

最後には利用者の皆さんにレイをかけて握手をしてくれました。

土佐町の方もいらつしやう、顔なじみの方の訪問に驚き喜ばれていました。

7月30日(水)七夕祭り第二段として本山町保育所年長組さんとフラダンス「アヴァアピ」の皆様が訪問頂きました。本山保育所21名の皆さんは、日

フラダンスアヴァアピと本山町保育所の訪問

去る7月9日九州地方で、台風8号が猛威をふるい四国にも迫って来たため、老健で予定していた七夕まつりの保育所子供さんの訪問が延期になりました。けれども昼食は七夕まつりの皿鉢を囲み和氣藹々と「私はこれが好きよ」押し寿司をはさみ「わしは昔からこれがえい」と鮎の甘露煮をはさむ姿や、口いっぱいに入れて「顎をくくらないかん」などの言葉があちこちで飛び交っていました。

やし素麺、てんぷら、マンゴー、椎茸の卵とじなど見た目にも鮮やか、口へいれても美味しいものばかりでした。

数日前より、利用者さんに何が好き？何が食べたい？と栄養科より尋ね、利用者さんの希望に沿うよう努めてきたこともあり、日ごろより食の細かい利用者さんが「今日は食べ過ぎた、本当に美味しかった、長生きするもんじゃ」と喜ぶ声は、聞いている職員の顔もほころんでいました。今後とも栄養科と協力しながら、美味しい料理を提供していきたいと思えます。

▲本山保育所年長組さんからのプレゼントの「ちようちん飾り」はギャラリーに展示させていただきました。

公開講演会

高齢化社会と嚥下(飲み込み)の障害について

講師 高知大学医学部耳鼻咽喉科 教授 兵頭政光 先生

7月26日早明浦病院待合ホールにおいて、兵頭先生をお迎えして公開講演会を開催し、住民の皆さんなど約70人のご参加をいただきました。その講演要旨を前半と後半の2回に渡ってお伝えします。



耳鼻科外来でおなじみの兵頭先生

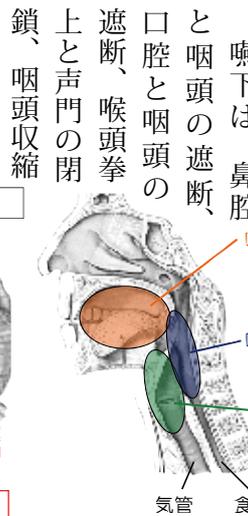
嚥下とは物を食べる。医学的には食物を口から胃まで送る運動だが、人間は仲間と一緒に食事を楽しみ、食べることは生きる楽しみでもある。

死因別の死亡率の推移を見ると1位はがん、2位は心臓病、そして平成23年に肺炎が脳卒中を逆転し、3位になった。その原因は、風邪などからの併発は少なく、9割以上が嚥下障害によるものであり、嚥下が大きな問題になっている。

嚥下のしくみ

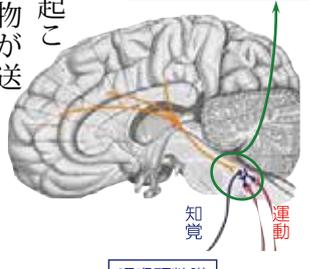
嚥下とは食べたり飲んだりした物を食道まで送り込むことだが、食道

までは、空気も食べた物も同じ咽喉を通るため、食べた物は食道へ、空気は気管に入るよう交通整理をする必要がある。その交通整理ができない状況が嚥下障害である。



嚥下は、鼻腔と咽頭の遮断、口腔と咽頭の遮断、喉頭拳上と声門の閉鎖、咽頭収縮による食物の送り込み、食道入口部の開口が1秒足らずの間に反射運動で自動的に起こる。口から食べ物を送り込まれると、神経を通じて延髄に伝達され、延髄がこの筋肉を動かせという信号を送る。嚥下運動は延髄の嚥下中枢がコントロールをしている。

嚥下中枢(延髄)



咽頭粘膜 嚥下筋

り、急性扁桃炎などの痛みによるものや加齢によるものなどがある。

嚥下障害の診断で、一番簡単なのは簡易検査の反復唾液飲み検査で、30秒間に唾液の飲み込みが何回出来るか検査するもの。3回以上できれば正常。水飲みテストは30mlの水を一気に5秒以内にむせずに飲むことができるかを見る。これらのテストでは、大まかな嚥下機能を判定する。

嚥下内視鏡検査は、簡単に行える検査で有用性が高く、色のついた水を飲んで飲み込みの状態を見る。嚥下造影検査は、造影剤を飲んで咽喉のとおりを見るレントゲン検査で、嚥下機能をより詳細に把握することができ、それ以外の病気もわかる。私たちはこれらの検査を組み合わせて診断を行っている。

初期治療の基本は保存的治療

治療では、飲み込みができることと、肺炎を防ぐことが二本柱。

気道管理は、嚥下障害の死因のトップである肺炎を起こさないようにするためにやるもの。気道切開は、痰や誤しゃく物の吸引が容易である一方、喉頭運動を妨げ気道の知覚を低下させる

地産地消 レシピ

暑さ厳しいこの季節、腸を元気にして体調管理をしましょう

トマトとバナナの ヨーグルトジュース

欠点があるので、見極めながら決定する必要があります。気管に入らないようにする、入ったものをしっかり取るのが重要となる。

栄養摂取法としては、点滴の他に、鼻から管を通し栄養を入れる方法と胃瘻がある。胃瘻は胃とお腹の間にチューブを入れて食物を送るため、栄養管理はできるが飲み込みを良くする治療ではない。鼻や喉頭の清潔が保てる、社会生活への支障が少ないなどの利点はあるが、胃瘻をした後は施設等に任すのかといったことが、社会的にも大きな問題になってきている。

今回は、講座の後半、嚥下障害の具体的な治療方法についてです。

<材料>	
トマト	150g
バナナ	50g
プレーヨーグルト	1/2カップ
<カロリー>117Kcal	

1. トマト、バナナはざく切りにする。
2. ヨーグルトを加えてミキサーでかくはんする。

4階病棟恒例の誕生日会 大笑いして盛り上がりました



6月5日、4階病棟では5月・

6月生まれのお子様7名と、御家族にも参加していただき、お誕生会を行いました。

女性は、久し振り にうす化粧をしてもらい、「まあ、これが私かよ？」と鏡に見入る場面もみられました。又、丁度帰省されていた県外の親類の方と一緒に写真を撮ったり、和気あいあいの時間を持つことも出来ました。

振りに見ることができました。「たまたま帰って来ていて、従姉や甥っ子、姪っ子に逢えました。」

等々、話が弾んでいました。

輪の会のメンバーによる着物姿でのしっとりした踊りにはうっとりしたり、ひょうきんな変装をした面白おかしい男踊りには笑いこぼるなど大いに盛り上がりました。「うちのおばあちゃん、こんなに拍手して笑うのを久しぶりでした。」

リハビリテーションワンポイント講座

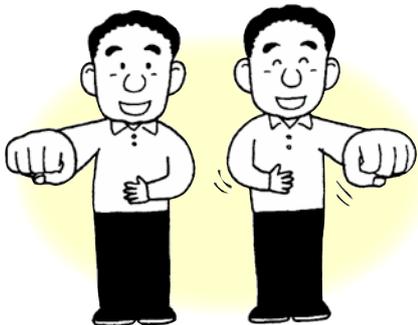
認知症の予防体操①

体操によって認知症が改善されることは実証されています。今回から認知症の予防を目的とした体操を紹介していきます。

1 回目は上肢の左右拮抗運動です。左右前後、また上下で拮抗的な運動（反対の運動）をすることで、

遂行機能（その場で求められる行動を適切に判断して行う機能）の活性を図ります。

- ・前がグー、お腹がパー
 - ・前がパー、お腹がグー
 - ・前がグー、お腹がチヨキ
- など、左右と手の形を変えてそれぞれ20回程度行います。



思い出のアルバム

あの日の時

27



美川 晴敏様 6階入所
大正11年7月25日生 92歳

私は自動車関係の仕事をしていた関係もあり、昭和19年に香川県善通寺の部隊にソビエト・満州の境界警備隊として自動車隊に入隊、19年1月から昭和20年まで満州に行きました。

満州の冬は痛いような寒さでした。そこで1年余生活し、20年になって行き先も告げられず40〜50人船に乗り秘密で移動し、舞鶴へ着きました。そしてそこから高知市に向かい薊野で降りました。薊野では、50人の兵隊はバラバラになり別れ別れでお寺で住むことになり寂しい思いをしました。薊野のお寺に住んでいたとき、後に高知大空

襲と呼ばれる空襲を見ました。

ある日の夜、空襲警報も鳴らず、突然すごい爆音がし、アメリカ軍がバラバラとたくさんの焼夷弾をおとしていきました。何をすることも出来ない瞬間に高知市の中心部は火の海となり、焼け野が原になりました。7月4日のことでした。およそ1万件の家が焼け、死んだ人が400人ほどあつたそうです。

それから1月余り、8月15日終戦ということになり、みんな泣きました。古い兵隊の思い出です。



■4コマ漫画は当分の間休載させていただきます。

職員紹介

新採用の職員です

検査技師 **和田 秀華**



7月から検査室で勤務しています。検査技師になって2年目でまだまだ経験不足で迷惑をかけると思いますが、これから色々なことを学んでいきたいです。よろしくお願ひします。

理学療法士 **柴岡 京助**



以前は四万十市の病院で勤務していましたが、この度嶺北地方での初勤務、レイクビューさめうらへの配属となりました。色々と至らない点もあると思いますが、一日でも早く地域から必要とされるリハビリスタッフの一員と成れるように励みたいと思います。

早明浦文芸歌壇・俳壇

生い茂る
庭先いずこ
言わず共
わづかなひまでも
許さぬ草本

此の団まで
何やかにやの
職場変え
行き付く先は
農事一すじ

加藤 福幸様 (土佐町溜井)

台風の
去りてあかねの
雲おおし

青空を
高くとんびの
輪をかいて

西峯 美恵子様 (土佐町森)

老の住む
庭の狭しと
山野草

汗見川マラソンに汗見川マラソン

7月27日(日)

本山町で開催された、「第27回汗見川清流マラソン」に早明浦病院の大野医師と看護師2名が救護班として、参加しました。



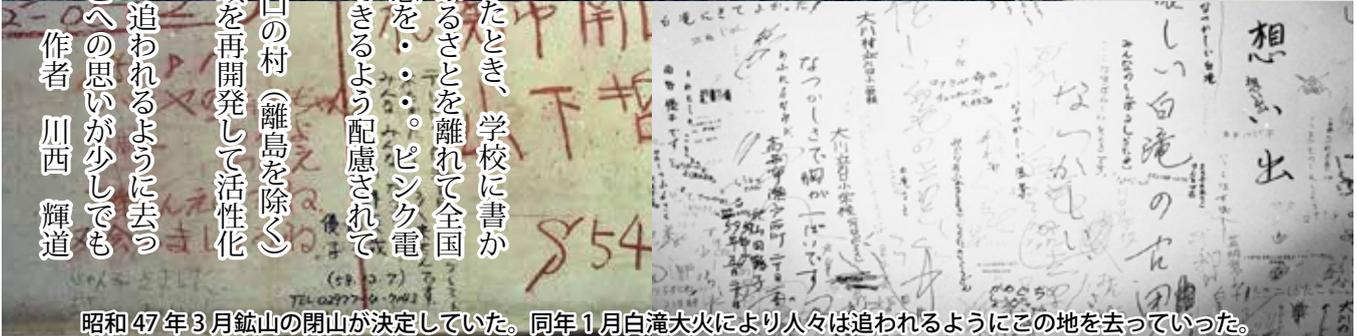
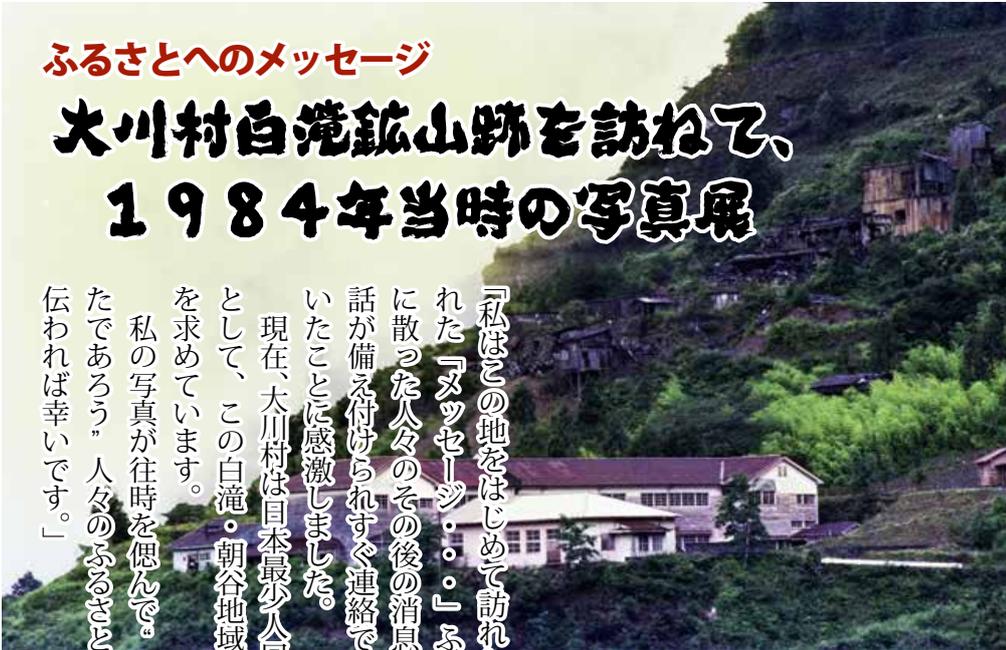
当日は、連日の猛暑と高湿度の中、吉野川の支流の汗見川に沿って千人ものランナーが走りぬけるマラソン大会でしたが、特に具合が悪くなった方もなく、救護で参加した職員も沿道で声援を送り、最終ランナーを無事見届けることができました。

ふるさとへのメッセージ

大川村白滝鉱山跡を訪ねて、1984年当時の写真展

高知市の川西輝道様の写真展を開催いたします。

『私はこの地をはじめ訪れたとき、学校に書かれた『メッセージ。。。』ふるさとを離れて全国に散った人々のその後の消息を。。。ピンク電話が備え付けられず連絡できるような配慮されていたことに感激しました。』
現在、大川村は日本最少人口の村(離島を除く)として、この白滝・朝谷地域を再開発して活性化を求めています。
私の写真が往時を偲んで、追われるように去つたであろう”人々のふるさとへの思いが少しでも伝われば幸いです。”
作者 川西 輝道



昭和47年3月鉱山の閉山が決定していた。同年1月白滝大火により人々は追われるようにこの地を去っていった。