



鹿鳴草

2018
November
第21号
Shikanakikusa

Contents

1. ●今月の挿絵
「紅葉狩り」
●cover episode
「紅葉狩り」の由来
2. ●ラン伴 2018 奈良
参加報告
3. ●フロア紹介
1階 朱鳥・慶雲
4. ●2階 大宝・宝亀
5. ●3階 天応・天平
6. ●サービス便り
7. ●医務便り
●栄養便り
8. ●私のお気に入り
9. ●ハレコペちどり
出張デパート開催報告
10. 11
●敬老祝賀会&萩華祭
12. ●宮本先生のコーナー
「せん妄について」
●編集後記

「紅葉狩り」の由来

秋も深まり行楽シーズンになりましたね。秋の風物詩として「紅葉狩り」がありますが、紅葉を鑑賞するのに何故、「狩る」というのでしようか。今回は、この紅葉「狩り」についてお話したいと思います。由来の一つに、昔「狩り」という言葉は、獣を捕らえるという意味にしか使われていませんでした。それから鳥や小動物を捕らえる事にまで広がり、更には植物を取る事にも使われる様になり、きのこ狩りや薬狩りの様に「山に分け入って何かを探ってくる」事にも使われる様になったのです。ちなみに薬狩りとは、薬草や鹿の若角を取る行事で鹿茸といひ、鹿の角が生薬として使われていたそうです。そういった事から、紅葉を見に行く際にも山に分け入りもみじなどを拾い集めていた様子から「紅葉狩り」と呼ぶようになったと考えられています。また、昔は桜を見る事も「桜狩り」と呼んでいたそうですが、江戸時代には山間部だけではなく都市部でも当たり前に桜を見る事が出来るようになり、桜を鑑賞する為に遠出をする事が減っていったそうです。一方で紅葉の鑑賞は野山へ出かける必要があるという背景があり、次第に「桜狩り」という呼び方は使われなくなり「紅葉狩り」だけが残ったようです。「狩り」という言葉の由来を追うと、様々な文化の変化を知る事ができます。変化する文化の中でそれぞれの時代に生きる人々がどの様に紅葉狩りを楽しんでいたか想像すると、少し面白い気がします。先人達がどんな風に紅葉狩りを楽しんでいたか、今年の紅葉狩りに出かける際はそんな事を思い浮かべてみても楽しいですね。



ぶようになったと考えられています。また、昔は桜を見る事も「桜狩り」と呼んでいたそうですが、江戸時代には山間部だけではなく都市部でも当たり前に桜を見る事が出来るようになり、桜を鑑賞する為に遠出をする事が減っていったそうです。一方で紅葉の鑑賞は野山へ出かける必要があるという背景があり、次第に「桜狩り」という呼び方は使われなくなり「紅葉狩り」だけが残ったようです。「狩り」という言葉の由来を追うと、様々な文化の変化を知る事ができます。変化する文化の中でそれぞれの時代に生きる人々がどの様に紅葉狩りを楽しんでいたか想像すると、少し面白い気がします。先人達がどんな風に紅葉狩りを楽しんでいたか、今年の紅葉狩りに出かける際はそんな事を思い浮かべてみても楽しいですね。

宮本先生の
健康にまつわる四方山話

管理医師
精神科シリーズ
せん妄について『その2』



(前回の続きからです)
今回はせん妄の分類についてです。医療従事者だったら誰でも知っている大暴れをする症状、これを過活動性せん妄と言います。ところが逆に見過ごされていたり、知られていないのが、低活動性せん妄です。実はこれが厄介なのです。この症状が入院期間を長くしたり、或いはスタッフが対応に疲弊したりする原因となります。どんな症状かと言うと、体の治療はあらかた終わっている、でも何か日中は元気がなくて、寝てばかりいる。Drが「体調はどうですか？」と伺うと、目を開けて「ハイ」か「イイエ」みたいな単調な感じで答える、或いは頻回にナースコールを押し、やたら不定愁訴が多いなど、そういう症状が続きます。こうなりますと入院期間がどんどん長くなってしまいます。また同じ患者さんでも入院の時期によって変わってきます。術後とかに結構大暴れしていた人も、それが徐々に今度は

低活動に推移してきます。これがよくある症状です。「せん妄と認知症。これはどう違うのですか？」と聞かれる事がありますが、全く根本的に違います。メインスイッチがショートしているのがせん妄で、意識障害です。認知症というのは、脳の中の色々ある機能のうち的一部分、認知機能が障害されます。メインスイッチが一部分かの違いで全く別物です。これをどう区別するかと言うと、発症様式で分かります。せん妄は急に始まり意識障害の原因となるイベントが起きてから症状が起きます。それに対して認知症は基本、脳の慢性疾患なので緩やかです。入院してから急に脳が変性した、そんなことはありません。数か月単位、年単位で症状が起きます。経過もせん妄の方は、体の問題であるので、意識障害の原因が解決すれば何事もなかったかのようになり戻ります。でも、認知症の場合は変性疾患ですから、残念ながら持続してしまふ。「症状の動揺性」これもポイントなんです。認知症の場合は脳が変性してきますので、ずっと一緒なんです。朝、その人と対応して、昼に対応しても同じなんです。それに比べてせん妄の場合は、変動性があります。昼間は割とまとめで、会話が出来たりしますが、夜になると人柄が変わったようになります。また、意識についてですが、せん妄の方は意識障害なので、混濁しています。ところが認知症はメインスイッチはショートしていませんので基本、意識障害ではないのです。言うことが噛み合わなかったり、頓珍漢かもしれないけれど、意識は清明なのです。知覚の障害、幻覚といわれるようなものです。これは認知症ではそんなに、メインとなるものではないのですがせん妄では起こり得ます。時々、ご家族からこんな話を聞きます。「うちの婆ちゃんはおかしいだねえ、骨折して入院してからボケはじめてねえ…」それは認知症ではない可能性が高く、おそらく、せん妄の症状です。それがまだ続いている様であれば、せん妄の状態が遷延しているだけです。改善するチャンスは大いにあるかもしれません。では続きは次号をお楽しみに。

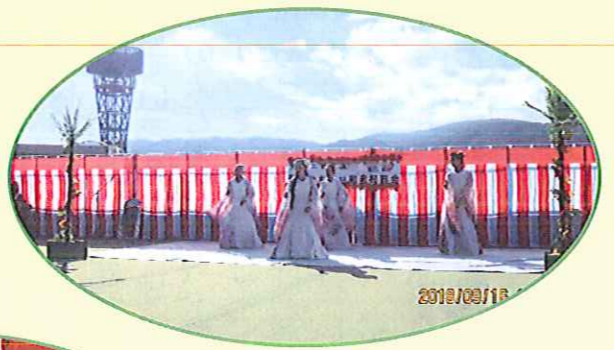
編集後記

すっかり秋も深まり過ぎやすくなりました。今年の夏はとても暑く、体調を整えるのが大変だったと思います。台風や豪雨、地震といった自然災害も関西地域に大きな爪痕を残していた年となりました。幸いにも当施設の周辺では大きな被害もなく、ご利用者、職員とも無事に過ごせていることに改めて感謝の気持ちでいっぱいになります。その反面、各地で被害に見舞われ、未だ以前と同じ生活に戻ることが出来ない状況をテレビ等で見ると心苦しく、一日も早く心安らぐ生活に戻る事を願うばかりです。来年は元号が変わり「平成」は最後になってしまいます。これ以上何もなく、新しい年の幕開けを笑顔で迎えられますように。

(編集部 浅井)

「第3回萩華祭」開催報告

今年の「萩華祭」は、天気にも恵まれ当日は多くの家族様に参加していただきました。昼食は模擬店からお好きな物を選んで召し上がって頂き、催し物ではボランティア「LEDバンド様」のギター&ピアノライブと「Hula Hoaloha (フラ・ホアロハ) 様」のフラダンスショーがあり、とても盛り上がりました。



ラン伴 2018 奈良 参加報告



10月7日にラン伴2018奈良に参加しました。ラン伴は、「認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けられる街づくりを目指す」というテーマの下、認知症の人と伴にタスキを繋いで走る日本縦断リレーマラソンです。ちどりでは、萩の台駅前でタスキを受け取り、ご利用者と職員が施設を目指して歩きました。約700m程の距離でしたが、道中では大会運営の方にご協力頂き、ご利用者、職員の盛大な応援もあり無事にゴール、次の走者にタスキを繋ぐ事ができました。「いい思い出ができた」と参加されたご利用者もとても喜ばれていました。社会貢献事業の一環として、この活動がより多くの地域や住民の方々にも広がっていただけるよう来年も参加したいと思っています。



敬老祝賀会 開催報告

今年の「敬老祝賀会」は、初めての試みとして3階のバルコニーで開催、午後からは秋祭り「萩華祭」を行いました。今年も利用者様の長寿のお祝いが出来たことを嬉しく思っております。皆様おめでとうございます。



萩の台ちどりで最高齢となる102歳を迎えられました。



一階 朱鳥・慶雲ユニット

七夕飾りをつくり、皆さんで書いた短冊を飾りました。健康に関する願い事が1番多くありました。



夏の終わりに、屋上で花火を行いました。「煙たい」と言われながらも、何故かずっと笑顔で楽しそうにされていました。



夏のレクとして、たこ焼きとスイカ割りを行いました。夏らしい食べ物に、皆さんも食が進みました。

第8回 hale cope chidori. 開催報告

H 30.8.9 (木) 13:30~15:00

交流サロン「ハレ・コペ・ちどり」を開催しました。今回は「夏」の季節限定メニュー、「バニラアイス」と「ミニゼリー」が登場。いずれも大好評で注文が殺到しました。家族様にも来ていただき団欒のひとときを過ごされました。



第1回 出張デパート開催報告

H30.7.26 (木) 13:30~15:00

デイフロアを利用して、業者の方に来て頂き、出張デパートを開催し、期間限定の食べ物や洋服の販売がありました。また「こんな物が欲しい」といった要望にも応えて下さるとの事です。入居者様の希望をお聞きして今後も開催していきたい思います。



二階
大宝・宝亀ユニット

スイカ割りを行いました。ひとり、ひとりが夢中になってスイカ割りを楽しまれていました。



久美次会の皆様にお越し頂きました。一緒に身振り手振りで踊られ楽しい時間を過ごされました。





三階
天心・天平ユニット



夏の恒例行事「スイカ割り」
を行いました。皆さん、職員
と協力しながら上手にスイ
カを割ってくださいました。
その後はおやつの時間に美
味しくいただきました。



二階 宝亀ユニット
N・S 様

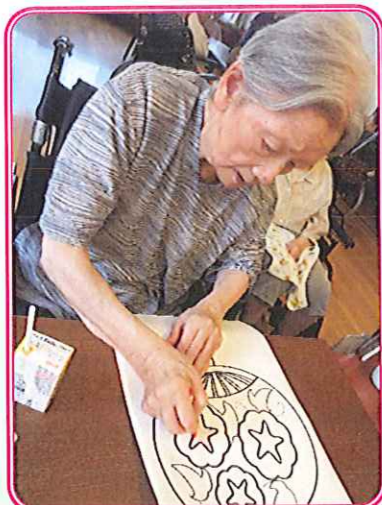
この子かわいいでしょう♪♪
柔らかくて気持ちいいです。



一階 朱鳥ユニット
I・A 様

家族様が持って来てくださる「ヤク
ルトジョア」がお気に入りです。どん
な味でも美味しく頂いています。

私のお気に入り!



皆さんと一緒に「ぬり絵」や
「ちぎり絵」をしました。
職員とおしゃべりをしながら
とても楽しそうに作業されて
いました。



三階 天平ユニット
U・N 様

誕生日のお祝いをしてもらった
記念のプレゼント。素敵でしょ♪



デイサービス
I・S 様

私はデイサービスでみんなと一緒に
ゲームを楽しむことが大好きです。

デイサービス 便り

デイサービスでは9月9日に敬老祝賀会を開催致しました。食事会やボランティア様によるサックス演奏会、そして敬老のお祝いと楽しいひと時を過ごしました。

今年は例年になく利用者様始め、たくさんの家族様にもご参加していただき思い出に残る敬老祝賀会になりました。

(デイサービス 堀岡)



医務便り

「余暇の楽しみ方」

その1

生駒に住んではや二十二年、様々な景色に心癒される歳になりました。例えば、道端に咲く野花、トンボや蛙、燕などに四季を感じ自転車通勤を楽しんでおります。また、数年前より西国四十九薬師如来巡礼も始めました。年寄り臭いでしょうか？でも今“御朱印女子”が行っていますよね？。私たちの心身の病気、心の苦悩を安楽に導いてくださるのが、お薬師様です。第一番目は奈良の薬師寺。「苦を転じて楽とする」すべてのものは移り変わり、同じ状態を継続することが出来ないというのが仏教の教えです。人生にとって大切な

ことは、楽しい時に浮かれることなく苦しい時にはその苦を、いかに対処し乗り越えていくかということだそうです。「なるほど！」などと少しポジティブな気分コントロールされながら境内を歩くと、なんと美しい蓮たちが庭一面に咲き誇っていました。感動したり癒されるそんなひと時、心のゆとりが人生には大切ですね。

(医務室 今村 美幸)



栄養便り

「萩の台カレー 名物カレー」

今年の夏はとても暑く、9月にはいると毎週のように台風がきました。とくに台風21号は関西で甚大な被害が与えました。

天候不良が続く真っ只中、うまく台風を避けて、9月16日に萩華祭を開催しました。朝まで雨が降っていましたが、開催中は雨もなく、天候にも恵まれました。

今年初めて屋上で行い、背景には生駒山がとてもしっかりと見えました。今回が3回目の萩華祭ですが、模擬店メニューは少しずつ変えています。その中で1回目より定番メニューのカレーがあります。名物「牛すじカレー」です。隠し味が入っ

ていますが、ここでは秘密にします。来年以降もメニューに入りますので、ぜひご賞味下さい。

(管理栄養士 榎井)

