

スマイルカフェのお知らせ

当院では、月に1回、認知症の方とご家族、地域の方を対象に認知症カフェ(名称:スマイルカフェ)を開催しております。7月7日(土)の第40回スマイルカフェでは、田村ケアマネジャーが『認知症に関するサービスについて～身近な相談窓口と介護サービスの紹介～』と題して、実際の事例を交えて相談先やサービスのご紹介を致しました。

今後も、様々な職種がそれぞれの専門的な立場からお話しさせていただきます。

スマイルカフェ 会場:札幌西円山病院 喫茶室(札幌市中央区円山西町4丁目7番25号)
 認知症の方とご家族のための喫茶室 時間:13:30~16:00 参加費:100円

| 通算回 | 日時 | テーマ |
|------|---------|---------------------|
| 第42回 | 9月1日(土) | 脳活性リハ~脳活性リハの5原則と体験~ |

SAPPORO

札幌市認知症カフェ認証

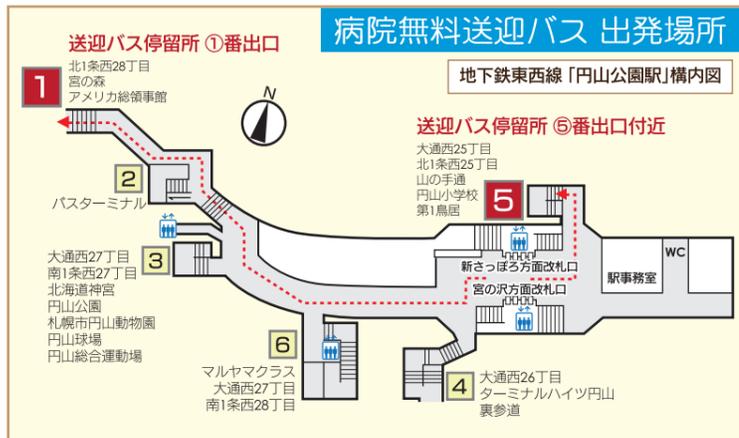
お問い合わせ先

電話:011-642-4121(代表) 担当:企画課 稲垣、佐藤
 メール:inagaki-chi@keijinkai.or.jp

無料送迎 バスのご案内



●地下鉄東西線「円山公園駅」より無料送迎バスを運行しておりますので、ご利用ください。(約10分)



無料送迎バスは②番出口バスターミナルからは乗車できませんので、ご注意ください。
 時刻表 ※のバスは、地下鉄円山公園駅⑤番出口発。その他はすべて①番出口となります。
 時刻表 ★のバスは、土日祝祭日は運休となります。

バス時刻表 2017.11.1 改定

| 時 | 病院発 | 地下鉄「円山公園駅」発 |
|----|--------|-------------|
| 8 | - | ★40 55 |
| 9 | 15 55 | 35 |
| 10 | 50 | 15 |
| 11 | 30 | 10 50 |
| 12 | 10 50 | - |
| 13 | ★30 | 10 |
| 14 | 10 | 30 |
| 15 | 00 40 | ※20 |
| 16 | 20 | ※00 ※40 |
| 17 | ★25 30 | ※45 |
| 18 | 00 30 | ※15 ※45 |
| 19 | 00 30 | ※15 ※45 |
| 20 | 05 45 | ※30 |
| 21 | 25 45 | - |

①番出口発車
⑤番出口付近発車

編集後記

暖かい日が続き、次第に涼しい風の吹く日も増えてきましたね。これから北海道も秋を迎えようとしています。9月には病院祭がありますので、皆様も是非ご参加頂けたらと思います。季節の変わり目になりますので、体調には十分気をつけて、秋を楽しみましょう♪

「にしまるやま通信」についてのお問い合わせ先

医療法人 溪仁会
札幌西円山病院 地域連携推進室 TEL:(011)644-1380 FAX:(011)642-4347
 〒064-8557 札幌市中央区円山西町4丁目7-25 札幌西円山病院 地域連携推進室内 広報誌「にしまるやま通信」編集事務局

朝晩の空気が涼しくなってきましたね

No.112

ご自由にお持ちください

発行日:2018.9.1

にしまるやま通信

季節の写真レビュー



特集 にしまるポッケでの生活リハビリ

- ・リハケンくんの介護予防コラム 第3話
- ・病院祭&バザーのお知らせ
- ・スマイルカフェのお知らせ
- ・無料送迎バスのご案内

病院のご案内

札幌西円山病院
 診療科目/内科、神経内科、リハビリテーション科、循環器内科、歯科
 病床数/603床(障害者施設等一般病棟、医療療養病棟、回復期リハビリテーション病棟)
 札幌西円山病院 介護医療院
 入所定員/60名(3人床:19部屋、個室:3部屋)



にしまるポッケでの生活リハビリ

作業療法科科长 作業療法士 石川 朝子



2018年7月1日、札幌西円山病院の1階フロアに「札幌西円山病院 介護医療院 愛称：にしまるポッケ」が開設しました。介護医療院は2018年度の介護報酬改定で創設された医療の必要な要介護高齢者の長期療養・生活施設です。今までは積極的な医療を要しなくても吸引や経管栄養等の必要性により退院が難しかった方も入所が可能な施設となっています。また介護医療院は「住まいの機能」を有するとの考えから家庭的な雰囲気を持ちながら生活者として支援することが求められています。

にしまるポッケでは入所者さんに実際の生活動作や活動の中で心身機能・能力を十分に発揮していただけるよう「生活リハビリ」の視点で専門スタッフ(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)が介護士・看護師・ケアマネジャー等とともに支援を行っています。

生活リハビリとは個々人の能力を評価した上で、残された能力をしっかりと生活の中で発揮してもらう支援を行うことです。リハビリというと急性期や回復期という心身機能の回復が期待できる時期に行う「機能訓練」を思い浮かべてしまう方も多いかも知れませんが、加齢的要素や心身の回復限界を考慮すると「機能訓練」が生活改善に繋がる時期は限定されます。そのため、その後の維持期(生活期)には今までで得られた、あるいは残された機能を生活の中でしっかりと活用していくことが大切になります。私たちはどうして、リハビリもしないで心身機能を維持できるのでしょうか？それは生活するために「やらなければならない事」や「やりたい事」があって、そのために活動するからです。ですから機能維持するために活動するのではなく、目的のある活動をするから機能が維持できているわけです。

実際の援助の例をご紹介します。

にしまるポッケでは「座る」ための「座る」訓練は行いません。入所者さまの意向を伺いながら、テレビで相撲観戦する(目的)のが好きなのであれば、そのために「座る」援助をして機能維持を図り、生活を楽しむことへ働きかけます。他にも、訓練時間に訓練として舐めていた飴も入所者の好きな時間におやつとして味わえる(目的)ような援助や、訓練室で行っていた歩行訓練は実際にトイレへ行ったり買い物したりする(目的)時に必要な手段として活用しながら専門的視点でフォローを加え援助をしています。また、レクワーカーや音楽療法士、健康運動士が日常的に活動提供していますので、それら活動参加のための起居動作や移乗動作支援等も行います。

まだまだ開設から日も浅く、取り組みもまだ始まったばかりではありますが、入所者さんには患者さんではなく生活者として、一人ひとりにあった生活支援を検討し、生活の活性化や希望に沿った支援をできるよう活動していきます。



リハケンくんの介護予防コラム

第3話 口の虚弱を示す新しい言葉「オーラルフレイル」を知っていますか？

年齢と共に運動機能、栄養状態などは低下しますが、その低下を自己認識するのは難しいです。そのため知らず知らずのうちに低下が進んでしまい、気づいたときには要介護の一手手前か、要介護状態に陥っているかもしれません。前号で紹介した身体的フレイルの状態と同じく、口の虚弱が介護予防をする上で重要な要素であることが指摘されています。口腔機能とは食物を「噛む」、「飲み込む」力と言えます。口腔機能低下のプロセスは4段階で定義されています(表1)。

口腔リテラシー低下とは口の中への関心度が低くなることであり、結果として口腔ケアがおろそかになっていきます。歯周病の悪化、歯の欠損が増えることで軟らかい食べ物の摂取が増えていきます。続いて口の動きが少なく、小さくなることで、「滑舌の低下」、「少しかたい食べ物が噛みきれない」、「お茶で少しむせる」、「食べこぼし」など軽微な口の衰えが増えてきます。近年、この時期はオーラルフレイルと言われるようになっていきます。なるべくこの時期に気づき予防することが必要となります。しかし放置してしまうことでさらに食べにくさが増大し、食事摂取量の減少が進んでしまいます。その結果栄養状態が悪化し、誤嚥などから肺炎を生じるリスクも高まっていきます。些細な口のトラブルであるオーラルフレイルを見逃すことから口腔機能低下の悪循環を生じてしまうわけです(図1)。

予防のためには口腔機能低下のプロセスを理解し、口の状態を自己認識することが大切です。表1に示したオーラルフレイル期の特徴に心当たりのある方は、口腔機能を専門に見てくれる医療機関への受診をお勧めします。当院にも摂食嚥下の専門外来がありますので、是非活用して下さい。自分はまだ大丈夫という方も予防が大切です。日々「**しっかりと噛んで食べる**」ことがオーラルフレイルを予防する第一歩となります。

図1 口腔機能低下の悪循環



表1 口腔機能低下のプロセス

| 口腔機能低下の段階 | 特徴 |
|--------------|----------------------------|
| I. 口腔リテラシー低下 | 口腔機能管理に対する自己関心度の低下 |
| II. オーラルフレイル | 滑舌低下、食べこぼし、わずかなむせ、噛めない食品増加 |
| III. 口腔機能低下症 | 舌運動の力が弱くなる、食べる量が減少する |
| IV. 摂食嚥下障害 | 咀嚼機能障害、著明なむせ、低栄養、肺炎のリスク増大 |

祭 病院祭&バザーのお知らせ 祭

毎年実施させて頂いております当院主催の「病院祭」とボランティアグループ銀の舟主催「バザー」を今年も実施することが決定いたしました！患者様・ご家族が楽しんで頂けるような様々な企画を準備しております。例年通り屋上で屋台やバザーを行うほか、各病棟で楽しめる催しものを準備しております。皆様お誘いあわせの上、ぜひご来院ください。

日時 平成30年9月9日(日) 11時～15時



- 銀の舟バザー・リサイクル・手作り作品コーナー
- ふえふきふたり様による病棟でのフルーツ演奏
- 屋台コーナー
アメリカンドッグ、焼き鳥・豚串、焼きそば、お好み焼き、いなり寿司、ミニ助六、どら焼き、大福、プリンなど
- ベーカリーココ様による軽食販売
- よさこいソーラン踊り 北昂(きたすばる)様による病棟での演奏
- アロマセラピー ■ リハビリ健診 ■ 院長バンドの病棟での演奏
- 手洗いチェック・咳エチケットについて
- 作品展示 生 け 花：9月7日(金)～9日(日) (正面玄関前ホール)
書道・陶芸：9月7日(金)～9日(日) (東棟3階喫茶室)

※内容につきましては変更する場合がございます。ご了承下さい。

