

NEXT
55



みんなの力で、みんなの幸せを
SAWARABI

さわらび

1 表紙 家族会より花のプレゼント～第二さわらび荘～

2 医学講話 認知症における妄想への理解と対応

◆福祉村病院 外来診療部長／日本神経学会専門医
日本内科学会認定医／日本認知症学会専門医
認知症サポート医／愛知県公安委員会認知症認定医 継 泰城

6 特集 BEYONDスケーター 今原 実丘

2023
vol.598

2



医学講話



福祉村病院 外来診療部長 / 日本神経学会専門医
日本内科学会認定医 / 日本認知症学会専門医
認知症サポート医 / 愛知県公安委員会認知症認定医

継 泰城

認知症における妄想への理解と対応

はじめに

妄想とは、事実でないことを本当のことのように信じ込んでいることを言います。これは、間違っていることをどんなに丁寧に論理的に説明しても、訂正することができません。

妄想は認知症の介護者を困らせる代表的な症状のひとつです。自分の言うこと(妄想)を誰も信じてくれないと、しばしば興奮や暴力に発展し、家族関係を悪化させ介護破綻をきたすこととなります。

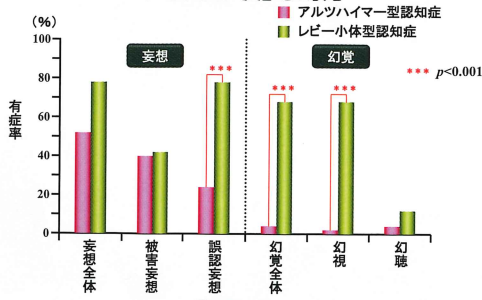
そうならないように認知症の妄想を理解し上手に対応するコツを知っておく必要があります。

認知症における主な妄想

認知症で見られる妄想の多くは被害妄想と誤認妄想です。被害妄想は、自分が他人から様々な被害を受けていると確信する妄想です。それは物盗られ妄想、嫉妬妄想、迫害妄想、見捨てられ妄想などがあります。アルツハイマー型認知症やレビー小体型認知症で約四割に見られます。

誤認妄想は人や場所や物に対して別のものと間違つて信じ込む妄想です。それには替え玉妄想、幻の同居人、テレビ誤認、重複記憶錯誤などがあります。レビー小体型認知症で多く、約八割に見られ、幻視と共に視覚的認知に関連します(下図)。

アルツハイマー型認知症とレビー小体型認知症における妄想と幻覚



Hirono N, et al. J Neuropsychiatry Clin Neurosci. 11: 498-503, 1999

被害妄想

認知症でよく知られている被害妄想は、物盗られ妄想です。本人が財布などをどこかにしまい込んで、そのこ

とをすっかり忘れて誰かが財布を盗ったと言います。多くはいつも家に居るお嫁さんが犯人にされます。「誰も盗つてないよ」と言っても本人の考えは変わりません。

さらに「絶対盗つたはずだ、誰がみんな嫁を連れてきたんだ」と家族を責め続けます。そうなると家族関係が悪化し、最終的に家を出て行かれてしまった家族もいます。

その場合は、犯人扱いされたことに反応するのではなく、妄想の原因である「物が無くなつて本人が困っていること」に対して共感することです。

「物が無くなった? 困ったね」と言い、一緒に探すことです。実際、物が見つかるとも自分の気持ちをかたてくれたことで本人の不安が減つてゆきます。

配偶者が浮気をしていると疑う嫉妬妄想はさらに大変です。「どこで何していた」と帰宅した配偶者を疑いながら、配偶者が近所の人と挨拶するだけで疑います。エスカレートすると、配偶者に対して暴力をふるったり刃物を持ち出したりします。配偶者がいくら説明しても納得はしません。危険な時はとにかくその場から

逃げることです。

嫉妬妄想は、不貞を思わせる配偶者の行為からではなく、認知症に伴う不安な気持ちから起ります。

いつも活発に行動している配偶者に比べ、何事もできず劣っている自分を見捨てられるかもしれない、という不安に陥ります。そして、配偶者も浮気という道徳的に非難されるべき行為をしていると考え、弱い立場である自分自身の不安から逃れようとしません。こういう心理から嫉妬妄想が生まれます。一人でいる時間が多いという考え、不安が増し、妄想が起り易くなります。

この場合はなるべくデイサービスなどを利用し、人と一緒に居る時間を多くすることが予防になります。そして家に居る時は、配偶者が本人の目の届くところにできるだけ居ることです。配偶者が一人で出かけた時は、本人がデイサービスなどで留守の時に呼んでください。

その他の被害妄想には、近所の人や自分の悪口を言っていると思う「迫害妄想」、家族が話をしていると自分を施設に入れようとしていると思う「見捨てられ妄想」があります。どれも孤

独で不安なことが妄想の原因になります。

誤認妄想

レビー小体型認知症の七八歳男性が妻と歩いていて「姉さんはいつもここを歩いているのか」と義理の姉と間違えて話をします。これを誤認と言います。こんなことを言われた方はびっくりしますが、これは脳の勘違いです。顔を完全に忘れてしまったわけではなく、また元に戻ります。私たちがマスク姿や横顔などから、他の人と勘違いするのと同じです。私たちは顔をちゃんと見れば間違いに気づきますが、人は決して間違えているとは思わないので、その時はその人になって相槌を打つてください。そして、一度その場から姿を消して、再び「お待たせ」と言いながら現れてください。そうすると元に戻ることがあります。この誤認が妄想的に発展したのが誤認妄想です。

レビー小体型認知症の八四歳女性は、夫に向かって「あんたは夫と違うから出て行け」と言い、途中で認識が

夫に替わり、夫に「何であんな人を連れてきたんだ」と怒ります。別のレビー小体型認知症の八二歳女性は、病院で「今日は娘がコロナ入れ替わるので、この娘は本物か偽物かどちらでしょう?」と看護師に尋ねます。これは顔や姿がそっくりな偽物に見える誤認妄想で替え玉妄想と呼んでいます。

幻の同居人は「家の中に知らない人が住んでいる」と思う妄想です。テレビ誤認は「テレビで話している人が現実に自分に話しかけている」と思う妄想です。レビー小体型認知症の八〇歳女性は「テレビの人が逃げると言っている」と叫び、家族を家から追い出そうとしました。重複記憶錯誤は「自分の家と全くそっくりな家が別のところにある」という妄想です。これらの誤認妄想に対して、妄想と分かんなければ、通常それを否定し間違いを正すように対応されます。しかし、それは本人が受け入れられず、増々強く言い張るようになります。とにかく否定せずに「そうなんだ」と受け入れることが大事です。そして、「そろそろ食事にしようか」と言っ

別のことに気を向けることです。

おわりに

妄想が明らかに現実にはあり得ないと思えても、まずは受け入れてください。そのことで一番困っているのは認知症の本人です。自分の言うことを信じてもらえないと増々混乱し興奮することになります。そのため、「それは困ったね」と言っ、本人の気持ちを一緒に分かっ、あげてください。そうすることで本人も気持ちが楽になり、妄想も減ってくるはずですが、また、普段から他人と接する時間を多くし不安を取り除き、少し間違えてもやれることはなるべくさせるようにして自信を持たせてください。それが妄想の予防になります。しかし、そうした対応だけで治まらない場合は、薬で治すことができますので、あまり我慢せず早めに専門医に相談してください。

臨床病理検討会からの報告 高齢者の消化管出血の原因 としての大腸憩室

はじめに

今回の臨床病理検討会からの報告は、消化管出血を来した高齢者で、その原因が大腸多発憩室によるものであった症例です。糖尿病と認知症を合併し、脳梗塞後の経過中に消化管出血を示した患者さんです。大腸憩室は高齢者の消化管出血の原因として最も頻度の高い疾患です。その臨床病理所見を概説します。

大腸憩室とは

図1に大腸憩室のシエーマを示します(文献1(Camilleri)から引用)。大腸には元々、壁の外から筋肉の隙間を通じて内側に向かって「vasa recta」

と呼ばれる小動脈が走っています(A)。その血管が通る孔は、筋層がないわけですから当然、他の部位に比べて脆弱です。腸管の分節運動などで局所的に腸管の内圧が上昇することが繰り返されることにより壁の脆弱な部分(筋層がない部分)を通過して、粘膜と粘膜下層および漿膜が腸管壁の外に押し出された状態が「憩室」です(B)。大腸憩室からの出血は「vasa recta」と呼ばれる小動脈破綻によって生じ(C)、憩室内で細菌感染が生じて炎症を引き起こしたものが憩室炎です(D)。

大腸憩室の臨床と病理

40歳代では10%以下ですが、80歳代では50~66%と高齢者で増加し、アジアでは以前から右側結腸に多いとされています。憩室症の75~80%は無症状で経過するとされていますが、時には腹痛を生じ憩室炎を引き起こしたり、出血をきたします。大腸憩室の発生は食物中の繊維の摂取低下によると考えられています。腸管の分節収縮が亢進して内腔が閉塞すると腸管圧が急上昇することが示されています。高齢者では心筋梗塞、脳血栓、脳塞栓などの合併症が多

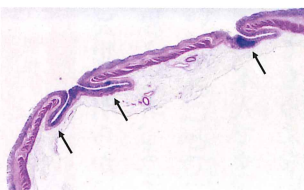
く、NSAIDsの使用頻度の増加、血小板凝固抑制薬剤のリスクも高いので注意が必要です(文献2)。図2に大腸憩室のCT画像を示します。矢印のように大腸の周囲に、黒く真ん中が抜けた小さな円形のもの憩室で、図3は病理解剖で認められた上行結腸の多発性大腸憩室です。大腸の内腔を開き、粘膜面を見たもので、矢印のように多数の小さな穴が認められます。図4には病理組織像を示します。矢印のように粘膜と粘膜下層が筋層を超えて漿膜面まで嵌入して憩室を形成しています。

おわりに

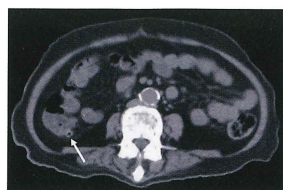
高齢者では貧血の進行、便の色調、CT画像に注意して大腸憩室の合併症の予防が重要と考えられます。リスクとなる糖尿病、腎機能低下、抗凝固薬、NSAIDsなどの服薬に注意して臨床観察をしてゆく必要があります。

文献

- (1) Michael Camilleri et al: Etiopathogenetic Mechanisms in Diverticular Disease of the Colon. Cellular and Molecular Gastroenterology and Hepatology 2020;9:15
- (2) 櫻井幸弘大腸憩室症の病態. Gastroenterological Endoscopy 2005; 47:1204



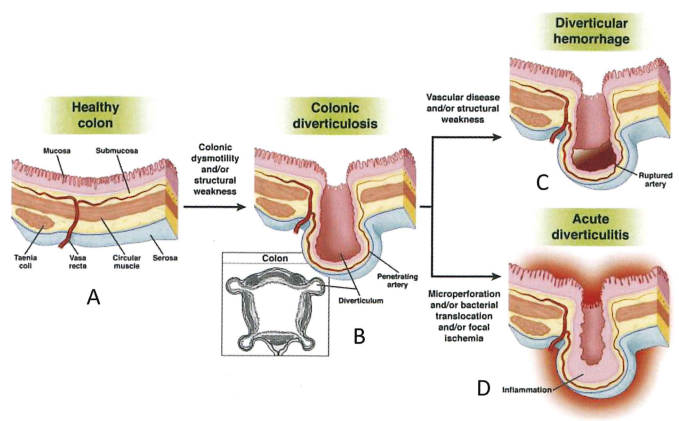
(図4)大腸憩室の組織病理所見



(図2)大腸憩室の腹部CT所見



(図3)大腸憩室の肉眼所見



(図1)大腸憩室の形成メカニズム

介護入門講座に講師を派遣しました ～さわらび荘～



さわらび荘では、介護人材の確保やご利用をお考えの方に対する情報提供、地域への啓蒙活動を目的として専門職の講師派遣を行っています。今回、豊川市のさわらび学園中部福祉保育医療専門学校で行われた東三河広域連合による介護入門講座に理学療法士とケアマネジャーを派遣し、介護の仕事と福祉施設についての講座を行いました。介護の仕事の実際に加え、特別養護老人ホームとはどのような施設かをスライドでのご紹介とともにお話させていただきました。

豊川市や近隣の市町村にお住まいの介護、福祉に関する興味をお持ちの方が20名ほど参加されており、予定時間終了後まで質問が絶えず非常に熱心に聴いていただくことができました。中にはご身内に介護を必要とされている方もみえ、具体的な介護サービス利用に関するご質問や、実際にご家族を介護する際に困っていることもご相談していただきました。

今後もこのような市民講座への講師派遣を通じて地域の方々との繋がりを深め、福祉へのご理解を求めるとともに、さわらびグループの活動を広めていきたいと思っております。

(鳥居)



BEYOND

MAO ASADA ICE SHOW 2022

SKATER

今原

MIKU IMAHARA

実丘

Text/Photography Taro IMAHARA/TIPP



今原実丘さん豊橋市出身 プロスケーターとして凱旋

「ただいまー愛知!」と公演終了後、浅田真央さんの明るい第一声がリンクに響き渡った。昨年の12月17日18日の二日間、浅田さんが座長を務める新しいスタイルのアイスショー『BEYOND』がアクアリーナ豊橋で開催された。

2021年からスケーターの選定、プログラムの構成・選曲・振付・衣装・デザイン・アイスショーのタイトル等すべてが、浅田さんによるプロデュースによって創り上げられ、リンク上の大型ビジョンとサイドパネルに映し出される映像がプログラムに合わせて推移していくという、今までに見たことがないエンターテインメント満載のアイスショーだ。

昨年9月の滋賀公演を皮切りに、すでに北海道から九州まで4か月間で33公演が行われており、愛知公演は発表されている公演のちょうど中間で、昨年の締めめの公演となった。冒頭の浅田さんの「ただいまー」というのは、『BEYOND』のメンバーは浅田さんを含め約半数が愛知県出身のスケーターだからだ。その中に豊橋市出身の今原実丘さんがいる。ここでは演技後の今原さんへのインタビュー等、『BEYOND』のすばらしさを写真グラフィックで紹介する。



カルメンのアラゴネーズでソロパートを担当する

【インタビュー】

本日まで北海道から九州まで全国10か所で公演を行ってきましたが、豊橋公演が始まり、今どのような心境でしょうか？

折り返しという感覚はなく毎公演一生懸命に演技させていたただいています。今後回数など意識することなく、すべての公演に全力で挑みます。昨年から本日まで『BEYOND』を通じてご自身が成長(BEYOND)したと感じることを教えてください。

技術的には、真央さんに教えていただいたコンパルソリーを行うことで技術的に向上していると感じています。沢山の年上の方たちと接する事で、人としても成長していると思います。

浅田さんと出会って一緒に演技ができることは、スケーターとしての一つの夢が叶ったと思いますか？

率直に言いますと、光栄であり、ありがたいです。どの瞬間も『BEYOND』にいられることに感謝して楽しむことができています。

浅田さんは今原さんにとってどのようなお人でしょうか？

スケート技術はもちろん人として尊敬しています。私自身年を取るごとに、いろいろなことが見えてきますが、真央さんの自分の信じるものを信じ、自分の目で見て見極めていくという姿を目の当たりにすると、私も真央さんのような大人になりたいという目標の人です。



往年のジャズの名曲「Sing Sing Sing」での一場面

『BEYOND』のオーディションに参加した動機を教えてください。

私は元来表現することが好きで、ずっと好きでやってきたことが仕事にできたら幸せだなと思っていて、アイスショーには憧れを持っていました。そこに、誰でも応募できる『BEYOND』のオーディションがあると知り、このチャンスを見逃したら一生後悔すると思い応募しました。一次の書類選考を通過し、二次選考のリンクでの演技では、この場にいられる事に感謝し、全力で自信をもって楽しみ、悔いの残らない演技をしようと決めていました。合格した時は、最高に嬉しかったです。中京大学生ですので、今後の環境や生活がどのように変わっていくか不安もありましたが、それらを含めてもワクワク感の方が大きかったです。メンバーになってからは、自分の言葉に責任を持つことを心掛けています。



『BEYOND』スケーターとして、デビューした前後で心境の変化はありますか？

公演前までは、私自身では自信があるつもりでも、心のどこかで自分が信じられないところがあったかもしれません。でも、真央さんはじめ皆と一緒に初公演を滑ったことで、自分の滑りに自信が持てるようになりました。



最初の演目「Sing Sing Sing」は演者全員でフィニッシュを飾る

これまでに一番印象に残っている公演はどこでしょうか？

二つあるのですが、初公演となる滋賀の1回目公演ではとても緊張して冒頭の『Sing Sing Sing』では途中の記

憶がないくらい緊張しました。もう一つは京都での1回目です。多くのスケート選手が見に来ていたので、全員で最高の演技をしようという気持ちが一つになったことです。

仲間のスケーターやスタッフはどのような方たちですか？

『BEYOND』のメンバーはスケーターだけではなく、携わる一人ひとりが尊敬できます。一言でいうと「皆凄い」です。スケーターは真央さんをはじめ、皆が魅力的なのは当然ですが、音響さん、照明さん、他にも多くの人たちがいるのですが、全員がプロフェッショナルです。例えばツアーマネージャーさんは、ツアーの仕切りから、キャストのケアと多忙にも拘わらず完璧に仕事をこなすだけでなく、仕事以外の気配りがすごくできる所を見ていると、自分はまだまだ学んでいかなければいけない事が沢山あると思います。人としてのお手本にしています。

これから抱負を聞かせてください。私の昔からの夢（目標は）振付師になることで、可能であれば真央さんと一緒にできたら私の生甲斐になると思いますが、そうなったら嬉しいです。

今この場にいられる事は、とても幸せなことです。今までにお世話になった方々への感謝を忘れず、目標に向かって進んで行きたいです。

浅田真央さんインタビュ

今原さんへの思いと『BEYOND』にかける気持ちを教えてください。

今原さんについて

初めて見た実丘は、リンクでの即興オーディションの時に、すぐに曲をよく理解して自信を持って滑っていたのが印象的でした。曲に合わせた表情と動きがとても素敵でした。

実丘は、真面目で一生懸命でいつも元氣いっぱい優しい人です。常に学びの心を忘れずに、成長しようとしているのを感じます。

この1年間でたくさんさんの事を経験して、色々な事を吸収して成長できたと思います。「少しでも進化した」という思いから、私のアドバイスをいつも一生懸命聞いてくれて何度も繰り返し練習している姿を見ました。初めて会った時から素敵なスケーターでしたが、この一年でますます魅力的なスケーターになりました。

そして、スケートの練習への姿勢が素晴らしいです。私も実丘と一緒にこれまで頑張って練習をしてきましたが、今でも毎日コツコツと頑張っています。『BEYOND』の舞台では、大好きなスケートを身体いっぱい表現してもらいたいと思います。その中でたくさんさんの事を学び、さらに進化してほしいです。

『BEYOND』について

『BEYOND』は覚悟と進化です。新たなことに挑戦し、色々な事を乗り越えて進化していきたいという思いが込められています。必ずお客様に「最高だった」と思っていただけのように毎公演130%で滑っています。



一度観たらもう一度観たくなるのが『BEYOND』次に観る時には、更なる進化した姿を観られる。※愛知公演が6月10日(土)・11日(日)に「愛・地球博記念公園(モリコロパーク)」で行われる。



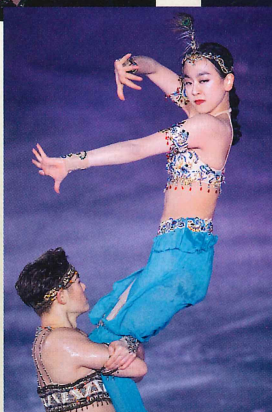
公演後の2ショットに収まる浅田さんと今原さん



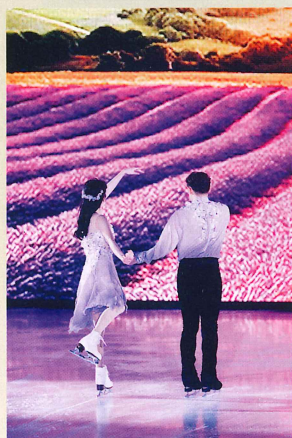
「これは私たちの進化の物語」と浅田さんの声と共に幕を開ける『BEYOND』。浅田さんの華麗でダイナミックな演技を中心に、個性溢れる魅力的なスケーター達が 90 分間ノンストップで織り成すアイスショーで、ジャズ、ミュージカル、モダンバレエ、クラシックバレエを網羅し、観覧に年齢制限はなく、乳幼児からご老人まで楽しませてくれる。



すべての演目で、観客に手が届くような距離感で演技が構成されており、終始観客との一体感が満ちている。群舞でスケーターが一斉にターンする時、靴のエッジで氷を削る音が会場に響くのもアイスショーの醍醐味。『BEYOND』の今後の公演予定は、公式ページで確認できる。



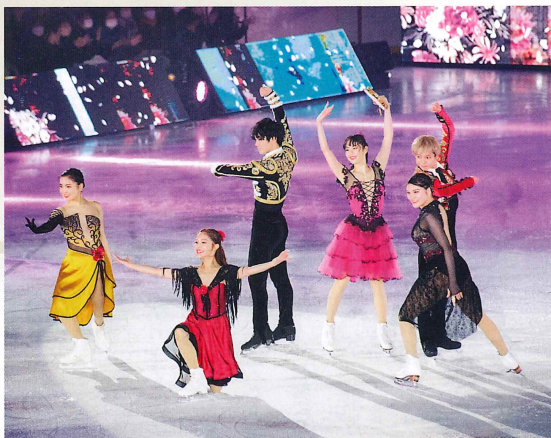
ペアで演技する浅田真央さんと柴田嶺さんは多彩なリフトを組み込み物語を演出する



美しい映像が華を添える



左から山本恭廉さん 田村岳斗さん 中村 優さん



カルメンを舞ったスケーター達



左から小林レオニー百音さん、松田悠良さん、小山渚紗さん、今井 遥さん。スケーターの個性に合わせて個々の長所を引き出す配役がされている

節電に取り組んでいます

〜グループホーム「フジ」〜

昨年の3月頃より、様々な理由による燃料価格の高騰があり、電気料金の値上がり傾向が続いています。フジでは、小さな所から節電に努めるようにしています。

待機電力を削減するために、炊飯器はタイマー予約をやめ、炊き上げる時間を考えてスイッチを入れるようにしました。使用後はコンセントを抜いています。始めた頃はスイッチの入れ忘れでご飯が炊けていないことがあり大変でした。また、電気ポットをやかんに変更して必要量を都度沸かしています。

入居者様の生活の質を落とさない工夫をしながら、これからもできることから節電に努めて参ります。

(白井)



家族会のご協力で 花壇の整備を行いました

〜グループホーム「白珠」〜

白珠の中庭に家族会のご協力で立派な花壇ができました。年2回入居者様とご家族で花の植え替えをしてまいりましたが、新型コロナウイルス以降、残念ながらできていません。今回も希望された入居者様と職員で土入れ、整備、パンジー・ビオラの植え込みを行いました。毎朝職員が水をあげていますが、暖かい日は入居者様も手伝ってください、綺麗に花が咲くのを楽しみにされています。(島本)



地域包括支援センター

〜さわらび地域包括支援センター〜

令和4年12月13日に青陵地区市民館で、「高齢者が公共交通機関(バス)を使うに当たって困ること」をテーマに、自治会長や民生委員他の皆様と、豊橋鉄道株式会社様や市も交えて、地域ケア会議を行いました。

バスの入り口には手すりと共に段差があり、歩行不安定な高齢者が歩行器などを持ち上げてバスに乗車するのは至難の業です。そこで、運転手に気づいていただく良い方法はないかと話し合いをしました。

結論としては、事前にバス会社に電話を入れると対応しやすいことが分かりました。また案として、配慮が必要なことを知らせる「ヘルプマーク」の活用も話が上がりました。

バス会社からは、低床バス以外に降時に車体が低く傾くバスを導入していることや、乗り降りに不安のある団体向けにバスを派遣して「乗り方研修会」も考えていると情報をいただきました。バスに乗ることが楽しみになる話し合いとなりました。(松下)

活動報告

〜福祉村地域包括支援センター〜

12月7日、野依校区と芦原校区の民生委員定例会へ参加させていただきました。

また、12月8日、天伯校区の民生委員定例会へ参加させていただきました。

各校区共に今年から新しく民生委員になられた方が沢山いらっしゃり、私たち包括支援センターの役割についてご紹介させていただきました。

今後も継続して顔の見える関係性を構築していきたいと思っております。

(村井)



▲さわらび地域包括支援センター
地域ケア会議の様子

行事報告

障害者支援施設あかね荘

12月8日、障害者施設のオンライン交流で、体操教室の先生を招いてスローエアロビックスを実施しました。(小寺)



障害者支援施設 珠藻荘

12月22日、23日の2日間、冬至で利用者様にゆつくりお身体を温めていただくため、ゆず湯へ入浴していただきました。(岩水)

地域密着型サービス事業所 カサデヴェルデ

グループホーム利用者様の作ったクリスマスカードと、杉山小学校5年生の皆様が作った貼り絵を交換し、交流を行いました。(若見)



福祉村病院

12月の行事食はクリスマスランチを提供しました。



献立は、エビピラフ、コーンポタージュスープ、照り焼きチキン・人参グラッセ添え、プリンアラモードでした。
クリスマスカードで雰囲気演出もしてみました。(山本)

障害福祉サービス事業所 すみれ

すみれでは12月に正月を迎える準備としてしめ縄づくりをしました。藁を扱う作業は利用者様と職員で手分けして行いました。丸く締めて飾りをつけた完成品を見て皆様とても喜ばれていました。(青山)



障害者支援施設あかね荘

12月26日、年末行事を実施しました。年賀状の作成と、絵画教室の先生とツリーの飾りつけをしました。(杵名)



クリスマス会

障害者支援施設 珠藻荘

12月21日、珠藻荘では自治会主催のクリスマス忘年会を行い、利用者様によるハンドベル演奏やスライドショー、昼食にはチキンとケーキなどを食べられ、カラオケ大会、サンタよりプレゼントをもらい、とても楽しい1日となりました。(岩水)



福祉村障害福祉サービス事業所しるがね

12月21日にクリスマス会を開催しました。クリスマスソングに合わせて楽器を鳴らしたり、ケーキにデコレーションをしたりして利用者様の笑顔がたくさん見られました。(藤井)



軽費老人ホーム 若菜荘

若菜荘自治会からクリスマスプレゼントで、明日香のクッキーを福祉村保育園に、音楽CDを珠藻荘自治会に、缶コーヒをあかね荘自治会に贈りました。(白石)

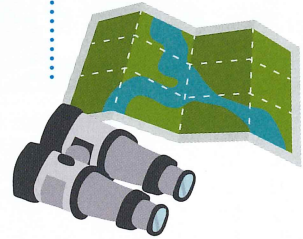
医療法人さわらび会

12月のレクリエーションで福祉村病院、介護医療院、ジユゲムそれぞれのフロアにてクリスマス会を行いました。(浅井)



だれでも旅人

たびびと



「旅」が心身にもたらす効果は様々であり、ストレスの軽減、運動不足の解消、創造性の向上、幸福感を感じると言われています。

「普門寺」のみじ祭りに行ってきました

「福祉村病院 理学療法士 川村 基樹」

仁王門を抜け、鐘楼門までの道も、路面には凹凸があり、勾配もありますが、凹凸をよけながら、移動すれば、上ることは可能です。鐘楼門は門の下までは行くことができましたが、先は段差があり、車イスでの通り抜けは困難です。門の前には、住職さんが、落ち葉でハートを作っています。訪れた日には、3つのハートが作られています。



本堂の方へ向かう途中の赤い橋付近まで、行くことができたが、ここから先は、石段となっており、車イスでの訪問は困難でした。

12月上旬のみじ

祭りでしたが、思ったよりも、紅葉は進んでおらず、今年のみじ祭りが終えた12月中旬頃が、見ごろの様でした。

Vol. 178
relay column

さわらび会
のわ

第二さわらび荘 介護士
白井 久美子



皆様は「寒苦鳥」

を見たことがありま

すか？この鳥は、インド

の雪山(せっせん)に住んでいると言われる想像上の鳥です。この土地は、夜は草木も凍るほど寒くなりますが、陽がさすと暖かくなる。そんなところに住む寒苦鳥は、洞窟など風の当たらない所で晩を過ごしますが、寒くてたまりません。夜を迎える度に雄の寒苦鳥は「夜明造巢」夜が明けたら巢を造ろうと鳴きます。いつも寒くて苦しいと鳴くから、この鳥は「寒苦鳥」と名がついたのです。暖かくなったら、昨夜のことを忘れて遊んでしまい、巢は造らずに生を終えるというお話です。

私がこの話を聞いたのは、もう五十年前の学生の頃です。講義中に先生が「夜明造巢をよく話されていたため今でもよく覚えております。その頃はあまり気に留めず「また言ってる」くらいにしか思っています。今年七十歳を迎えるにあたり、こうして働ける喜びを感じておりますが、それと同時に明日はどうなっているのか？と不安も感じるようになってきました。祖母が毎朝、朝日に向かい合掌している姿を見てきましたが、自分がその齢になり、若いころはあまり感じなかった「今」生きていることに感謝するようになりました。明日があると思わず、今日すべきことは今日行うようにしなければと思うようになります。余命幾許もないと思われませんが、悔いのない人生を送りたいと思う今日この頃です。

私のプロフィール

EPA介護福祉士候補生
 ジョロ ロウレンス グレシヤ
 出身 ● フィリピン イロイロ市
 学歴 ● ST. WEST NEGROS UNIVERSITY
 BACHELOR OF SCIENCE
 IN NURSING



はじめまして、EPA介護福祉士候補者のレンスです。私はフィリピンのビザヤのイロイロ市出身です。

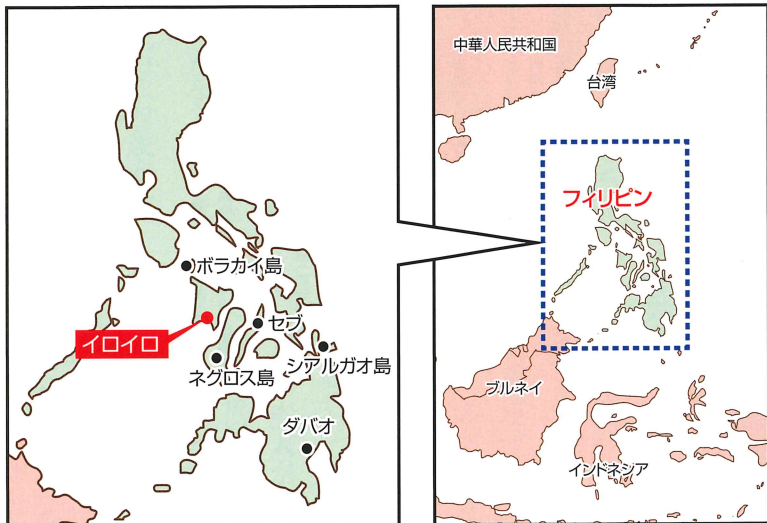
おすすめ観光スポットと有名なお祭りや食べ物を一挙に紹介します。



世界で有名な熱帯のビーチは、ボラカイ島として知られています。ボラカイ島は透き通った水とミルクパウダーの白い砂で、世界一の熱帯ビーチとしていくつかのタイトルを獲得しました。ボラカイ島は、パナイ島の北西にあります。パナイ島はハート型の島で、穏やかな話の方と親切な人々から「愛の街」として知られるイロイロ市で構成されています。

私の故郷の「ディナヤン フェスティバル」は、フィリピンのイロイロ市における宗教的かつ世界クラスの文化イベントです。毎年1月に開催。それはスペインの植民地時代に信者であったフィリピン人に広く知られている聖なる子供ストノへの献身の歴史をたどります。鮮やかな色の部族の衣装は、通常、祭りに楽しさと彩を加えるディナヤン族の戦士によって着用されます。ヘッドドレス、槍、盾を含むこれら

フィリピン イロイロ周辺の主要都市



の衣装は、伝統的に鶏の羽根から作られています。催眠術にかかったような太鼓のビートに合わせて、お祭り騒ぎに参加しましょう。イロイロ市は「ビズコシヨ」として知られるスペイン料理で有名です。とうもろこしの粉にチーズとスパイスを加えて作ります。生地はリング状に形成され、焼くとサクサク、カリカリしてよりおいしくなりますよ。フィリピンのイロイロ市に遊びに来てください。おいしい料理を食べながら祭り見物はとても楽しいです。



第105回 さわらびキッチン 栄養士のつぶやき

さわらび 鈴木那奈美

バレンタインデーが近づいてくると、特別感のあるバレンタインデー限定のチョコレートが店頭に並び、見るだけでも楽しくなります。チョコレートを休憩時に食べてリフレッシュしている方も多いのではないのでしょうか。実はチョコレートには、リラックス効果・疲労回復の効果も期待できるのです。これは、チョコレートに含まれるカオポリフェノールやテオブロミン、カフェインの働きによるものです。

代表的な栄養成分であるカオポリフェノールは、高い抗酸化作用を持っています。そのため、疲労回復・リラックス効果が期待できるのです。カオ含有率が高いほど豊富に含まれているため、カオが70%以上含まれるハイカオチョコレートを選ぶのがおすすめです。

また、苦味成分であるテオフロミンは、セロトニンに働きかけて自立神経のバランスを調整してくれます。そのため、リラックス効果・疲労回復効果が期待できるのです。

カフェインは眠気を覚まし、集中力を高める成分です。集中力を高めたいという場合は、1時間前に食べると脳が働きやすくなるといわれています。

しかし、チョコレートが体に良いとはいえ、脂質や糖質が高く、肥満の原因となってしまうため食べすぎには注意が必要です。健康メリットが大きい摂取量は、1日に25g程度といわれています。少量でも、香りや口溶けを楽しみながらゆっくりと味わうことで、高い満足感を得られるでしょう。



◆病院ジユム

- 12月7日 豊橋技術科学大学にて学生教職員の健康管理、健康相談を齊藤友紀子医師が行った
- 8日 インド福祉村協会理事会(理事長、ゆかり副理事長参加)
- 13日 シンガム幹部会
- 14日 豊橋幹部会(理事長、ゆかり副理事長参加)
- 15日 豊橋技術科学大学にて学生教職員の健康管理、健康相談を齊藤友紀子医師が行った
- 20日 介護部主任会議
- 21日 衛生委員会
- 22日 感染対策委員会
- 28日 医療安全委員会

◆さわらび白珠常盤

- 12月7日 愛知県認知症グループホーム連絡協議会東三河ブロック会議(太田施設長、中坪、島本、山田)Web
- 職別別主任ケアマネ会議(白井秀)つじが丘地域福祉センター
- 牛川民生定例会(高柳、石黒)青陵地区市民館
- 石巻民生定例会(白井秀)石巻地区市民館
- 8日 生活介護支援サポーター講座修了式(太田施設長、松井、森山、石黒)あいちア
- 12日 認知症サポーター養成講座(松下、白井秀、福井)西郷小学校
- 13日 自立支援型地域ケア会議(松下、福井、石黒、高柳)青陵地区市民館
- 14日 西郷老人クラブ体力測定結果説明会(松下、福井、石黒、高柳)西川芸能練習場
- 15日 自殺未遂者支援研修(石黒、高柳、森山、松井、福井)アイブラ
- 16日 介護事業者連盟愛知県支部交流親睦会(太田施設長、渡邊憲)名古屋健康イラク(白井秀、山田)石巻老人福祉センター
- 19日 介護予防大会反省会(松井)市役所
- 21日 常盤指導監査
- 26日 保健師会(松井)Web
- 28日 サイフ相談窓口(白井秀)エムキャンパス

◆第三さわらび荘・カサデロザ・カサデウエルデ・カサフランカ・天伯・フジ

- 12月6日 愛知県認知症グループホーム連絡協議会東三河ブロック会議(山本施設長)Web
- 10日 高齢者ケアを支える女性の会研修会(山本施設長)東京
- 12日 愛知県社会福祉法人経営者委員会 都道府県経営協セミナー(山本施設長)名古屋イリス愛知
- 13日 カサフランカ指導監査
- 14日 カサデウエルデ クリスマス会
- 15日 カサデウエルデ特養指導監査
- 19日 全国介護事業者連盟交流親睦会(山本施設長)東都 埼玉見)
- 22日 カサフランカ誕生会クリスマス会
- 23日 グループホーム、クリスマス会
- 26日 第三さわらび荘関連施設経営会議

◆シャトーロス八町

- 12月5日 豊橋創造大学看護実習の名受け入れ(8日)
- 12日 豊橋創造大学看護実習の名受け入れ(15日)
- 15日 全国介護事業者連盟交流親睦会(加藤)
- 25日 デイ会議

◆珠藻荘

- 12月7日 パストライフ外出 滝頭公園(利用者3名)
- 8日 愛知県生活向上委員会研修(片山村)Web
- 自治会役員会
- 情報交換会(鳥居)
- 14日 パストライフ外出 滝頭公園(利用者3名)
- 15日 自立支援協議会連発会議(鳥居)Web
- 自治会
- 16日 女性理美容
- 生活向上委員会
- 身体拘束適正化委員会
- 19日 感染症リスクマネジメント委員会
- 21日 パストライフ外出 万場調整池(利用者3名)
- クリスマス忘年会
- 利用者支援全体会議
- 施設内研修「緊急時の緊急対応」
- 生産性向上プロジェクト委員会
- 指導監査
- 23日 サービス評価委員会

◆フリス福祉村

- 12月13日 習字クラブ
- 14日 誕生会
- 20日 習字クラブ
- 21日 クリスマス会
- 22日 ヨリ教室
- 27日 習字クラブ
- 29日 採用面接(山本ゆかり専務理事)
- 1月4日 年頭のあいさつ

◆若菜荘

- 12月6日 パス岸清掃
- 23日 12月誕生者花束贈呈

◆あかね荘

- 12月14日 自立支援協議会 就労事務局会(鈴木巴)Web
- 自立支援協議会 連発会議(曾田)Web
- 15日 愛知県相談支援従事者初任者研修(マシリ)鈴木巴(16日)
- 16日 自立支援協議会 相談支援事業所連絡会 事例検討会(佐)Web
- 20日 自立支援協議会 就労専門部門 スキルアップ連絡会(鈴木巴)
- 21日 支援会議
- 26日 精神障害者支援の障害特性と支援技法研修(曾田)Web(27日)
- 年末行事

◆明日香

- 12月9日 陶芸教室
- 11日 夢ノエテイル販売会 (こども未来館)三河(彦坂)末松館
- 12日 権利擁護セミナー(河合)川中
- 15日 自治会
- 工賃支給日
- 青ハト

◆すみれホーム

- 12月23日 すみれホーム支援会議

◆おやつ作り

- 12月7日 パス散歩
- 12月7日 おやつ作り
- 8日 合同イベント
- 12日 パス散歩
- 14日 パス散歩
- 16日 日本福祉大学研修「福祉現場と専門職養成をつなぐネットワーク」
- 21日 クリスマス会

◆おやつ作り

- 12月8日 合同イベント
- 13日 おやつ作り
- 23日 クリスマス会

◆各施設共通

- 12月6日 栄養士会議 Web
- 8日 障害福祉部 ハンズオン委員会 Web
- 9日 利用者(寄り添)調整会交流イベント Web
- 10日 在宅医療福祉部会 Web
- 13日 高柳福祉部 Web
- 16日 障害福祉部会 Web
- 20日 障害者担当者会議 Web
- 22日 CTS監査法人期中監査(ゆかり副理事長参加)
- 22日 障害福祉部 防災会議 Web
- 26日 早稲編集会 理事長、ゆかり副理事長参加
- 27日 経営企画会議(理事長、ゆかり副理事長参加) Web
- 1月4日 さわらびグループ経営企画会議 Web
- さわらび会新年の挨拶 Web

さわらび会後援会寄附ご芳名

令和4年12月6日～令和5年1月5日

豊橋市東脇三丁目1-17	森田由利子氏	10,000円
豊橋市野依町字西物草12	家具の街ヨコモランド	10,000円
豊橋市小池町36-1	共和印刷(株)	5,000円
豊橋市入舟町21	(株)三恵薬品	10,000円
豊橋市駅前大通一丁目55 サーラタワー	サーラエナジー株式会社	10,000円
豊橋市野依町字山中19-14	福祉村病院職員有志	1,000円
豊橋市東雲町	梅村秀順氏	14,000円
碧南市大浜上町1-36	碧南マツダ(株)	10,000円
	匿名氏	3,000円
	匿名氏	1,000円

たくさんのご寄付ありがとうございました。
計 **74,000円**
現在までにご寄附いただきました金額は
897,367,696円

●福祉用具紹介のコーナー

座面付固定型歩行器Rec01

かつてない扱いやすい魔法のグリップ。座れる歩行器できました。歩行する。腰掛ける。立ち上がる。一台三役の使い方。

日常生活のあらゆる場面での活用が期待できます。家中の椅子が片付けられ、同居される方にも優しい歩行器です。

(あかね荘障害者生活支援センター 曾田)

かつてない扱いやすさ
魔法のグリップ



傾斜8度
上肢の力を効率よく伝達し
手首への負担を軽減する
傾斜がついています。



定価: 41,800円(税込)

※介護保険でのレンタルが可能です。1割負担250円/月(税込)
レンタル料は事業所によって価格が異なりますのでお問い合わせ下さい。

問い合わせ先 福祉サービス株式会社 ☎(0532)66-1011

展覧会への出展 ～障害福祉サービス事業所 明日香～

1月31日～2月5日、豊川市の桜ヶ丘ミュージアムにて「あいちアール・ブリュット・サテライト展」が開催され明日香からは5名の方が作品を出展します。

また、1月21日～4月9日まで、東京都渋谷公園通りギャラリーにて「アール・ブリュット ゼン&ナウ Vol.2 Echo こたま返る風景」が開催され、辻 勇二様が12点の作品を出展しています。

お時間がありましたら、ぜひ足をお運びください

(安田)

福祉村保育園だより

12月10日 劇遊び



12月21日 クリスマス会



＊お礼コーナー ありがとうございました＊

※豊橋善意銀行を通して

▼山光青果株式会社様※

みかん・りんご寄贈(珠藻荘・さわらび荘・第二さわらび荘)

▼株式会社総合開発機構様※

カレンダー寄贈(若菜荘)

▼三菱ケミカル株式会社愛知事業所様※

カレンダー寄贈(若菜荘)

▼株式会社ニューライフフジ様※

カレンダー寄贈(若菜荘)

▼中西光代様

日本茶(無農薬)(さわらび荘)

▼杉本喜美子様

手作りマフラー・毛糸製品(さわらび荘)

▼愛知県地域婦人代替連絡協議会会長 山田久子様
液体せっけん(詰め替え用)(あかね荘)

あすかくんクッキーがノベルティに ～障害福祉サービス事業所 明日香～



愛知ダイハツ株式会社高師店 左端:鳥山 真太郎 店長 右端:松本 展子 様

あすかくんクッキーが1月から3月の3カ月間、愛知ダイハツ株式会社高師店様のノベルティに採用されました。ダイハツ様のメールマガジンのクーポンとの交換です。

今回のクーポンが地域密着の企画で店舗と明日香が近いことで依頼がありました。

近年では各企業様からの注文も増えています。これからも利用者様、職員一同仕事に励んでまいります。(安田)

ご注文いただいている企業

○ホテルインディゴ犬山有楽苑様…ヴィーガンクッキー「felico」 ※ショップのお土産として

○かりや愛知中央生活協同組合デンソー豊橋売店様

…あすかくんクッキー、マドレーヌ、シフォンケーキ、

ヴィーガンクッキー「felico」※デンソー豊橋東製作所様の売店にて販売

○東三河ヤクルト販売株式会社様…ヴィーガンクッキー「felico」※社員様の誕生日プレゼントとして

あすかくんクッキー取り扱い店

セブンイレブン様/15店舗 クックマート様/4店舗 サンヨネ様/2店舗

JAあぐりパーク食彩村様 道の駅田原めつくんはうす様

- 福祉村病院
☎ (0532) 46-7511
- 福祉村老人保健施設 ジュゲム
☎ (0532) 46-7501
- 特別養護老人ホーム さわらび荘
☎ (0532) 54-3501
法人本部 豊橋市浪ノ上町7-2
- グループホーム 白珠
☎ (0532) 66-0082
- 地域密着型サービス事業所 常盤
☎ (0532) 62-3370
- 特別養護老人ホーム 第二さわらび荘
ケアハウス カサ デ ローザ
☎ (0532) 37-1209
- 特別養護老人ホーム カサ プランカ
☎ (0532) 69-1701
- 地域密着型サービス事業所 カサ デヴェルデ
☎ (0532) 23-5552
- 特別養護老人ホーム 天白
☎ (0532) 48-1113
- グループホーム フジ
☎ (0532) 54-5477
- 軽費老人ホーム 若菜荘
☎ (0532) 48-1138

- 障害者支援施設 珠藻荘
☎ (0532) 47-1050
- 障害者支援施設 あかね荘
☎ (0532) 48-2825
- 障害福祉サービス事業所 明日香
☎ (0532) 46-6579
- 福祉村障害福祉サービス事業所 しろがね
☎ (0532) 48-1032
- あかね荘 障害者生活支援センター
☎ (0532) 38-9090
- サービス付き高齢者向け住宅 シャトーローズ八町
☎ (0532) 52-0005
- 介護付き有料老人ホーム フェリス福祉村
☎ (0532) 47-2202
- 障害福祉サービス事業所 すみれ
☎ (0532) 38-5077
- 共同生活援助事業所 すみれホーム
☎ (0532) 29-8180



医療法人・社会福祉法人
さわらび会
理事長 山本孝之

編集後記

今年も一か月が終わりました。新型コロナウイルス感染症について、2類から5類への変更と今後は屋内でもマスクを外しての生活を呼び掛けるようです。医療従事者の私は屋内でも基本的にはマスクを着用すると思います。このように変わってゆくか注視したいと思います。関東では救急車を呼ぼうしても119番に15分以上繋がらない、救急隊員が救急搬送の連続で休みが取れず事故を起こしてしまつたニュースもありました。豊橋では119番には直ぐ繋がりますが救急車を呼んでも搬送できる救急車が無い事が多々あります。その場合はまず現場には消防車が駆け付けます。消防車には救命に必要な装備品を積載しているのです。消防士がそれらを使い救急車の到着まで救命処置を行います。救急車が到着したら救急隊員と交替し消防車は帰ります。救急車が到着したら救急隊員を鳴らし走るのをよく見かけるのはこんな理由がありました。さて今月号の特集はBEYOND浅田真央座長と今原実丘さんが登場します。(谷)