

すこやか

発行者：姉ヶ崎ケアセンター
住所：千葉県市原市権津2545-1
電話：0436(66)8867
担当者：堀川・上田・津根・岡

摩訶不思議！マジックショー

～十一月の誕生会～

11月のお誕生会はボランティアグループの「マジックサークルファンニー」の皆さんにお越しいただきました。ボランティアさんの準備の間、利用者の皆様は何が始まるのか興味津々で待つておられました。準備も整い、さあマジックショーの開演です。



何本もあるヒモが一本のヒモになったり、トランプの模様が裏返す度に変わったり。卵を温めたらヒヨコが生まれたり、びつくりすることが次々と起こり、利用者の皆様も、だんだんと摩訶不思議なことが目の前で起こっていることに興味を抱き、ひとつ披露する度、拍手されていました。最後は何も入っていない一つの紙袋から次々ときれいな箱が出てくるマジックに皆様驚かれておりました。普段なかなかお目にかかれないマジックショーに皆様最後まで楽しんでおられました。

寄り添う

『寄り添う』・・・この言葉を聞いただけで安心感が湧いてきます。高齢者で、中には慢性疾患を持った利用者さんなどに、看護・介護をしている私共には、心に留めておかなければならない大切な「言の葉」だと思っております。そし

て体の不具合、不調と共に暮らして行かねばならない人に、豊かな人間性が持てる暮らしをどう支えて行くかが我々の「目標」であります。そのためには、医療と介護の連携、ご家族との相互理解、情報の収集、生活環境の整備はもと

ほっと一息

風と陽射しと私

風が硝子戸を叩くので中に入れてあげたそしたら陽射しまで入って来て三人で おしゃべり

おばあちゃん

一人で寂しくないかい？

風と陽射しが聞くから人間 所詮は独りよ

私は答えた

がんばらずに

気楽に行くのがいいのね

みんなで笑いあった

昼下がり

柴田トヨさん
「くじけないで」より



より、高度な看護・介護技術を提供して行く必要があります。常に学習し努力を重ねて行かねばなりません。その基本的姿勢は、『寄り添う』という人間性をもって利用者に安心感を与える事だと思えます。

【姉ヶ崎病院 院長 岡 賢了】

職員のひとり言

「一年経ちました」

介護福祉士・介護支援専門員

K・Y

姉ヶ崎ケアセンターの職員に採用していただき、一年経ちました。

母が病気になり前職を退職しましたが、母は手術をし、要介護一の状態で落ち着いておりますので、現在は勤務に支障なく努めることができます。

歳を取っての転職は不安でしたが、ご利用者の皆様、職員の皆様によくしていただき、勤めることができました。これからは頑張っていきたいと思っております。

12月の新聞に掲載させていただけるといことですので、ご挨拶をさせていただきます。今年一年大変お世話になりました。来年も皆様のご健康とご多幸をお祈りいたしております。これからも、よろしくお願いたします。



デイケア ルームより



今回は当デイケアを利用していただいている、T・M様にインタビューさせていただきました。

Q. 好きな食べ物はなんですか

A. 好き嫌いなく、何でも食べる！

あんこより煎餅、肉より魚。

Q. デイケアで頑張っていることや楽しみにしていることは何ですか

A. 誰とでもよく会話するようにしている。お喋りが好きなので、みんなが話してくれて楽しい。そして男の人でも話しかけてくれてありがたい。
あと、外に遊びに行ったときは楽しかった

Q. 今後の希望はなんですか

A. 今までやったことのないものでもやってみたい。旦那と息子といつまでも元気で長生きできたらいいな

と、朗らかにきはききとお答えいただきました。

今回は、ご協力ありがとうございました。



また、高齢者は複数の慢性疾患を有するために、薬の数も多くなります。

したがって、若年成人や前期高齢者に示されたエビデンスや各学会から出されているガイドラインに当てはまらないこともあります。糖尿病・高血圧等専門機関に受診するとそれぞれの機関でそれぞれの薬が処方されます。その結果、時には同じ作用の薬が重複して処方されてしまうこともあります。これは、一冊のお薬手帳の活用により、ある程度防ぐことは可能です。

慢性疾患を持つ高齢者の生活目標は、病気と共存し、いかに穏やかな毎日が送れるかではないでしょうか。総合的な診療を行い、信頼できる医師を決めてその目標を目指していただきたいと考えます。専門機関受診はその目標が損なわれない様に、いつもかかっている医師に相談しながら、受診することをお勧めします。



特集 高齢者と薬



高齢者に特有な薬物動態により惹起される薬物有害事象が、最近の研究で明らかになってきました。

- ①腎臓からの薬物排泄能力低下
- ②肝臓での薬剤の代謝低下
- ③体内水分量の低下と脂肪組織の増加により脂肪に溶解しやすい薬剤の分布容積の上昇
- ④小腸における薬物吸収は加齢による影響を受けない

それに加えて、ホメオスタシス（恒常性維持機構）の加齢による低下がおこり、薬剤の生体内における作用はホメオスタシスによって緩衝されることなく、若年者より強く表れます。つまり、薬物による副反応が起きやすいということです。すべての薬剤の投与量を減らせば良いということではなく、薬剤の特性により、投与量を調整する必要が出てきます。



新就任の職員紹介

Y・M（相談員）

お気づきの点がございましたら、いつでもお声掛け下さい。不慣れではありますが、真摯に取り組んで参る所存でございます。



姉崎病院 薬局長 近藤 由利

【参考文献】

- 高齢者のポリファーマシー（東京大学大学院医学系研究科加齢医学講座教授 秋下 雅弘）
- 安全な薬物療法ガイドライン 2015（日本老年医学会）

12月 1月の予定

♪ 誕生会 ♪

- ◇ 12月1日（木）14：30～ 5階デイルーム
さすらいのトランペッター 林さんご夫婦にお越しいただきます。
- ◇ 1月11日（水）14：30～ 5階デイルーム
青柳じょんがら会の皆様にお越しいただきます。

編集後記



早くもインフルエンザ流行のニュースが流れています。当施設でも、マスク着用など、ご家族様にご協力いただき感謝いたします。職員もうがい・手洗い等、感染予防に一層気をつけてまいります。（相談員 O）