

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。

日本医療機能評価機構
認定第 JC1735 号

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。

第13回ミニ・フォーラム in なごみ

ミニ・フォーラム in なごみ実行委員会

10月14日（日）、第13回ミニ・フォーラム in なごみを「認知症カフェを通じた地域とのか
かわり」をテーマに開催しました。

誰もが発症する可能性がある身近な病気、認知症。とりわけ高齢化率が全国平均を上回る
美祢市では、深刻な問題です。できるだけ住み慣れた場所で暮らしていけるような社会の実
現のために、様々な取り組みが行われています。

その一つが「認知症カフェ」です。認知症カフェは、認知症の人やその家族、医療や介護
の専門職、地域の人などが気軽に集まり、相談やお互いの情報交換、娯楽などでリフレッシュ
などをしてもらう憩いの場としての役割が期待されています。現在、美祢市内では7箇所の
カフェが運営されています。

基調講演では、美祢市の「札幌クリニック」院長の札幌博義（ふだばひろよし）先生をお

招きして、「地域の人を支える」と題してお話しい
ただきました。先生は脳神経外科医・認知症サポ
ート医として地域医療に従事されており、美祢市内
の認知症カフェとの関わりも多く、認知症の人と
の関わり方や認知症カフェの意義やあり方などを
教えていただきました。

次に美祢市地域包括支援センターの認知症地域
支援推進員の河田麻奈未さんより、認知症の人が
行方不明になった際の早期発見・保護につなげる
ための「オレンジネットワーク」や、認知症を正
しく理解し見守る「認知症サポーター」の養成、

美祢市内の認知症カフェ

- ・ありがとうカフェ
- ・えむカフェ
- ・おしゃべりカフェ
- ・カフェゆいしん
- ・ふれあいカフェ しえんて
- ・ほっとカフェ

- ・なごみカフェ

美祢市地域包括支援センターの活動など、美祢市の取組みが紹介されました。

また、美祢市内の認知症カフェ関係者にお集まりいただき、パネルディスカッションを開催しました。それぞれのカフェの様子や特徴を紹介されるなかで、参加には認知症本人の参加もあるが認知症の家族を持つ者同士で話ができる場所の提供をして楽しかったと感じて帰ってもらえるよう心がけている、認知症予防も行っているなどの話がありました。

このたびは講師・パネリストの方々、ご来場いただいた皆さん、ご参加ありがとうございました。これからも認知症カフェが地域の高齢者が安心して生活できるまちづくりに欠かせない存在となるよう努めていきたいと思ひます。

皆さんも一度「認知症カフェ」に足を運んでみてはいかがでしょうか。

レポート 収穫祭ウィーク

10月22日(月)～26日(金)

作業療法科



健康増進を目的に、院内の畑で園芸を行っています。今年も春から秋にかけサツマ芋を育てました。苗植えから始まり収穫を終え、調理して食べる行事がこの収穫祭です。

採れたサツマ芋は例年よりは少な目のおよそ25kg。一週間を通じ、スウィートポテトや芋しる粉等、参加される方の声に答えながら、食べやすさや好みを考え、その日のおやつ作りを行いました。

した。この期間、浄土真宗美祢東組寺族婦人会の皆さんにもボランティアとしてご協力いただきました。

近年、高齢者の心身の健康に、食との関係が注目されています。栄養バランスのとれた食事などに加え、食につながる活動を行うことがやる気といった思考を支えていくというものです。出来ることに携わる、役割にあわせて心身を動かすというのはたっらきかけは、入院生活では遠のきがちですが、生きる意欲につながる大切な思考の一つです。



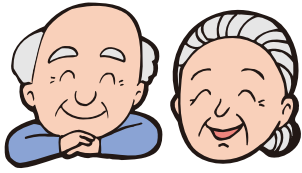
この一週間、たくさんの患者さんが自身で役割を担われ、なごやかな雰囲気の中で収穫祭を行うことができました。私たちも、入院生活の中で食べる力や喜びがいつまでも続く

よう、活動を介して一緒に分かち合いたいとあらためて感じました。一年が過ぎる早さを感じつつお互いの労をねぎらいながら、まさにこの秋を食す一週間でした。





認知症予防のポイント ～食事編～



今回のテーマ

「過食対策に低カロリーおやつ」

栄養科

今回は、「認知症予防」とは少し異なります。

認知症の人は病態のひとつとして今食べた事を忘れてまた食べて過食になる事があります。とりわけ甘い物には目がありません。「目を離した隙に、おまんじゅう 1 箱を平らげていた」などの事例も報告されています。そこで、たくさん食べても太りにくい人口甘味料などを使い、旬の食材で低カロリーのおやつを作ってみてはいかがでしょうか。（とはいえ体重には注意が必要です。）

人工甘味料でカロリーダウン 「抹茶風味の芋ようかん」

材料（つくりやすい分量）

さつまいも（皮をむいて一口大に）	1 本 (約 250 g)
寒天（パウダータイプ）	4 g
A { 人口甘味料（顆粒）	30 g
抹茶	大さじ 1



作り方

- ① さつまいもをたっぷりの湯でゆでて、つぶす。
- ② 鍋に水500cc、寒天、①を入れ混ぜながら火にかける。沸騰したら弱めの中火にし、よく混ぜ合わせたAを加えて、2～3分練り上げる。
- ③ 流し缶などの容器に入れ、粗熱がとれたら冷蔵庫で冷し固めて切り分ける。

このレシピ（30g）でカロリーを比べてみると…

砂糖 使用時：445kcal

人口甘味料使用時：330kcal



115kcal の差！！

プラス 1
MEMO

ラクラク！保存テク

数日なら冷蔵保存可能。長く楽しみたい時は、密閉容器に入れて冷凍すると2週間ほどもちます。食べる数時間前に冷蔵庫にうつし解凍を！

デイ・ケア なごみ通信



山口ゆめ花博へ行ってきました！！



9月14日～11月4日まで第35回全国都市緑化山口フェア（通称山口ゆめ花博）が山口きらら博記念公園で開催され、なごみも9月28日（金）に利用者さんと職員総勢27名で行って来ました。

多くの来場者に交じり、1000万本の花が咲き乱れる中、花のゾーンを訪れました。「まあ綺麗なね」「よく咲いているね」「人が多いね」「今日は天気が良くてよかったね」と利用者さん1人ひとり感想もさまざま



で、花のゾーンを賑やかに散策できました。

さらに、きららドームの中は各流派の生け花の展示がありました。華道家の假屋崎省吾さんが来場してお花を生けられたようでしたが、残念ながら見ることはできませんでした。しかし、各流派の生け花は、普段見ることの出来ないようなもので圧巻でした。「どこの流派かね」「何の花かね」「すごいね」「見たことない生け方」ここでも利用者さんは感動に包まれていました。

今回、少し遠出をして山口ゆめ花博に行きましたが、天候にも恵まれ、見事に咲き誇る花々に、利用者さんは皆さん笑顔になりました。なごみに帰ると「どこ行ったかね」と言う利用者さんも何人かいらっしゃいましたが、それも大きな笑い包まれ、終始楽しい時となりました。

普段このような全国的な博覧会になかなか出向く機会がない利用者さんが、広大な敷地と自然の中、身近な距離で目で見て、肌で感じることは外出する事の喜びと気分転換、そして笑顔に繋がり、毎日を楽しく過ごすための一助になったのでは、と思います。



なごみ室長 篠田 典恵

編集 後記

山口ゆめ花博も盛況のうちに閉会しました。みなさんは何回お出かけになりましたか。きれいな花に癒された方も多かったのではないのでしょうか。忙しい日常の中でも、野に咲く花をめでるゆとりを持ちたいものです。（梅本）