

ふれあい

 日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 豊美会 田代台病院 ・精神科・神経内科・内科

発行責任者：院長 河野佳宣 〒754-0122 山口県美祢市美東町真名2941番地 TEL 08396-5-0301 FAX 08396-5-0861 <http://tashirodai-hospital.or.jp>

病院理念

心や生活機能に障害をかかえるお年寄りの治療の為に、
職員一同が、家族や地域の方々と連携しながら、
医療、看護、介護や啓蒙を総合的に提供していきます。

看護理念

「和」の精神のもと、患者・家族・地域の皆さんの
期待に応えられる看護を提供します。



田代台病院は、よりよい医療を提供
していくために、日本医療機能評価
機構の認定を取得しています。

「認知症カフェ」始めました

デイ・ケア「なごみ」室長 篠田 典恵

新しい年の始まりと共に、認知症カフェ（通称「なごみカフェ」）がオープンしました。
認知症カフェとは、認知症の人やその家族、各専門家や地域の人が集う場所として提供され、
お互いの交流や情報交換、娯楽や相談をすることを目的としています。

1月14日（土）の第1回のカフェでは、地域の皆さんをはじめ約50名もの方々にご参加いただき、盛大に開催することができました。

今回はオープン記念として、お年玉付きの「餅まき」、松田正純さんによる「ミニコンサート」、
スタッフお手製の「ぜんざい」で皆さんをお迎えしました。大きな笑い声や歌声、楽しそう
に談笑される姿が随所に見られ、皆さんからご好評いただき、新
たな交流の場が生まれました。

その他、認知症予防の体操やゲームでも皆さんの笑顔と笑い声
で大いに盛り上がり、交流ができてリフレッシュにつながり、「ここは
ええ所じゃね、本当に今日は楽しかったよ。また来るね」といった
言葉をいただきました。建物の雰囲気も含めて気に入っていただけただようでした。

今後、もっと多くの方々に「なごみカフェ」を知っていただき、お茶を飲みながら「介護の
愚痴や苦労話、また仲間づくりや相談など」気軽に立ち寄り、「ほっ」とひと息つける雰囲気の場所を提供していきたいと思ひます。

毎月第2土曜日、午前9時から午後3時30分まで、いつでも開
いています。

ぜひ一度足を運んでみて下さい。スタッフ一同でお待ちしています。



放射線科・臨床検査科

『患者さんに安心して診療を受けて
いただけるサポートをします』

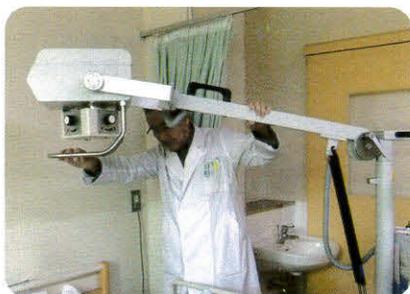


☆放射線科

放射線科の仕事は、医師の診断の手助けになる画像を提供する部署です。

レントゲン撮影では胸部、腹部、骨等の全身の撮影をします。CT は全身を輪切りにした画像を撮影します。

設備も一般撮影装置、全身用 CT、ポータブル撮影装置が設置してあり、今後は装置を新しくする予定です。



これからも

患者さんに安心・安全・快適に配慮した放射線科を目指していききたいと思います。



☆臨床検査科

検査室はどこの病院でも、患者さんに直接お目にかかることが少ないですが、血液や尿を、臨床検査技師が分析や検査をしている部署です。

見た目ではわかりづらい体の状態を、最新の分析装置を使って迅速に検査を行っています。また、当該患者さんの過去のデータもパソコンのシステムを使い直ぐに調べることで、医師の診療のサポートをしています。

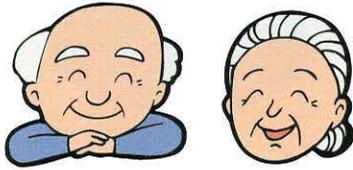


これからも

正確かつ迅速に検査結果を提供できるように、日々努力し、常に新しい情報を取り入れ、検査の質の向上に努めていききたいと思います。



認知症予防のポイント



今回のテーマ 食生活について

田代台病院 精神科看護・介護勉強会 認知症部会

このコーナーでは、「認知症ケアのポイント」から「認知症予防のポイント」へ視点を変えて連載を始めたいと思います。最初のテーマは「食生活」です。

認知症を予防する食事は、生活習慣病（糖尿病・高血圧症・高脂血症・心臓病等）を予防することに繋がります。特に糖尿病は、本誌第5号で有田医師の記述にあるように、認知症と深い関係があると報告されています。認知症を予防し、健康で過ごすためには、栄養バランスのとれた食事をするのが大切です。

「まごたちわ やさしい」は食生活改善の合言葉と言われており、生活習慣病を予防するバランスの良い食事の覚え方です。意識して積極的に取り入れてみてはいかがでしょうか？

「まごたちわ やさしい」

- ま** …まめ類・大豆
大豆製品（豆腐・納豆・みそなど）
タンパク質、マグネシウム、レシチン
- ご** …ごま（ほうれん草の胡麻和え・ピーナッツなど）
抗酸化栄養素、ビタミンE
- た** …たまご（高野豆腐の卵とじなど）
ビタミン、ミネラル、タンパク質
- ち** …チーズ・牛乳・乳製品（ヨーグルトなど）
タンパク質、カルシウム、ビタミンB2
- わ** …わかめ・ひじきなどの海藻類（ひじきと大豆の煮物など）
カルシウム、鉄分、ミネラル
- や** …野菜（かぼちゃ・人参・ブロッコリーなどの緑黄色野菜）
抗酸化栄養素、ビタミン、食物繊維
- さ** …魚または肉（鯖・鰯などの青魚や豚肉・鶏胸肉など）
神経細胞の活性化DHA、EPA
- し** …しいたけなどのキノコ類（しめじ・えのきなど）
ビタミンB1、ビタミンD
- い** …イモ類（じゃがいも・さつまいもなど）
食物繊維、ビタミンB1、ビタミンC



デイ・ケア
なごみ通信

～初詣 (1月)～



寒さもまだまだ厳しい中、今年の初詣は宇部市にある琴崎八幡宮へお参りしてきました。

手を合わせる姿から利用者の皆さんの真剣な様子が伝わってきます。後で聞いてみると「1年間健康でありますように」「幸せになりますように」など、思いおもいの願いごとをされたようです。

帰りはサンパークあじすへ行き、うどんを食べ、身体も心もポカポカ温まりました。「来てよかったね」、「楽しかった」と笑顔もみられ、大満足の初詣となりました。



「初詣」という季節のイベントにおいて楽しさや懐かしさを体感することは、脳の活性化や心のやすらぎへとつながる効果が期待できます。また、屋外に出ることで、外部からの刺激も入り、適度な運動にもなります。時には外の空気に触れ、季節を感じてみてはいかがでしょうか。

作業療法士 岩本 浩行

お 知 ら せ

「なごみカフェ」のご案内

表紙面でも「なごみカフェ」のオープンの様子をお伝えしました。皆様のお越しをお待ちしています。

ご不明な点があれば、お気軽にお問い合わせください。(担当：篠田)

日 時：毎月第2土曜日 AM 9:00～PM 3:30

(ご都合の良い時間にお越し下さい。)

場 所：田代台病院 デイ・ケアなごみ

参加費：お一人 300円 (飲み物・お菓子)



編集
後記

インフルエンザが流行しており、当院でも予防のため、手洗い・うがい・マスクの着用を励行しています。また、今号では認知症予防のポイントと題して日頃の食生活を取り上げています。何事も「予防」が一番大事であることは分かっていますが、身につくまでには時間がかかったり、いつの間にかやめてしまったことがたくさんあります。みなさんも無理なく簡単にできる予防で健康づくりをしてみてくださいはいかがでしょうか。

(阿部)