Number 70　第70号　　2022年7月18日発行

# 高木病院だより　TAKAGI HOSPITAL NEWS



同じ空の下、夏の花火を見上げよう

http://takagihp.jp/

TAKAGI HOSPITAL

## ー　ご挨拶　ー

猛暑が続き蒸し暑さの増す今日この頃ですが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

新型コロナウイルスの感染再拡大、物価上昇等々、なかなか目の前が開けない状況ですが、こんな状況下だからこそ、この「病院だより」では少しでも明るい話題を提供したいと考えております。

当院では毎年七夕用に各フロアに笹が短冊と共に飾られます。この笹は当院の豊田明生理事（前事務長）が調達してくれていますが、願い事の込められた短冊はひとつひとつ大切に笹に取り付けられ、今年も各フロアを彩りました。ご家族の方に直接見ていただく機会は少ないですが、その願いは必ず天に届いていることと思います。

また、前回お伝えした当院の外壁改修工事は順調に進んでおり、予定通りお盆明けの8月末ごろには、化粧直しが終わり、キレイに生まれ変わった高木病院をお見せすることができる予定です。もうしばらくご迷惑をおかけしますが、何卒よろしくお願いいたします。



## ♥ワーク・ライフ・バランスの充実を目指して♥

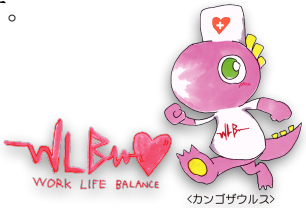
ー 看護部長　大西直子 ー

子育て中の母親として活躍している当院の看護師4名をご紹介します。2022年4月より随時入職の方々で、4名各々が子供の成長を喜び実感する日々のなかで、子育てに奮闘しながら、看護師としても前向きに頑張ってくれています。

当院では、自分が出来る範囲で働き方を選んで各部署で勤務をしていただいております。人生においても看護においても先輩看護師のあたたかい見守りや声掛けのある中で活躍していただけるような職場環境の構築を目指しています。

皆、これまでの自分の経験を最大限に生かし、自己研鑽を積んで、信頼される看護を提供できるよう頑張っています。ひとりひとりの笑顔や輝きを大切に、これからもさらなる「ワーク・ライフ・バランス」の充実を目指していきます。





<カンゴザウルス>

## ♠ オンライン面会始めました ♠

― 事務　石黒琴美 ―

新型コロナウイルス感染予防対策により面会制限が長期にわたり、ご家族さまには大変ご迷惑をお掛けしております。

今年の3月から当院でもチーム医療の一環として、オンライン面会に取り組んでおります。2台のタブレットを使用し、ご家族さまには1階ロビーより、病棟の入院患者さまへお繋ぎし、オンライン面会をさせていただいており、これまでに約6割の方がご利用になられました。

事務員がタブレットを準備し、オンライン面会中は患者さまのそばに寄り添い、ご家族さまの声が聞き取りにくい患者さまには、耳元でご家族さまのお言葉を代弁させていただいております。また発声が困難な患者さまは、腕を動かされたり、足を動かされた反応をご家族さまへお伝えさせていただくこともあります。

ある患者さまは、ご家族さまが「手を上げてグーチョキパーできる？」と尋ねられると、手を挙げ一生懸命に答えられる姿に、ご家族さまは涙され、職員も目が潤んでいました。またある患者さまは童謡の「茶摘み」を毎日練習され、オンライン面会時にご家族さまへご披露されました。医師、看護師、介護士、事務員も患者さまと一緒に歌い手拍子をし、とても和やかで温かい時間となりました。

オンライン面会時はご家族さまやご友人さまの呼びかけに、いつもと違った表情をされる患者さまがたくさんみえます。新型コロナウイルスが終息するまで当分の間はオンラインでの面会となりますが、少しでも患者さまとご家族さまの笑顔の架け橋となりましたら幸いです。



## ☆ 七夕ー星に願いが届きますように ☆

― 介護福祉士　和田敦子 ―

コロナ禍で入院患者さまはご家族と会えず、イベント等も開催できない状況ですが、1年に一度の七夕の日、色とりどりの短冊に、患者さまひとりひとりの願いを聴き、日々の寄り添いの中で感じたことを代筆させて頂きました。

また、オンライン面会で来院されたご家族さまにも、短冊にたくさんの思いを書いて頂き、より多くの思いや願いで笹の竹が鮮やかになりました。7月7日までの約1か月、皆さまの願い事が色とりどりに各フロアを彩っていました。






## ❖　院内感染研修会　❖

― 看護部長　大西直子 ―

当院では、年1～2回全職員を対象に院内感染研修会を行っています。今回は当院の高木啓介院長に講師をしていただきました。コロナ禍の状況でもあり、感染防止のため新人職員を含めた最小人数での参加となりましたが、感染対策についての基本をしっかり学ぶことができました。

このような状況であるからこそ感染対策についての知識を高め再確認することが重要であると感じました。

高木病院の中で『院内感染を発生させない、万が一、発生した場合でも感染拡大を最小限にとどめる』よう職員一人一人が日頃から正しい感染対策を行い患者さまに接していきたいと思います。



## ♣ 認知症の方の気持ちを大切に ♣

― 認知症看護認定看護師　棚部由江 ―

軽度アルツハイマー型認知症の80代の女性。
慢性心不全で入院してきました。
ある日、担当看護師に「私の財布がない！盗られた！？どこいったんかな？」と言われ、大騒ぎになりました。

誰かが自分の物を盗んだと思い込んでしまうことは、認知症の初期によく見られる症状と言われています。記憶障害があると、自分が財布を置いた場所だけでなく、置いたこと自体を忘れてしまうため「突然なくなった」と思い、大きな不安を抱えます。事実ではありませんが、本人が盗られたと思い込んでいるので説明や説得ではその考えを変えられないという特徴もあります。



誰かのせいにする背景には、自分に対する自信のなさがあると言われています。本人の発言を否定せず「大切なものがなくなった」と困っている思いに寄り添い、一緒に探す。その時、できるだけ本人が見つけられるような声のかけ方をする事が大切だと言われています。

記憶障害など認知機能障害の影響を受けて認知症の方の性格や環境、心理状態などが絡み合い状況を正しく理解できなくなることで生じる状態を行動・心理症状（BPSD）と言います。

近年、認知症ご本人の発言から、認知症の方がいかに苦しんでいるのかということがわかってきました。「問題行動」と捉えるのは不適切であると考えられるようになり、BPSDとよぶ事が一般的になりました。BPSDは認知症の方からのメッセージと捉え、認知症の方の視点に立ち、理解する事の重要性が認識されるようになりました。

高齢化に伴い当院でも、認知症や認知症を抱えながら他の病気で入院する方が増えています。環境の変化に弱い認知症の方にとって、入院は大きな負担になり混乱をきたしやすくなります。また、認知症が進行してくると自分の状態を言葉でうまく伝えることが難しくなります。ケアする側にとっては理解しがたい言葉や行動にもその人なりの理由があります。その人が何に困っているのか、認知症の方が体験している世界をイメージしながら関わることを大切にしています。

認知症の方の言葉や行動の裏にある思いを汲みとり、穏やかな入院生活が送れるように、多職種と力を合わせながらいろいろな介入を試みて看護を実践しています。試行錯誤の連続ですが、患者さまの表情が和らぎ、笑顔が見られたり、出来ないと思っていた事ができるようになるなど、その人の新たな一面に気付くことができた時はとてもうれしく、やりがいを感じます。

視点を認知症の方に向けることを大切にしながら、患者さま、ご家族さま、ケアスタッフお互いが笑顔になれるような環境を目指しています。

これからも認知症の方の持てる力に目を向け、その人らしく穏やかな日々を過ごしていただけるように活動したいと思っています。



## ☆おすすめCINEMA☆

『ミナリ』　Minari　2020年 アメリカ映画




1980年代のアメリカ合衆国。韓国系の移民のジェイコブ・イは一攫千金の夢を掴むべく、妻のモニカと長女のアンと長男のデビッドを引き連れてアーカンソー州の田舎町へと移住する。

ジェイコブは一から農地を開拓して大農場主に成り上がろうとしていたが、モニカはそんな夫を冷ややかな目で見ている。ほどなくして、モニカの母スンジャが幼い子供たちの世話をするために韓国からやってきて同居することになる。スンジャは並々ならぬ毒舌家だったが、一家の生活（特にデビッド）に刺激をもたらすことになる。

その一方で、農場経営は一向に軌道に乗らず、家計は火の車であった。様々な困難に直面したジェイコブは成功への意欲を燃やし、全てを犠牲にする勢いで経営に没頭していった。そのためにジェイコブとモニカの夫婦仲は険悪なものとなる。そんなある日、スンジャが脳梗塞で倒れ、右半身に障害が残ってしまう。

成功を夢見る父、家族を守るために戦う母、病気との戦いを強いられる弟、その全ての狭間で苦しむ姉、そして、文字も読めず、英語も喋れず、料理もできず、下品でなんにもできないおばあちゃん…家族を襲う厳しい現実。

アメリカの空気で描いた『アジア映画』。
ブラッド・ピットが製作総指揮を手がけ、第93回アカデミー賞では作品賞、監督賞、脚本賞など計6部門にノミネート。祖母スンジャを演じた韓国の女優ユン・ヨジョンが助演女優賞に輝きました。　K.T

## ★ お酢パワーで暑い夏を乗り切ろう！ ★

ー　管理栄養士　中原つかさ　ー

猛暑の中、夏バテ気味であまり食欲のわかない方も多いかと思います。そんな時に味覚を刺激してくれるのがお酢です！

「食べたくないな」と思ったら食欲を増進させてくれるお酢の料理がピッタリです。さっぱりとした酸味で暑い夏でもm食べ物をおいしく感じられるお酢のパワーを是非実感してみてください。





### 【お酢の効果ってなんだろう？】

1. 食欲増進効果
   お酢の主成分である酢酸には唾液や胃液の分泌を促進し、消化酵素の働きを活性化させる働きがあります。消化酵素の働きが活発になると胃の働きが良くなるため、お酢は食欲増進のサポートに適していると考えられています。
   そして、お酢には脂肪の燃焼を促すアミノ酸もバランス良く含まれており、内臓脂肪の減少を促進する作用や、腸内の善玉菌を増やして働きを活性化させる作用もあるため、ダイエットや便秘にも効果が期待できます。
   女性が積極的にお酢を取り入れているのも納得ですね。
2. 疲労回復効果
   お酢には疲労を回復させる効果があります。
   お酢に含まれる酢酸には、体内に入るとクエン酸に変わり、疲労の原因となる乳酸の生成を抑えたり、分解して疲労回復を早める働きがあります。
3. 防腐・静菌効果
   お酢の防腐効果は古くから知られていて、お寿司や酢漬てマヨネーズなど保存食品や調理に幅広く利用されています。
   そして、静菌効果もあるため食中毒予防にも効果的です。
4. 減塩＆カルシウムの吸収をサポート
   お酢は減塩を心がけている方にもおすすめです。お酢には塩味をはっきりさせる効果があり、塩分を控えても味を損なわないので減塩料理に最適です。

### 【簡単！おいしい！フルーツビネガーを作ろう！】

今回はさっぱりとしたフルーツビネガーの作り方を紹介します。手軽においしく日々の生活にお酢を取り入れていきましょう。食育の場でも紹介されているので、お子さまの水分補給にもおすすめです。

Recipe no.47

**【フルーツビネガー】**

| 材料（1瓶）　706kcal（オレンジの場合） | |
|---|---|
| 調理時間 約10分 | |
| 酢 | 300㎖ |
| 氷砂糖 | 150g |
| お好みの果物 | 150g |
| ※基本的な分量　酢：砂糖：果物＝2：1：1 | |

**【作り方】**

1. 瓶は煮沸消毒（水から行う）すること。金属のフタの場合は錆びてしまうので瓶とフタの間にラップを挟んで閉める。
2. オレンジなどの厚い皮が付いている果物は皮を剥く。
3. 瓶は常温で保存する。日光や火があたらない場所に置く。

材料の量や種類はお好みでアレンジしてみて下さい。リンゴ酢や黒酢を使ったり、砂糖の代わりに黒糖やハチミツを使ってみても良いです。

出来上がったフルーツビネガーは、水、炭酸水、牛乳、豆乳などで割ったり、アイスやヨーグルトにかけたりとお好みでどうぞ！



「高木病院だより」第70号、いかがでしたでしょうか。
暑い夏を乗り切るためにフルーツビネガー、参考にしてみてくださいね。

次号は10月頃、発行予定です。

※69号までのBack Numberを希望される方は受付までお申し出下さい。
当院ホームページでもBack Numberを見ることができます。