



# こころ

あたたかい心、思いやりの心、私達は心の医療を推進します。

## 十全ユリノキ病院

精神科応急入院指定病院

### 〈理念〉

- 一 私達は、前向きで建設的に考えよう。
- 一 私達は、開かれた医療を展開して行こう。
- 一 私達は、自ら学び、研鑽し続けよう。

### 〈基本方針〉

1. 思いやりある、利用者中心の医療を目指す。
2. 過不足のない支援で、社会復帰を促進する。
3. 働き甲斐のある、職場を創り出す。



年末年始ともに新型コロナウイルス感染症対策に明け暮れ、年を跨いだという感覚も無い日常だと思えます。令和2年1月には日本国内の第一例が確認されました。同時期から当院でも新型コロナウイルス感染症に対する感染対策や情報収集を開始し、それも4年目に入ろうとしています。私、武田が先代である故太田純二院長より院長職を引き継いで9年目になります。半分期は、コロナ禍の対応に追われているとも言えます。

話は変わりますが、「創業は易く守成は難し」という故事成語があります。新しく事業を起こすことは簡単だが、その事業を衰微させないように維持することはいつそうむずかしい、という戒めです。日本では「企業の10年生存率は、わずか1割にも満たない」という定説が半ば常識のように信じられ、ベンチャー企業の「創業20年後の生存率0.3%」という不確実な情報もあります。

終わりの見えないコロナ禍、止まらない少子高齢化問題、地方創生の課題など、現状では不利な条件が重なっている事は否めません。「守成は難し」という当たり前の事ではあります。この地域で働き生活していくために、事業を如何にして継続させていくか、個々人の立場、出来る範囲で考え行動していくしかないと感じています。

## 創業と守成

院長 武田直也

主食 主菜 副菜 をそろえてバランスよく食べよう!

## レンジで簡単お好み焼きオムレツ

材料(1人前) エネルギー量 245kcal

キャベツ……………	100g(3枚)	お好みソース……………	30g
卵……………	1個	マヨネーズ……………	5g
A 絹ごし豆腐……………	1/2個(75g)	青のり・かつお節……………	適量
顆粒だし……………	少々		
天かす……………	3g		

### 作り方

- ① キャベツは洗ってから1cmの角切りにする(カット済みの千切りキャベツを使ってもOK)
- ② 耐熱皿にAの材料を入れ、よくかき混ぜる
- ③ ラップはせず、電子レンジ(600W)で5分加熱する
- ④ お好みソースをぬってマヨネーズ、青のり、かつお節をトッピングして出来上がり



献立のポイント

当院の卵料理のなかでも人気のお好み焼きオムレツをレンジで簡単に作れるようアレンジしました。もちろんフライパンで焼いても美味しく食べられます。

お好み焼きは通常小麦粉を使っているため、ご飯と一緒に食べると炭水化物の重ね食べとなってしまいますが、このお好み焼きオムレツは小麦粉を使っていないので、ご飯と一緒に食べてもエネルギー過剰になりにくいです。

炭水化物には大きく分けると、体内に吸収されてエネルギー源になる「糖質」と、消化吸収されずエネルギーにならない「食物繊維」とに分けることができます。糖質は主にエネルギー源として利用されますが、余った糖質は体内で脂肪となり体に蓄積されてしまいます。

主食の重ね食べを続けると、体にたくさんの脂肪がたまり肥満につながります。また、糖質の多い食事は食後高血糖を引き起こしやすくなり、食後高血糖が繰り返されると、血糖値をコントロールする機能が低下し糖尿病になりやすくなります。

「主食・主菜・副菜」をそろえることで、多様な食品から栄養素をバランスよくとることができます。まずは、毎日の食事の現状を把握して、不足しているものが何かを見つけ、それを補うように食べましょう。

主食: 体を動かすエネルギーになる炭水化物等が多く含まれる料理(ご飯、パン、麺など)

主菜: 体を構成する筋肉や血液になるたんぱく質等が多く含まれる料理(肉、魚、大豆製品、卵 など)

副菜: 体の調子を整えるビタミン、ミネラル、食物繊維等が多く含まれる料理(野菜、きのこ、海藻)

栄養科 管理栄養士



グリン野菜 (ブロッコリーなどの緑黄色野菜、きのこ類)を 足すと、さらに 栄養バランスアップ!

### 所在地のご案内



### 交通のご案内

- JR新居浜駅より南 約5km
- 〈市内バス〉 山根グランドバス停より徒歩……………約10分
- 〈タクシー〉 JR新居浜駅より……………約10分
- 〈車〉 新居浜ICより西 約2km……………約3分

2023・2・1000



環境負荷を抑えた植物油インキと適切に管理された森林から生産された紙を使用しています。

### 編集後記

第55回目となる広報誌「こころ冬号」を発刊いたしました。

去年から引き続き、新型コロナウイルス感染対策を実施しています。

ご不便、ご迷惑をおかけしますが、皆さまのご協力をお願いいたします。



〒792-0844 愛媛県新居浜市角野新田町1-1-28  
TEL0897-41-2222 FAX0897-41-2224  
http://www.juzenhp.jp/  
E-mail juzen@juzenhp.jp



### 関連施設

- ◎生活のしづらさをもつ患者さまの社会参加と社会復帰をお手伝いしています。  
自立訓練(生活訓練・宿泊型訓練)事業所国領荘 愛媛県新居浜市角野新田町1-1-28 TEL0897-41-2258
- ◎単身生活が困難な患者さまの生きがいをもった自立への道をサポートしています。  
グループホーム 船木の里 愛媛県新居浜市国領甲4819-5 TEL0897-41-2258
- ◎患者さまのご家庭に伺い、療養上のお世話・支援を行っています。  
訪問看護ステーションれんげの会 愛媛県新居浜市角野新田町1-1-28 TEL0897-43-5653
- ◎生活に関する相談や福祉サービスの紹介などを行っています。  
指定相談支援事業所まごころの会 愛媛県新居浜市角野新田町1-1-28 TEL0897-47-6662
- ◎お年寄りの生活にふさわしい環境の中で共同生活を行い、生活能力の回復と維持を助けています。  
グループホームむつみの家 愛媛県新居浜市中鉄町9-52 TEL0897-43-1022

# ユマニチュード④

## ◆ユマニチュードとは

ユマニチュードはフランス発祥の認知症の人や高齢者に限らず、ケアを必要とするすべての人に向けた、人間らしさを大切にするケアです。「見る」「話す」「触れる」「立つ」という人間の持つ特性に働きかけます。ケアの専門職だけでなく、誰でも知識と技術を身につければ、ケアを受ける人に「やさしさ」を伝えることができます。

当院では、ユマニチュードについてすべての職員が知り、取り組めるように定期的に研修会を行っています。認知症や高齢者の利用者様、患者様のケアの場面でユマニチュードのケアの取り組みが広がっています。

## ◆ユマニチュード「立つ」技術について

認知症や高齢者の方がベッド上で一日中過ごす、脚や体の筋肉を使う機会が減ってしまいます。ベッド上で3週間過ごすと40パーセントの筋肉が失われてしまうという報告があります。このような状況を避けるためにできることはただ一つ、「筋肉と骨を使うこと」です。具体的には、体を起こすこと、もし可能であれば立つことです。



ぜひ、この「立つ」技術をご家族の介護や、ケアの場面で意識して使ってください。

フランスのユマニチュード導入施設の経験上、1日に20分程度の立つ時間を持つことができれば、寝たき

## 【ユマニチュード4つの柱】



りにならず、亡くなるまで立つ機能を維持することができます。

体を起こしておくことによって肺炎予防につながり、また骨粗しょう症を防ぐことができます。

「20分立つ時間」を一度に行う必要はありません。着替えるときに2分、トイレまで歩いていくのに3分、体を拭くときに10分、ひげを剃るときに5分、歯を磨くときに3分というように、1日の中で立つ時間を少しずつ作り出すように工夫して、1日が終わるまでに合計20分以上立つことを目標にします。

立つときには、足の位置や姿勢、バランスなど気をつけなければいけないことがたくさんあります。不安定な状態で立つことで転んでしまう危険もあります。

決して無理せず、周囲の専門家に相談しながら「立つ」ことを心がけましょう。

# 看護職員募集

自分らしく生き生きと働くことのできる職場環境の中で、素晴らしい看護の実現と専門職としての資質向上を目指し、私たちと共に成長しませんか？

●看護師・准看護師 中途採用者随時募集(5名)

●看護助手 中途採用者随時募集(5名)

パート(時間8:30～12:30)(3名) **急募**

受付期間：随時

\*施設見学も随時可能です。

お問い合わせ先 TEL(0897)41-2222(総務人事課 黒部)



## 愛媛県認知症疾患医療センター 十全ユリノキ病院からのお知らせ

# 第6回ユリノキ研修会を開催しました!



2017年度より、新居浜・西条圏域の医療福祉関係の皆さまを対象にした「ユリノキ研修会」を開催しており、今年度は11月12日(土)にWEB形式での研修会を開催しました。

今回は武田センター長より講演「認知症疾患と精神疾患との関係性について」と関連部署の職員より「在宅での生活が困難となり認知症治療病棟へ入院となったレビー小体型認知症の事例を通して」との内容で症例報告をさせていただきました。

講演では認知症の定義や代表的な認知症疾患

分類、認知症と精神疾患の関係性についてお話しさせていただきました。症例報告ではレビー小体型認知症の患者さまの在宅での様子を当院重度認知症デイケア職員と入院中の様子を認知症治療病棟担当看護師より報告させていただきました。

今回も多くの関係者の皆さまにご参加とアンケートへの回答をいただき感謝いたします。来年度以降も、ご参加いただいた皆さまへ有意義な時間を過ごしていただけるような研修会を開催していきたいと思っております。

# 院内学会



令和4年11月12日(土)、第32回十全ユリノキ病院院内学会を開催しました。

発表は精神療養病棟「その看護行為は必要か 看護師と患者間でのズレの有無」、特殊疾患病棟「昆布水使用による食事量アップに向けた試み」、訪問看護「訪問看護ステーションの現状と課題」、検査「免疫とは」でした。

今後も、患者さまに寄り添ったより良い医療の提供が出来るよう、病院全体で取り組んで行きたいと思っております。

# 永年勤続表彰

令和5年1月4日、永年勤続表彰が行われました。永きにわたり職務に精励された5名の永年勤続者に表彰状と記念品を贈呈しました。



# レビー小体型認知症

レビー小体型認知症とは、レビー小体とよばれる構造物が脳内に蓄積し、その影響で次第に認知機能障害や身体症状が悪化してゆく病気です。

この構造物が脳の別の領域(脳幹)に蓄積するとパーキンソン病を引き起こします。したがってレビー小体型認知症はパーキンソン病と同じ原因の病気(レビー小体病)です。

レビー小体型認知症では、日によって、あるいは時間帯によって認知機能変動し、はっきりしているときと意識が薄れるときがあります。意識や注意の薄れたときに幻視や幻覚が現れる、あるいは見誤る(花を人の顔にみえる)という症状が現れます。また自律神経の働きが障害され、立ちくらみや便秘、頻脈、多汗などの自律神経症状が現れやすいのも特徴です。パーキンソン病も高い頻度で合併します。

多くの例で抑うつ症状が先行します。一方、物忘れの症状は、アルツハイマー病とは異なり、目立たない場合が多く、前日の夜間の異常な体験(子どもや知らない多数の男女、動物などが自宅に現れたという幻視体験)をありありと語ります。

また睡眠にも影響があり、大声の寝言、頻りに悪夢でうなされる、夢で体験した動作が実際にその場で起こる(レム睡眠行動異常)などが現れ、他の認知症とは異なります。

