

# 南昌だより

2014  
No.15  
2014年1月1日発行



博愛荘 本誌P4



南昌病院 出前講座 本誌P13



通所リハビリテーション 本誌 P5



こすかた保育園 本誌P6



デイサービスつむぎ 本誌P7



悠和荘 本誌 P11

矢巾町地域包括支援センター 本誌P4

## 医療法人社団 帰厚堂

### 【基本理念】

「愛と誠の精神」

私たちは、  
すべての人に感謝の気持ちをもって  
奉仕いたします  
また、  
信頼される医療を提供するために  
全ての専門職種による  
チーム医療に万全を期します

## 社会福祉法人 敬愛会

### 【基本理念】

「地域と共に生き 地域とともに歩む」  
私たちは、  
すべての人に感謝の気持ちをもって  
奉仕いたします  
また、  
信頼される介護サービスを提供するために  
全ての専門職種による  
チームケアに万全を期し  
その人らしい生活が継続できるよう  
支援します

2014  
No.15  
Contents

- 2P …………… 巻頭言
- 3P …………… 職場紹介／スタッフ紹介
- 4P～13P …… 各施設から
- 14P～15P …「歩行訓練」／Topics
- 16P …… お知らせ



医療法人社団 帰厚堂  
<http://www.kikodo.or.jp/>

社会福祉法人 敬愛会  
<http://www.shiwasou.jp/>

# 認知症の治療とケア

## = 地域で支えあえる環境づくりを =

南昌病院 神経内科部長 佐藤 典子



高齢化社会に伴い、日本だけではなく世界的に認知症の方が増加しており、認知症の治療や介護問題などさまざまな話題が新聞やテレビなどで多く取り上げられています。厚生労働省によるとわが国の65歳以上の認知症の患者数は242万人と推定されており今や珍しい疾患ではなくなりました。

### ～認知症とは～

多くの方は、なかなか名詞が出てこず「あれ」「それ」と代名詞を使ったり、顔はわかっている名前が思い出せない、つい同じ事を何回も聞いてしまう、約束事を忘れてしまうなど「もの忘れ」の経験があると思います。「歳だから」と流してしまう方も多いかもかもしれませんが、中には病気が隠れていることもあります。例えば、食べた食事の内容ではなく、ご飯を食べたことを忘れてしまうなどの症状は注意が必要です。加齢による生理的な脳の老化現象にもなっていて出てくる物忘れであれば心配ありませんが、「自分が行なった行為」を忘れてしまう症状は病的な原因で引き起こされる「認知症」、いわゆるアルツハイマー病が隠れているからです。つまり認知症の方が何度も同じ事を聞き返すのも、自分が聞いたという行為を忘れてしまうからなのです。

### ～認知症の症状と治療の効果～

自分でも「もの忘れ」を自覚されて受診される方は、ほとんどが軽症の方ですが、家族の方が気づいて心配されて一緒にこられる方は進行した例が多く、中には重度の方もいらっしゃいます。進行した例では記憶障がいその他、なじみのないところで迷子になる、食事支度の段取りが悪くなった、季節にあった服の選択ができないなど生活上の変化や、財布を盗まれた(もの取られ妄想)とか、怒りっぽくなっ

た、夕方になると落ち着かなくなるなどの精神活動の問題が見られます。もし認知症だとしても、最近では投薬や運動療法で症状が改善される方もいらっしゃいます。今はまだ治療して治る病気ではありませんが、早期に治療を始めることによって病気の進行を遅らせることができます。意欲・自発性が改善され、よく話しをする様になり、色々な事に関心を持つようになるなど、楽しく自分らしい生活が長くできるのです。そして普段から、きちんとした食事と適度な運動を行い、趣味を持ちいろいろな方と接する環境こそが認知症予防につながっていくのです。

### ～地域で支えあえる環境づくりを目指して～

ご家族のなかに「もの忘れ」あるいは「認知症」かな?と思う症状がありましたなら早期に受診し相談してみてください。本人・ご家族からお話を聞き、神経学的な診察や、頭部CT検査、認知機能検査などを行います。もちろん投薬だけでなく、生活習慣の改善や指導、介護サービスの情報提供・利用など医療と福祉が家族と一体になってその人を支える体制を整えていきます。また、近年は核家族化のほか、高齢世帯、独居者も増えており、私たちは認知症をかかえる家族の介護に対する不安解消や周囲の理解など、患者さんだけではなく介護をしているご家族も地域で連携しあって支えていくことにお役に立てればと思います。たとえ認知症であっても早期に治療が開始され、認知症の介護(ケア)が家族あるいは地域で適切に提供されることによって、症状の進行を遅らせ、その人らしい生活が少しでも長く継続できるのです。



## 職場紹介

### 思いやりのある心のこもった看護、介護をめざして

回復期リハビリ病棟は病床数60床で、看護師23名、介護士8名、看護補助2名、歯科衛生士1名、クラーク1名、34名のスタッフが配置されています。

患者さんが参加した計画カンファレンスを開催し、情報交換を行い他職種間で連携を図りながら、在宅復帰率70%以上を目指しています。

主な疾患は脳血管障害が多く、高次脳機能障害を抱え、日常生活に支障をきたしている患者さんがいます。障害の程度も様々でリスクの高い患者さんはコミュニケーション能力も失われ、マンツーマンでの見守りやケアの充実を意識しながら、一人でも多く在宅復帰できるようスタッフ同一丸となって、日々努力しています。

仕事から離れ、休憩時間はスマホのゲームで盛り上がり、年齢差の違和感もなく、和気藹々に賑わい発散している場面もみられホッとしています。

今後はピクトグラム(絵文字で示す医療安全)の徹底を強化し、日々の業務を振り返り改善しながら、患者さんの過ごしやすい

病棟の環境を整え、安全な入院生活の確保できるようにしていきたいです。また、働きやすい職場の風土づくりを心がけ頑張っていきたいと思います。

回復期リハビリ病棟  
菊池 りつ子



## スタッフ紹介

### 『子どもに負けないパワーと笑顔』

#### ～ 男性保育士として ～

ケアセンター南昌2階のこずかた保育園で、保育士として勤めている長谷川翔規と申します。4月から開園された当保育園に勤務している、社会人1年目の新人保育士です。私が「この世界に入ろう」と考えた動機は、以前から子どもが好きで地域に住む子どもたちのお世話をし、一緒に遊んでいたのが始まりです。そこから、子どもに少しずつ興味を持ち、将来は子どもに携わる仕事に就きたいと思い、保育士を目指しました。一時は情報系の学校に入り勉強に励みましたが進路を決める際、自分の夢を諦めきれず保育の学校に入

り直しました。現在、こずかた保育園唯一の男性保育士として励んでおります。

男性保育士は年々増えてきておりますが、まだまだ全体の5%程度と言われております。それでも、昔に比べればどこの保育園や幼稚園でも目にするようになってきているのも事実です。子どもに関わる上で常に心がけている事は、健康状態の把握はもちろんですが、子どもの目線に立ち一緒に喜びと驚きを共感していくことです。また、男性保育士として、子どもと遊ぶ上でダイナミックに体を動かして共に楽しむことも心がけてお

ります。例えば、子どもは肩車がとっても好きなのですが、女性では難しいような事をできるだけ私が補うという気持ちで過ごしています。

まだまだ社会の一步を踏み出したばかりの新人ですが、周囲の人に支えられながら精一杯勤務しています。今はまだ助けて頂いてばかりですが、笑顔を保ちながら地に足をつけ一歩ずつ進み、将来は私が周りを支えられるよう精進していきます。



# 各施設から

## 矢巾町地域包括支援センター

### 施設紹介

地域の高齢者本人や介護者家族の困りごと・心配ごとの相談窓口。社会福祉法人敬愛会が矢巾町より委託を受け運営している。



### 達増知事が視察に!!

矢巾町地域包括支援センターでは、高齢者とその家族の方々に各種支援を行っております。そのひとつとして、認知症地域支援推進員を配置し、認知症対策の取り組んでおります。また、地域ケア会議を通じ地域包括ケア推進の取り組みも行っており、県内でも先進的自治体であることから、岩手県知事が、当センターがありますケアセンター南昌を視察に参りました。

スタッフは、全部で6名で、ケアセンター南昌内には5名がおり、さわやかハウス相談室には、認知症地域推進員が1名おります。お気軽にご相談ください。

お知らせ／ホームページができました。ご覧ください。  
<http://yahaba-houkatu.jp>



## 博愛荘

### 施設紹介

介護老人保健施設：自宅で安心安全な生活がおくれるように、医療のもとリハビリを行いながら自宅復帰を目指す施設です。



### 敬老会

9月28日に敬老会を行ないました。博愛荘では最高高齢者100歳になられた利用者様をはじめ、米寿以上の利用者様が23名おります。

矢巾町長をはじめたくさんの来賓の方々からお祝いの言葉を頂き、また漆原恵美子様、矢巾町民謡保存会の皆様による唄に合わせた踊り、ごすかた保育園児による元気いっぱい踊りを観て、「こんなに祝いしてもらえて嬉しい」と感動し涙を流す利用者様が多くみられました。来荘された皆様ありがとうございました。



### 文化祭



11月2日にケアセンター南昌で文化祭が行なわれました。「出発～地域とのつながり～」をテーマにし、ケアセンター全体で取り組みました。作品展示では、手作りのうちわや花紙を丸めて作成した、貼り絵、塗り絵など利用者様が一生懸命作った作品を展示しました。飾ってある作品を見て、皆さん喜んでいました。また、ステージ発表では、保育園児や、チョコボラの会、オカリナによる唄や踊りが披露され利用者様は涙を流し感激していました。約300名の来場者様にお越し頂き文化祭は無事大成功に終わりました。

### 個別機能訓練

「週1～3回のリハビリ以外にリハビリを行ないたい」と言う利用者様の声が聞かれ、個別機能訓練を行なっています。リハビリ歩行希望のある方は、担当のリハビリスタッフと話し合い伝達を受け介護士が行ないます。また、趣味や特技を提供することも個別機能の一貫です。編み物の促しや将棋の相手等も看護、介護、リハビリで連携し取り入れています。



### 集団リハビリ

週3～4回ほど8名程度の少人数で体操や運動や編み物をリハビリスタッフで行なっています。運動では、立位保持や、ボールを使いキャッチボールをしたりしています。利用者様は「出来ないよ～」と遠慮する方もいますが、声をかけると一生懸命取り組んでいます。集団リハビリ中、皆さんの笑い声が響いて楽しい時間です。

## ケアセンター=南昌 栄養管理科

栄養管理科では、生きることに必要な栄養を食事の面からサポートし、管理栄養士・給食職員(株)メフォスが協力し合い日々の献立・調理方法を考案し安全・安心でおいしい食事の提供を目指しています。特に季節に合わせたイベント食などに力を入れて食べる楽しさを伝え、利用者のメンタルアップに努めております。

また、保育園では『食育』に力を入れ、加工品を使わない手作りにこだわった食事を提供しています。

### ■博愛荘イベント食メニュー

9月	敬老会	赤飯・天ぷら・煮物・酢の物・フルーツ(りんご)
10月	誕生会	刺身(鯖・サーモン) / いもンブラン
	地産メニュー	栗とじゃこの混ぜご飯・鮭の塩焼き・なめこおろし和え・フルーツ
11月	誕生会	チャーハン・水餃子 / チョコバナナクレープ
	地産メニュー	きのこご飯・芋の子汁・海藻サラダ・フルーツ
	文化祭	屋台コーナー 8品提供
12月	誕生会	押し寿司・すまし汁・かぼちゃのそぼろ煮 / さつま芋チーズケーキ
	クリスマス	バターライス・鶏肉のカラフルソースかけ・ほうれん草のソテー / ブッシュ・ド・ノエル
	地産メニュー	わかめうどん or (わかめご飯・鮭のきのこ蒸し)・白菜サラダ



### センター内同一厨房設備

高齢者と園児、全く別のメニューを1つの厨房で調理・提供をしている全国的にも珍しい同一厨房となっています。



保育園

食事提供数(12月現在)

『福祉施設』

朝食: 80食 昼食: 130食

夜食: 80食

『保育園』

一日当たり360食提供!!

## 博愛荘 通所リハビリテーション

### 施設紹介

通所リハビリテーション: 在宅で過ごされている要介護者・要支援者の方々に、入浴・リハビリ・社会交流などの様々なサービスを提供しています。

### 介護予防体操

通所リハビリでは、個別リハビリの他に要支援の方々を対象にした介護予防体操にも力を入れています。

15分間ずつ集団体操とマット上でのバランス訓練に取り組んでいます。自宅でもできるように指導を行なっています。



### レク・作品作り

レク活動の中でも、女性に人気なのは刺し子です。

他にも色々な作品作りに取り組み先月の文化祭にもたくさんのお作品を出品しました。



# こずかた保育園

施設紹介

## 《こずかた保育園の特徴》

ケアセンター南昌の中で幼老交流をすすめ、入居者様からは優しさを、子どもたちからは元気をプレゼントしあい、そこには自然に笑顔が広がります。又、「英語で遊ぼう!」「運動遊び」「フラワーフレンド」等の活動も、子どもたちにとっては笑顔と元気の源です。こずかた保育園は、生後2ヶ月からの乳児保育、24時間対応延長保育、体調不良児対応型保育、休日保育、一時預かり保育等を行い、働く保護者の応援をしております。

12月1日現在のこずかた保育園園児数は73名になり、年中・年長児の入園が続き、更に活気づいてきました。今回10月から12月の行事の一部をご紹介します。

## ☆ 運動会 10/5 (土) ☆

記念すべき第一回運動会が西口公園で行われました。たくさんのご家族の方・ご来賓の方々に見守られながら、どの競技も精一杯頑張りました。転んでも泣きませんでした。おゆうぎも最後まで頑張りました。小さい体で頑張る姿はとて大きく見えました。



## ☆ 七五三お祝い会 10/15 (火) ☆

保育園内に手作りの鈴付き神社が登場! 岩手県版の一か月早い七五三のお祝いを行いました。園長先生扮する神主さんにお祓いをしていただき、紙垂で「悪」を追い出しました。しっかりと二礼二拍手一礼をもって子ども達みんなが参拝しました。これで大丈夫!!元気で大きくなあれ!



## ☆ 祖父母学級 11/14 (木) ☆

たくさんのおじちゃん・おばあちゃんが来園してくださいました。子ども達の見線になり一緒に歌を唄ったり、触れ合い遊びをしました。優しいまなざしに心がほっこりしました。その後は、お楽しみで人形劇を見ました。お昼ご飯は…芋の子汁!!みなさんでテーブルを囲み、お話を花を咲かせながら、保育士のわんこそば給仕さん顔負けのすすめにもきちんと答えて頂き、皆さんの胃袋もいっぱいだったようです。

今後の主な予定  
(1月~3月)

○1月11日(土)…お楽しみ会  
○1月28日(火)…影絵鑑賞(ひざっこ会)

○2月3日(月)…豆まき  
○3月3日(月)…ひなまつり

○3月13日(木)…お別れ会  
○3月22日(土)…卒園式

こずかた保育園お問い合わせ先 / TEL.019-698-3008 FAX.019-611-0221

# ショートステイやばば

施設紹介

短期入所生活介護(予防含): 短期間入所し食事、入浴、排泄などの介護、日常生活上の支援及び機能訓練が受けられる施設です。

## ● 集団機能訓練

ショートステイやばばでは集団機能訓練を毎日取り入れ、体操を行なっています。個人の身体の悩みなども気軽に相談に乗ってくれるリハビリスタッフによる体操は、利用者様も楽しみの一つとして利用されています。



## ● レクリエーション

ユニットケアのショートステイでは、楽しく安心して利用中過ごして頂けるよう、利用者様一人ひとりの声を大切にケアに取り組んでいます。余暇時には、散歩や、ゲーム将棋やオセロなど好きな事、興味のある事などを皆さん行なっています。これからももっと様々な事を提案し提供していきたいと思ひます。利用者様からは「普段家ではないから楽しいね。」などの声も聞かれています。帰る頃には、皆さん友達になり楽しい時間になっています。

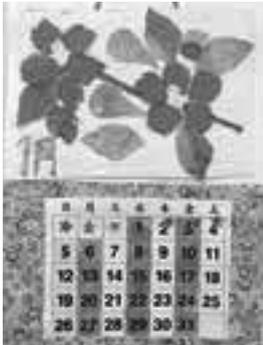




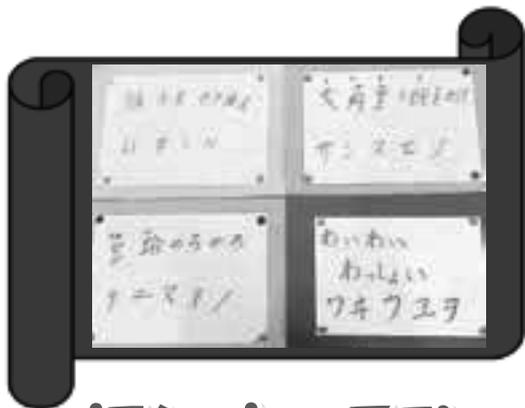
毎月カレンダーや小物作りをしています。(材料費等はいただいておりません。)現在は介護度1~4の方がつむぎに通っていますが、その方の状況に合わせて職員がお手伝いしますので安心して取り組めます。月末には活動の様子を撮影した写真と、作品をご自宅にお持ち帰りいただき、好評を得ております。



## 利用者様作品



理療士の菅原です。ご希望にあわせてマッサージします。



## 個別の活動を応援します。

つむぎでは、1人1人の馴染みの作業や、得意なことを活かせる活動を応援します。また、耳の遠い方や、目の不自由な方には個別に寄り添い、12人の少人数でしかできない、きめ細かいケアを行っています。



## 認知症の予防に取り組んでいます

昼食前の少しの時間を利用して、早口言葉や掛け算九九の暗算などを行っています。発声練習や飲み込みをスムーズにするだけでなく、昔の記憶を甦らせ、認知症の予防が期待できます。

また、皆で大きな声を出すことは、気持の発散にもなり、ストレス解消の効果もあると考えています。



# 敬寿荘

## 施設紹介

グループホーム：認知症の高齢者が共同で生活できる場（住居）で、食事、入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられる施設です。矢巾町在住者が対象です。

敬寿荘では認知症のある方が入居の対象となります。家庭的な環境のもと自分らしく生活ができるよう支援しています。また地域に根ざした施設として地域行事などに参加しています。ホーム内ではバスハイクなど少し遠出し四季の移り変わりを感じていただいております。



秋のバスハイクで全員で「花の森レストラン」で昼食をとり「八幡平フラワーランド」を散策し秋を満喫してきました。

### 「南昌福祉の里」文化祭がケアセンター南昌5階ホールステージ発表

### 🎀 11月誕生者 🎀



【ちょボラの会の皆さん】



【オカリナ合奏団あぜみちの皆さん】



浅沼陽子様 80歳



川村志津子様 83歳

# 若園荘

## 施設紹介

グループホーム：認知症高齢者が共同で生活できる場（住居）で、食事、入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられる施設です。盛岡市在住者が対象です。



### 避難訓練

10月20日、夜間を想定した火災の避難訓練を行いました。また、AEDの講習会では操作手順など、盛岡中央消防署の指導の下、確認しました。

当日は天候が悪く、屋外への避難誘導ができなかった事、近隣住民の方々の参加が思うように得られなかったことなど次への課題が残りました。



### 紅葉狩り

鶯宿温泉へ出かけ、色づいた山々を眺めながら、足湯を楽しんで参りました。



お米のアイス



気持ちいいよ～!

### 私の大切な時間

若園荘では、それぞれの得意分野で活躍できるように、ダンス・お茶・お花・書道・スポーツなど、個々に合わせた内容で、一人ひとりが輝く時間を大切にしています。



### 1月行事予定

- ハッピーニューイヤーコンサート
- みずき団子作り
- 1月の誕生会



### \*\* 10・11・12月誕生会 \*\*

10月は更正保護女性の会の皆さんに来て頂き、歌や踊りを聞いて笑顔を見せる利用者が多く見られました。「ふるさと」の合唱では手拍子を叩いたり歌を唄ったり大変喜ばれました。11月は初代ミスさんの佐々木秀子さん、ミス太鼓の伊藤さんに、来荘して頂き、さんさ踊りを職員、利用者と一緒に踊られ大変盛り上がりしました。12月は盛岡チャペルの皆さんが来荘され、童謡や歌謡曲を披露され利用者、御家族の皆さんと共に親交を深めました。



10月 誕生会



ありがとう

11月 誕生会



12月 誕生会

**【文化祭】** 11月2日に行われた文化祭では、並岡先生とお弟子さんに来て頂きおいしい抹茶と和菓子をご馳走になりました。また、生々学舎アダージョの皆さんによる手作りのお菓子の販売やバイオリン演奏を聴き皆さん感動されていました。バザーでは、売り上げを義援金として寄付させていただきました。ご協力ありがとうございました。



12月4日に白ゆりグループの方々が来てくださり運動会が行われました。綱引きや物送りゲームをして皆さん楽しまれた様子で「久しぶりに体をうごかして、良い運動になったよ。」と話され喜ばれていました。最後に「矢巾町健康音頭」を皆さんで踊り時間を過ごされました。



物送りゲーム



よいしょ、よいしょ

# 敬愛会デイサービスセンター

### 盛り沢山! 秋のイベント!!

「食欲の秋」「芸術の秋」「スポーツの秋」と秋の楽しみ方は様々あるように、デイサービスでもいろいろな秋を楽しみました。

まずは、柿・さつま芋・さんま・芋の子汁の秋の味覚です。それぞれの準備段階から皆様にお手伝いをしていただき、職員も一緒に秋を感じることができました。慣れた手つきで作業を進める皆さんには感心するばかりでした。

もちろん食べるばかりではなく、目でもしっかりと秋を堪能しましたよ。恒例の紅葉ドライブ、今年は天候に恵まれとてもきれいな紅葉の風景を見物することができ大満足でした。



柿の皮むき



芋の子汁作り



さつま芋収穫



紅葉ドライブ

### クリスマス週間

一年を締めくくる行事が「クリスマス週間」です。今回も一週間通して日替わりで余興が披露されました。職員の合唱やハンドベル、お客様を招いての歌謡ショーに手品ショーと瞬間に過ぎて行ったクリスマス週間、皆さん笑顔で参加されていました。



# 志和荘

## 施設紹介

特別養護老人ホーム：常に介護が必要で自宅では介護ができない方が対象の施設です。



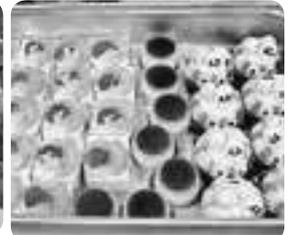
### ◆なごみ茶屋

毎月1回 3階地域交流センターにて『なごみ茶屋』を開催しています。矢巾町にある二葉屋さんのケーキや和菓子など、各々思い思いの品を注文し、美味しいコーヒーや紅茶と共に楽しめます。季節感たっぷりでカラフルなケーキは皆の目を乙女のようにキラキラと輝かせます。

普段はユニットからあまり出ない方も他のユニットの方と親睦を深める良い機会になっています。

さくらの船の会のボランティアさんにもご協力をいただき、楽しいひと時を過ごします。

来月は何のケーキを注文しようかなあ・・・！



### ◆南昌福祉の里 文化祭

11月2日(土) 南昌福祉の里 文化祭が『みのり～支えられて10周年・ありがとう～!!』をテーマに盛大に開催されました。

ステージイベントでは、蒼前太鼓保存会の皆さんによる勇壮な太鼓の演奏があり、身体の中までズンズン響く魂の音色に圧倒されました。



作品展示コーナーでは「めざせ！1人1作品」を目標に、この日のために作った自慢の作品を展示しました。動きづらくなった手で頑張った作品を嬉しそうに見ている姿が印象的でした。

食事コーナーではカレーライスやたこ焼きなど、普段とは違ってお祭り気分で味わいました。

その他バザーや喫茶コーナー・外屋台・ゲームコーナー・産直コーナー・あさあけコーナー…。盛りだくさんの内容に大満足でした!!!

最後になりましたが、ご協力いただきました沢山のボランティアの方々ありがとうございました。



### ◆不動小学校 交流会

平成25年11月25日(月)3階地域交流センターにて不動小学校の皆さんが来荘されました。

毎年来荘して頂き入居者の皆さん、職員一同楽しみにしておりました。

初めに自己紹介をした後、メッセージ入りの首飾りをもらった入居者の皆さんは「ありがとう」と笑顔で受け取られました。「お身体に気を付けて下さい」「いつまでもお元気で」と書かれている首飾りを見て目に涙を浮かべる入居者の方もおりました。

首飾りをもらった後には歌を披露してもらい、歌の後には入居者の皆さんと一緒に昔遊び(ずいずいずっころばし)をして楽しみました。入居者の方は「よく小さい時に遊んだ」と笑顔で話され、遊び方や歌などを子供達にやさしく教えるなど普段見せない表情を浮かべていました。楽しい時間はあっという間で最後に子供達の手を取りながら「勉強頑張るね」「風邪引かないでね」など子供達に一言話し今回の慰問が閉幕しました。不動小学校の皆さん本当にありがとうございました。



## 行事予定

- 1月23日(木) なごみ茶屋
- 2月27日(木) なごみ茶屋
- 3月27日(木) なごみ茶屋

## お知らせ コーナー

### ボランティアさんありがとう

- 田村千佳子様 (生け花サークル講師)
- さくらの船の会様
- JAにじの会様

## 文化祭

テーマ 「笑」～えがお～  
まったりと和んでいってください

創作活動サークルで作成した大作、「南昌の風景」のちぎり絵が玄関を飾りました。昨年の「虹」も一緒に。皆さんにお褒めの言葉をいただきありがとうございました。来年も頑張ります！

午前は橘若彦会の皆さんをお迎えして、賑やかにスタートしました。歌あり、踊りあり、とてもめでたい縁起の舞も披露して頂きました。

午後は不動保育園の園児をお迎えして、紙ひこうきオリンピックを開催！思い思いのひこうきを作り、競争です。入所者の皆さんは、はしゃいでいる子どもたちを見るのが大好きです。まさしく、笑の瞬間です。とてもやさしい笑です。

文化祭を見守るようにステージに飾られたのが、以前入所していた方の書です。笑っているように見えませんか。



▲各サークル紹介と作品展示



●紙ひこうきオリンピック  
ホールを思いっきり走りまわりながら必死に紙ひこうきを飛ばしました。力任せではうまくいかない事に気づいたかな…。最後にオリンピック開催。金メダルは誰の手に…？



●ゲームコーナー  
「射的」が一番人気  
皆、真剣です。



▲楽しいと食事もおいしい！満面の笑です

## ゲームサークル

2ヶ月に1回のペースでゲームを楽しみます。

Wiiや魚釣り、びっくりタコ、将棋などたくさんのゲームがあります。真剣に、時には笑い、応援し合い、楽しいひと時です。



## お出かけ

矢巾町の産業まつりに出かけました。園児の踊りにうれしくなって、食欲も買い物も張り切っちゃいました。買い物は真剣ですよ。



# 恒和荘

## 施設紹介

小規模多機能型居宅介護事業所：小規模な住宅型の施設で、通いのほか、訪問、短期間の宿泊などを組み合わせて食事、入浴などの介護や支援が受けられる施設です。盛岡市在住者が対象です。

# 田沢湖 紅葉見物

日本で最も深い湖の周囲では、秋になるとブナやカエデの原生林が赤・黄色に色づき、青く彩られた湖面と絶妙のコントラストを織り成すという田沢湖に紅葉見物に行きましたが、春と同じくまだ紅葉には早過ぎて、ここでも食い気を満喫しました。お馴染みの峠の茶屋のおでんに舌づつみを打ち、たつこ像に見惚れてきました。



田沢湖に行ったら、峠の茶屋のおでんを食べるべし。今日もいました、名物女将♪



紅葉、まだ早し……残念!



### 《利用者様からの感想》

- 田沢湖に初めて行った。たつこ像も初めて見た。あんなに大きいとは思わなかった。
- 今回で3回目だが、昔はあんなに光っていなかった。綺麗に塗ってあってビックリした。紅葉には早かったが、楽しめた。

## 9月のお茶会 盛岡第二高等学校 マンドリン・ギター部 来荘



総勢30名の部員と先生が来荘。

二高の校歌から始まり、「ふるさと」や「早春賦」、「あまちゃんのテーマ曲」など11曲を振り付きで演奏してくれました。ご近所の方も23名、一緒に口ずさんだりして演奏を楽しまれました。演奏後は町内会長さんより部員全員に折り紙のバラをプレゼントしました。その後、みんなと一緒に

職員手作りのプリンケーキと紅茶をいただきながら会話を楽しまれていました。ご近所や利用者様からは、「若いエネルギーをいっぱいもらった。」「演奏後の交流も楽しくてよかった。」との声が聞かれました。



## さんさ雛 誕生!

城南地区福祉推進会文化祭に花垣会人形(さんさ雛)が出現しました。

花垣会は恒和荘の地元、新庄地区のさんさ踊りの会で、恒和荘の職員も練習に参加しております。これは今年からパレードに出演した記念に、恒和荘の職員が温泉たまごの殻で作ったものです。

花垣会の方々にも大変喜ばれ、花垣会広報紙にも紹介されました。



## 夜間想定 防火訓練

11/12(火)、消防訓練を実施しました。

煙を回避し、遮断しながら2階の宿泊者を安全確実に2階非常階段上まで避難させる訓練を実施しました。

結果、消防署員より、実際9人の宿泊者を1人の夜勤者で避難させるのは不可能であること。ご近所との日頃よりの連絡体制を密にとっておく必要があること。町内会には防災安全係があるので、その協力を得られるように、町内会長を通してお願いし、連絡網を確立すること、隣近所の方々との連絡体制を早急に検討することのアドバイスを受けました。消火器も実際使ってみなければ慌ててしまうので、今回水消火器で訓練できたことはよかったです。



## ある日の恒和荘

これはチャンバラではありません。恒和荘のレクリエーションのひとつ、最もみんながエキサイトするゲームです。その名も「ベンチサッカー」!!

互いに、自分のゴールにボールを入れさせまいと相手のゴールめがけて必至です。ときにはボールが宙を舞い、チャンバラになりかねませんが…(笑)



### ＝ 出前講座の紹介 ＝

## 2ヵ月前から準備 ～分かりやすいと好評!!



矢巾町地域の皆様と南昌病院の地域活動の一環として、出前講座を実施しています。去る10月30日10時から11時30分まで館前公民館をお借りして、「骨粗しょう症予防と介護保険施設について」というテーマで出前講座を行ないました。

矢巾町の皆様16名が参加して、南昌病院の経験年数10年以上のベテラン看護師3名が手作りのパンフレットを作成して、地域の方々に病気に関すること・予防・介護等について少しでも分かりやすくという思いで、2ヶ月前から準備を進めて取り組みました。

和やかな雰囲気の中で、健康で家で暮らすこと、介護保険・年金についての話が弾み、あっという間に有意義な一時間が過ぎました。参加された皆様からは、パンフレットは絵入りで分かりやすくよかったと好評でした。これからも、

皆様の要望に沿って出前講座の回数を重ねていきたいと考えています。  
ご連絡お待ちしております。

南昌病院看護科



## ♪♪♪ ヴァイオリンの音色が響く ♪♪♪

南昌病院ボランティア委員会から

こんにちは、南昌病院ボランティア委員会です。

11月20日に、「生生学舎アダージョ」の高山仁志さんによりまずヴァイオリン演奏会を行いました。演奏は童謡の「ふるさと」やクラシックの代表曲「アベマリア」「アメイジング・グレイス」など全10曲の演奏でした。

演奏に合わせて、童謡と一緒に歌い、クラシックのヴァイオリンの音色がゆったりと流れると、患者さん方の目からは涙があふれていました。

全曲の演奏が終わり、演奏会が終了しかけた時に、患者さんから突然のアンコール！アンコール！高山さんも快くお受けくださりアンコール演奏をしてくださりました。高山さん、本当に心に響く素敵なヴァイオリンの音色をありがとうございました。

そして・・・この感動をもう一度！と、1月に『New☆Year コンサート』を開催することが決定しました！！

高山さん、楽しみにお待ちしております。♪♪♪



入院などのお問い合わせ先

南昌病院 地域医療連携室 TEL.019-697-5211 (内線271)

## 一人ひとりに合った支援 リハビリテーション

専門スタッフがチームを組んで集中的にリハビリを実施

**365日リハビリテーション提供!!**

(回復期リハビリテーション病棟・亜急性期病室)

- 南昌病院 ● こすかた診療所
- 訪問リハビリテーションこすかた…

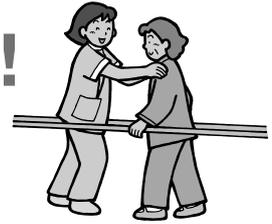
リハスタッフ総勢92名(理学療法士、作業療法士、言語聴覚士)(ほかに臨床心理士2名)



# より早い段階で安全に歩行訓練!!

## 部分免荷トレッドミルトレーニング

～歩行障がい改善のための一手法～



「朝起きて洗面台に向かう」、「着替えを取りに行く」、「朝食の用意をする」、「天気の良いから庭先に出てみる」、「買い物に出かける」、「誰かに会いに行く」、「素敵なレストランで食事を楽しみに出掛ける」…

普段の生活で私たちは、何気なく自分の意思で“歩いて”移動します。健康な時には何の疑いようもない当然のことですが、脳卒中や脊髄損傷などによって、突如としてそれが難しくなったときに生じる日常生活での不便さは計り知れません。

“人”のDNAの98.4%はチンパンジーと同じで、たったの1.6%しか違がわれないといわれます。しかし、“人”として進化したのは、立ち上がって二足歩行になったからだとされています。立ち上がり、足底の刺激で体重移動を頭頂葉で感じ、その情報を前頭葉に伝え、そこから筋肉に指令を出し姿勢を立て直しています。その知覚で前頭葉が発達進化し、様々なことを判断するようになってきました。そのことを考えると、脳卒中や脊髄損傷のリハビリテーションの最初の大きな第一歩は立ち上がることにあるといえます。

今回は、歩行障がいのリハビリテーション手法の一つで、当院では平成21年より導入している、「部分免荷トレッドミルトレーニング：Body Weight Supported Treadmill Training（以下、BWSTT）」についてご紹介いたします。

### ○部分免荷トレッドミルトレーニング：BWSTTとは？

BWSTTとは、脳や脊髄の損傷によって生じる歩行障がいに対する有効なリハビリテーション手段の一つとして、1990年代初頭より欧米を

中心に注目され、数多くの研究や臨床成果が報告されるようになりました。当初は脊髄損傷患者が適応の中心でしたが、次第に脳卒中後遺症患者への実施報告も増え、現在では神経疾患を対象とする、いわゆる神経リハビリテーションにおいて耳にすることが多くなった方法の一つです。

日本で世間一般に広く知られたのは、あの長嶋茂雄さんが脳卒中後遺症のために、「イチニー、イチニー」の掛け声で、このBWSTTを行っている様子がテレビで放映された後のことです。

### ○どのようなトレーニングなのですか？

ハーネスと呼ばれるベルトを装着し身体を天井から吊り下げることによって、両足にかかる体重負荷を軽くします。それにより、麻痺がある方でも立つことが容易になります。立つことができたなら、トレッドミル（Treadmill）と呼ばれる床面が自動的に動く機械の上で歩行練習を行います。床面が自動的に動いてくれることで、両脚での交互のステップが促され歩行運動が誘発されます。

### ○どのような理論なのですか？

少し専門的になりますが、脊髄には“脊髄パターン発生器：Central Pattern Generator（以下、CPG）”と呼ばれる神経回路が存在すると言われ、受動的あるいは半受動的にステップが開始されると、入力としての足底からの感覚がCPGを介して出力として運動を誘発すると考えられています。そして、それが継続されることで神経回路の再組織化（再編成）が起こり、それが歩行の改善をもたらすものと考えられています。

### ○その効果は？

自力でのステップングが可能な被検者においては、「平行棒内での歩行練習」、あるいは「補助器具や装具をつけての歩行練習」、「療法士1名から2名による介助での歩行練習」などと効果の差はないといわれています。

しかし、BWSTTは「自力でのステップングが不可能である」、「麻痺が重度である」、「体重が重い」などの方でも、より早い段階から転倒の危険が少ない状態で歩行運動を体験できるといった大きなメリットがあります。



脊髄損傷患者の歩行練習の様子

### ○おわりに

ここまで、歩行障がいへのリハビリテーション手法であるBWSTTについて述べてきました。障がいを持たれた方のリハビリテーションにおいて最も重要なことは、その人らしい豊かな日常生活を取り戻すことと、最終的には再び社会へ参加していただくことにあります。それを支える移動手段としての歩行機能を獲得するために、当院でリハビリテーションを行う皆様に最大限の貢献ができるよう真摯に向き合い、そして寄り添いながら、今後も精一杯取り組んでまいりたいと思います。



立つことが難しい方でも、立位での様々な練習が可能になります。

## Topics

### 今回のテーマは... 食べ合わせ



私たちは毎日様々な食品を食べていますが、その食品の組み合わせ方しだいで体にとってプラスの作用が働いたり、その逆になったりする場合があります。それが「食べ合わせ」。今回はこの食べ合わせについてです。

#### ◆食べ合わせの3つのタイプ

相乗効果	栄養素の効果・効能を倍以上に高めあう組み合わせ。 例) カルシウム + ビタミンD = 骨を丈夫にする (乳製品・小松菜) (きのこ類・海藻類)
相加効果	二つの食べ物同士がそれぞれ持っている栄養素の効果・効能を上手に生かし合う組み合わせ。 例) ビタミンB2 + ビタミンE = 動脈硬化予防 (肉類・緑黄色野菜) (ナッツ類・植物油)
相殺効果	栄養素の効果・効能をお互いに消しあったり、どちらか一方を失わせたりする組み合わせ。 例) きゅうり + トマト = ビタミンCの酸化



※南昌病院  
栄養管理科

# Information お知らせ ▶ 各施設の行事予定

月日	内容	事業所	備考
1/1	元昼参り	悠和荘	
1/2	誕生会	CC南昌	敬寿荘
1/3	もちつき	恒和荘	
1/8	誕生会	CC南昌	博愛荘
1/9	みずき団子作り、書初め	悠和荘	
1/10	第三者評価	恒和荘	
1/13	みずき団子作り	恒和荘	
1/14	在宅復帰支援に関する意見交換会	敬愛荘	厚生労働省来荘
1/14~3/4	実習生受け入れ	南昌病院	仙台医療専門学校(理学療法科)1名
1/14~2/7	施設実習	敬愛荘	岩手女子高等学校
1/14~1/24	実習生受け入れ	CC南昌	博愛荘 岩手女子高等学校(介護福祉科)1年生
1/16	新年会	悠和荘	
1/16	誕生会	CC南昌	敬寿荘
1/17	みずき団子作り	CC南昌	敬寿荘
1/20~2/28	実習生受け入れ	南昌病院	仙台医療技術専門学校(理学療法科)2名
1/22	誕生会	敬愛荘	利用者様と職員による演芸会
1/22	誕生会	CC南昌	つむぎ
1/23	なごみ茶屋	志和荘	
1/23	ゲームサークル	悠和荘	
1/23	誕生会	CC南昌	おやつレク
1/25	お茶会	恒和荘	
1/27~2/7	実習生受け入れ	CC南昌	博愛荘 岩手女子高等学校(介護福祉科)2年生
1/29	ニューイヤーコンサート	南昌病院	高山仁志様来院
1/31	意見交換会	悠和荘	

月日	内容	事業所	備考
1/31	ケアセンター南昌 開設1周年記念講演	CC南昌	
1月	夜回り会	恒和荘	
1月	ハッピーニューイヤーコンサート、みずき団子作り、誕生会	若園荘	
2/1	お茶会、夜回り会	恒和荘	
2/3	節分(豆まき)	悠和荘	
2/3~3/1	実習生受け入れ	南昌病院	若手リハビリテーション学院(理学療法科)2名
2/10~2/21	施設実習	敬愛荘	盛岡社会福祉専門学校
2/12	誕生会	CC南昌	博愛荘
2/12~2/14	実習生受け入れ	南昌病院	若手リハビリテーション学院(作業療法科)2名
2/19	誕生会	敬愛荘	
2/20	避難訓練	悠和荘	
2/22	お茶会	恒和荘	
2/27	なごみ茶屋	志和荘	
2/28	意見交換会	悠和荘	
2月	節分(豆まき)	恒和荘	
3/1	夜回り会	恒和荘	
3/12	誕生会	敬愛荘	大道芸者 岩上敏一様来荘
3/12	ひな祭り	悠和荘	
3/12	誕生会	CC南昌	博愛荘
3/22	お茶会	恒和荘	
3/27	なごみ茶屋	志和荘	
3/31	意見交換会	悠和荘	
3月	鑑人形見学、舞踊と舞歌の祭典(福祉チャリティー)見学	恒和荘	

南昌だより

編集・発行/医療法人社団帰厚堂  
印刷/社陵高速印刷株式会社

〒028-1362-1  
E-mail: kikodo@kikodo.or.jp  
〒020-0811

岩手県盛岡市川目町23-2 盛岡中央工業団地

TEL 019-697-5211  
FAX 019-697-5215

TEL 019-651-2110  
TEL 019-697-5215  
FAX 019-697-5215

## 診療時間 9:15~17:00

診療案内  
南昌病院

月	火	水	木	金
整形外科 本田 恵 神経内科 佐藤 典子	内科 小原 進	脳神経外科 山口 一彦 整形外科 本田 恵 循環器内科 西城 精一	脳神経外科 齊木 巖	外科 菅野 千治

休診日：土曜・日曜・祝日

## 編集後記

◆午とは、干支(十二支)の7番目。午年は、西暦年を12で割って10が余る年が午の年で、午の刻は昼の12時を中心とする約2時間、昼の12時を正午というのこれが由来。本来の読みは、「こ」。「杵(きね)」の原字で、上下に交差し、もちを突く杵を描いたもの。十二進法では、前半(午前)が終わり後半(午後)が始まる位置にあり、その交差点を正午という。十二支の中間に位置し、草木の成長期が終わり、衰えの見せ始めた状態を表したものとネットにありました。これを「馬」としたのは、後に覚えやすくするため馬が割り当てられたそうですが、理由は定かではないとのこと。なにはともあれ本年は災害もなく穏やかな年となりますように切に祈願。

◆本年は消費税、軽自動車税など増税の年。また、医療機関にとっては2年毎の診療報酬改定の年でもあります。アベノミクスで久しぶりの好景気も期待されていますが、物の値上げラッシュでまた萎んでしまわなければと心配です。全て消費に回し好景気を維持すれば、とはいえ我家の財布は引き締め傾向。先行き見通しがたちません。起死回生の妙案は？

医療法人社団  
帰厚堂

■南昌病院	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-2-181	TEL 019-697-5211	FAX 019-697-5215
■介護老人保健施設 敬愛荘	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-2-181	TEL 019-697-3288	FAX 019-697-0641
■小規模多機能型居宅介護事業所 恒和荘	〒020-0805	盛岡市東新庄1丁目7-23	TEL 019-681-4166	FAX 019-604-1120
■グループホーム 若園荘	〒020-0886	盛岡市若園町8-11	TEL 019-601-5501	FAX 019-604-1660
■ケアセンター南昌	〒028-3614	紫波郡矢巾町又兵衛新田5-67-1	TEL 019-698-2015	FAX 019-611-2071
◆こずかた診療所			TEL 019-698-3033	FAX //
○訪問リハビリテーションこずかた			TEL 019-611-1380	FAX //
◆介護老人保健施設 博愛荘			TEL 019-698-2015	FAX //
◆博愛荘デイケアセンター			TEL 019-697-1526	FAX //
◆デイサービスつむぎ			TEL 019-698-2015	FAX //
◆訪問看護ステーションやはば			TEL 019-698-1388	FAX //
◆ヘルパーステーションやはば			TEL 019-698-1385	FAX //
◆訪問入浴介護やはば			TEL 019-698-1385	FAX //
◆やはば指定居宅支援事業所			TEL 019-697-0537	FAX //
◆ショートステイやはば			TEL 019-698-2015	FAX //
◆グループホーム 敬寿荘			TEL 019-697-9002	FAX //

社会福祉法人  
敬愛会

▲こずかた保育園			TEL 019-698-3008	FAX 019-611-0221
▲矢巾町地域包括支援センター			TEL 019-611-2855	FAX 019-611-2937
●特別養護老人ホーム 志和荘	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-100	TEL 019-697-6355	FAX 019-697-6356
●地域密着型介護老人福祉施設 悠和荘	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-2-312	TEL 019-698-1661	FAX 019-698-1671
●敬愛会老人サービスセンター	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-2-514	TEL 019-697-5953	FAX 019-697-7680
●指定居宅介護支援事業所	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-2-312	TEL 019-697-0880	FAX 019-698-1671
●矢巾町地域包括支援センター さわやかハウス相談室	〒028-3615	紫波郡矢巾町南矢幅14-78	TEL 019-697-5570	FAX 019-697-5570

※ケアセンター南昌代表電話