



# 鹿鳴草

2018  
February  
第20号  
Shikanakikusa

## Contents

1. ●今月の特集  
「お中元」  
○cover episode  
「お中元について」
2. ●フロア紹介  
1階 泉鳥・慶豊
3. ●2階 大空・宝龜
4. ●3階 天應・天平
5. ●デイサービス便り
6. ●医務便り  
○管理栄養士のコーナー
7. ●私のお気に入り
8. ●「敬老祝賀会&秋華祭」開催のお知らせ
9. ●ハレコベちどり  
開催のお知らせ
10. ●宮本先生のコーナー  
「せん妄について1」  
○編集後記

### 「お中元について」

夏のご挨拶ともいわれるお中元は、お世話になってる相手方へ日頃の感謝の気持ちを込めて贈るもので、日本で始まったのは室町時代からと言われています。お世話になった相手や家族・親戚へだけでなく、最近では頑張っている自分へのご褒美として買う人も増えており、時代と共にお中元も徐々に様変わりしているようです。

お中元の元となった「中元」の旧暦七月十五日は、地官赦罪大帝（ちかんしゃざいたいてい）という名の「人の犯した罪を許してくれる神様」の誕生日で、本来の中元には「罪を償う」という意味が込められています。室町時代に日本にきた中国の中元は、日本の風習であっ



た「お盆に親戚やご近所へ祖先の霊を祀るためのお供え物を配った習」と相まって「お盆の頃には、お世話になった人へ品物を贈る」行為に変わったようです。

現在では、お中元に込められる意味も「夏の挨拶」「日頃の感謝」「末永く、変わらないお付き合いをお願いします」「夏の、暑い間にお身体を壊していませんかという気遣い」と様々であり、品物と一緒に近況を伝えたり、「コミュニケーションの一つにもなっているようですね。皆さんも、普段連絡を取る事ができない方へ夏の元気なご挨拶や、お世話になっている方へ日頃の感謝を込めて「お中元」を贈ってみては、如何でしょうか。

## 管理医師

宮本先生の健康にまつわる四方山話

### 精神科シリーズ 「せん妄について」【その1】



介護施設で働く介護者にとってしばしば遭遇し、対応に一番てこずる病態がせん妄です。大変重要な病態ですので何回かに分けてお話ししてみましよう。

せん妄に関しては医学教育の段階からもう一度練り直さないといけない問題だと思えます。非常に軽視され過ぎてきました。大学ではほとんど扱われていない為、実は実地臨床ですごく遭遇しているのに、どうしたら良いのかドクターも学んでいません。結論から言うと、せん妄と言うのは意識障害です。内科疾患です。精神科疾患じゃありません。認知症でもありません。体の病気なのです。まずはここから認識を変えて下さいね。

精神科は脳を扱う学問ですが、脳の中に色々な活動があります。感情面、睡眠、意欲、認知、思考、知覚云々、ところがメインスイッチは、この意識なんです。

脳という人間にとってはスーパーコンピュータ、メインコンピュータの電源がちゃんとしていること、これが大事です。パソコン同様パソコンと作動して、色々な活動が開始される訳ですね。で、意識そのものがうまく働いていない、障害されている、だからこそ色々な症状が出ちゃうんです。安静を保てず点滴を自己抜去・活動性が低下して離床が進まない。夜中にふらふら歩きだし転倒等々何でもあり、症状のデパートですね。何が起きてもおかしくない。この様な状態が続くと本当に苦しいと思います。

また、よく間違われるのが、「この患者さんは急な入院で、環境の変化があるから、だから帰りたいと言うのだろう」これは違います。環境の変化で、心理的な問題で意識障害は来しません。どんなにガラスのハートの持ち主でも、例えば、寝床の枕が変わった、それで意識障害を来しますか？

(No)「〇〇さん大丈夫ですか？大丈夫ですか？先生！来て下さい！呼びかけに反応しません!!」

(Dr)「これはどうやら寝床の枕が変わったことによる意識障害だ。枕を変えれば回復する..」どうでしょう。そんな話はないですよね。だから、意識障害が起きるには、それ相應の理由があるんです。それ相應の反応が体に起きています。だから「心理的な問題、そのストレスを解決すれば、せん妄は落ち着く

## 編集後記

雨期も終わり日差しが照りつける気候になってきました。読者の皆様も体調管理がたいへんな時期になり、思い思いの方法で暑さを乗り切られる事かと思えます。最近室外よりも室内での熱中症が起りやすいそうです。これから季節はこまめに水分補給を取り掛けるようにしてください。暑い夏を乗り切りましょう。又、食中毒の時期でもありますが、手洗いを徹底していきましよう。利用者様の体調管理も忘れずに行っていくたいと思います。

(編集部 平下)



んじやなかるうか」これは大きな間違いなのです。

なのでそのまま家に帰して何も変わりません。意識障害の治療をせねばいけないのです。では続きは次号をお楽しみに。

# ルコパちどり 開催のお知らせ

★開催日 8月9日(火)

13時30分～15時まで

★場所：テイフロア



皆様のお越しをお待ちしています♪



季節の飲み物として「アイスフロート」をご用意しています。



一階  
朱鳥・慶雲ユニット



4月、お花見でに山麓公園に  
いってきました。少し肌寒いよ  
うでしたが、家族様と一緒に外  
でオヤツを食べたりと楽しく過  
ごせました。



天気の良い日には、屋上で日向  
ぼっこをしたり、ラジオ体操を  
します。日常の「コマ」です。



おやつレクリエーションで「クレー  
プ」を作りました。  
「作るよりも、食べる方がいね」と  
皆様仰ります。



(1階職員 住友)



二階  
大宝・宝亀ユニット

3月に明石焼きシクを行いました、皆様と一緒に鍋を囲みながら焼いて食べた所とても美味し  
いと喜んで下さりました。

敬老祝賀会・萩華祭のご案内

今年の敬老祝賀会と萩華祭は・・・  
9月16日(日)



今年の敬老祝賀会と萩華祭は同日に開催する予定です。詳細は後日ご案内いたします。



福祉車両を寄贈して頂きました



公益財団法人森田記念福祉財団様より福祉車両を寄贈して頂きました。大切に使用させていただきます。ありがとうございました。



4月には恒例のお花見ドライブを楽しみました。生駒山麓公園にて桜の木の下でジュースを飲まれたり桜並木を通ったり普段と違う雰囲気味わって頂けたのではないかと思います。



春も過ぎ、天気が過ごしやすくなります。





1階 M・T 様

私が最近、気に入っているのは、横浜の義理の息子がくれた「ぬいぐるみ」です。



2階 K・M 様

誕生日祝いに頂いたクッションです。寝るときにいつも使っています。

私のお気に入り！



3階 H・Y 様

新しく買ってもらったカバンです。素敵でしょ♪



デイサービス T・F 様

大好きなデイサービスで初めて誕生日のお祝いをしてもらい感無量でした。

三階  
天応・天平ユニット



5月末日、ご家族と一緒にデイフロアにて食事会を開きました。いつもよりちょっぴり豪華なメニューに皆様喜ばれていました。



(3階職員 浅井)



# デイサービス 便り

「デイサービス」での季節ごとのイベントをご紹介します。まずは「買い物レクリエーション」です。利用者様と職員で平群町にあるスーパー「イオンビッグ」に行きました。利用者様は思い思いに店内を回り買い物をされ喜ばれておりました。



もう一つは「たこ焼きレクリエーション」です。利用者様と職員で協力して生地を流し込んだりひっくり返して出来たのたこ焼きをお口いっぱい頬張りながら「熱々で美味しいわ」と笑顔があふれました。

(デイ職員 堀岡)

## 医務便り

皆様、初めまして。

四月一日に高山ちどりより異動で萩の台ちどりに配属となりました看護師の水窪雅世みずくま まよです。皆様が笑顔で過ごす事が出来ます様に、私も笑顔で頑張りますので宜しくお願い致します。

さて、いよいよ夏本番！皆様は「かくれ脱水」という言葉をご存知でしょうか？脱水症状は進行するまで、これといった症状が出にくいのが特徴です。脱水症になりかけているのに、本人や周囲がそれに気が付かない為、有効な対策が取れていない状態を「かくれ脱水」



と呼びます。脱水症は様々な状況で起こり、その前触れとなる「かくれ脱水」はいつでもどこでも起こります。

特に注意したいのは・・・  
①屋内②夜間③運転中この三つのシチュエーションです。室内だからと言って安心せず、扇風機やクーラーを活用し、こまめな水分補給を心掛けましょう。

水分補給をする時は、あわせて塩分も補給する事を忘れずに！かくれ脱水に注意し、元気に夏を乗り切りましょう！！

(医務室 水窪)

## トランス脂肪酸は体に悪い？

あぶらには常温で液体のあぶら(油)と固体のあぶら(脂)があります。これをまとめて油脂と呼んでいきます。トランス脂肪酸は油脂に含まれる栄養素の一つです。悪玉コレステロールを増加させ、動脈硬化や心臓病のリスクを高めると言われています。トランス脂肪酸には天然に食品に含まれているものと、油脂を加工・精製する工程でできるものがあります。

揚物などのファストフードや、パンや焼き菓子などが主要な摂取源になります。日本ではトランス脂肪酸の摂取を総エネルギーの1%未満とするよう勧告してい

ますが、現在の食生活では0.3%と推定されています。

しかし食事から摂る脂質が多い場合はトランス脂肪酸の摂取量も多くなります。バランスのよい食生活を日頃から心がけるようにしましょう。

(管理栄養士 榎井)

