

### 病院祭案内

**第21回 協立病院祭**  
 日時: 10月20日(日) 9時30分~13時  
 会場: 協立病院 待合ホール

特別講演  
**「家庭でできる感染予防」**  
 講師: 北海道社会事業協会 帯広病院 院内感染対策室 感染管理認定看護師 山下 亜矢 様

催し物  
**協立寄席**  
 北海道大学落語研究会  
北海道にある大学の中で、唯一「落語」がある北海道大学。札幌から生の落語を聞かせにやってきました!

その他開催事業も盛りだくさん!

### 地域防災訓練

報友町内会と刀圭会グループとの合同防災訓練は第6回目となります。

#### 「2019刀圭会グループ大規模災害訓練」

日時 2019年10月5日(土) 13:00~14:30

場所 協立病院

内容 今回の災害は「洪水」を想定し訓練します。

- ・AR災害疑似体験
- ・帯広市防災係講話
- ・炊き出し訓練
- ・ドローン見学



### Dr. セミナー案内

10月12日(土) 14:00~ 北海道大学 口腔顎顔面外科学教室 鄭 漢忠 教授

『知っていますか?お口のこと』

11月30日(土) 14:00~ 旭川医科大学 整形外科 伊藤 浩 教授

『未定: サルコペニアを含む内容』

## 外来医師体制 (令和元年7月~)

整形外科		月	火	水	木	金	土
	午前	佐藤・津村	佐藤・伊林	佐藤(※)・★	佐藤・★	佐藤・津村	交代制
午後	伊林	津村	佐藤	佐藤	伊林		

★ 手術のため不定

(※) 水曜午前 佐藤院長(受付10:30まで)

内科		月	火	水	木	金	土
	午前	須藤	目良	目良	須藤	旭川医大(船山)	交代制
		目良(予約)	関下	須藤	旭川医大(石王)	目良(予約)	
午後	津田(健診)		津田(健診)	目良(予約)			
	午後	関下	須藤	関下	旭川医大(石王)	旭川医大(船山)	

肛門腺外科		月	火	水	木	金	土
	午前	塩野		塩野	塩野		
午後							

# Heartful♥協立病院

### contents

- 2面...認知症という希望
- 3面...コミット85~健康宣言~/管理営業士が提案する“健幸レシピ”
- 4面...病院祭案内・Drセミナー案内・地域防災訓練



ミヤマカケス

### 医療法人社団 刀圭会 協立病院

#### 「基本理念」

地域住民の皆様に対して「喜ばれる」医療を提供します。

#### 「基本方針」

1. 患者さまへの医療及び健康の保持増進に努めるとともに疾病の予防活動を提供します。
2. 在宅生活を支援すべく、保健・医療・福祉・介護の一本化に寄与します。
3. 患者さまの権利を尊重した入院環境の充実に努力します。
4. 十勝でのリハビリテーション医療の発展に貢献します。

### 医療法人社団 刀圭会 法人理念

医療・介護・保健・生活・福祉の一体化  
 ~「安全」「安心」「安らぎ」を提供できるグループを目指して~

### 刀圭会ホームページ

<http://www.toukeikai.or.jp/>



機能種別版評価項目  
3rdG(Ver.1.1)  
認定病院



# 「認知症という希望」



医療法人社団刀圭会 法人本部 人事研修担当  
北海道認知症介護指導者 村川 理恵子

今年の認知症ケア学会のテーマは、「認知症という希望」でした。

認知症の人と家族の尊厳が守られる社会が必ずや実現するという希望、そしてどんな認知症の人も家族も幸せになれるという希望です。

以前に比べ理解が進んだとはいえ、認知症に対する偏見は根強く存在しており、本人と家族を苦しめています。認知症という診断を受けた方は、あまりのショックで出来ていたことができなくなり、家族は「恥ずかしい、隠したい」という気持ちから周囲に助けを求められず、孤立します。

最近、当事者の方々が声を上げる場が増え、体験を伝えてくれるようになり、これまで専門職が認知症について考えていた事と当事者の方々が感じている事がずれていたと分かってきました。

当事者が立ち上げた日本認知症ワーキンググループの「認知症とともに生きる希望宣言」には、「一足先に認知症になった私たちからすべての人たちへ」というメッセージが添えられています。認知症になってもおしまいで決して無い、より良く生きていける可能性を無数に持っているのです。一足先に認知症になった方からの言葉は、これから認知症になる私の希望となります。

認知症は不思議です。失敗や物忘れを攻め、叱り、怒り、何も分からないからと話しかけもせず、恥ずかしいからと友人との関わりを絶ち、上手く出来ないからと何もさせず、子供扱いすると、症状の進行は早く、これまでと同じ様に周囲が接し、出来ないことをちょっとだけ手伝い、忘れてしまっても、「大丈夫、私が覚えているから」と笑って生活できる環境にいと進行はゆっくりなのです。

「認知症ケアは究極の接遇」と常々思っています。

私は大切にされている、尊重されている、生きていて良かった、という気持ちになれるようなおもてなしです。専門職が、認知症のことを「認知」と言ったり、子供に話すような言葉をかけているのを目にするととても悲しくなります。ワーキンググループは、「認知」を差別的な表現としていますし、大人を子供扱いすることはその人の尊厳を傷つける最低の行為の一つです。

残念ながら、専門職でさえ、認知症の理解は十分ではありません。

近い将来、認知症になった時、やりたいことがあります。おれんじドア(ご本人のためのもの忘れ総合相談窓口)の扉をたたき、先輩と話すことで安心して暮らせるようになり、それを今度は後輩に繋げていきたいのです。

アンチエイジングという言葉に、歳を重ねることへのネガティブなイメージを感じます。

これは、過ぎると高齢者への偏見や差別となり排除に繋がりがかねません。

同様に、認知症予防という言葉にも、認知症はなってはいけないもの、排除すべきものというイメージを感じますし、予防を怠ったために認知症を発症したとも受け取れます。そもそも、認知症を予防することは出来ませんが、発症を先延ばしに出来る可能性はあります。

長生きすれば、認知症発症の可能性は高くなります。そうなったときでも、認知症の人と家族の尊厳が守られる社会が必ずや実現するという希望、そしてどんな認知症の人も家族も幸せになれるという希望が、現実となっていれば何も辛いことは無いと思います。

実現のためには、認知症についての正しい理解が重要です。

学びの場の一つに認知症サポーター養成講座があります。

刀圭会では、出前講座(無料)も行っていきますので、お気軽に、ご相談下さい。

TEL 0155-35-3355 村川まで

# コミット85～健康宣言～

## 刀圭会「コミット85」活動について

令和1年8月1日刀圭会グループは長谷川理事長より「健康宣言」が発令されました。健康な企業づくりは、職員の健康維持が重要なので、そのために何ができるかと検討した結果、元々、グループ内の一部で、健康づくりの運動を実施していたので、その試みを、グループ全体に広めて健康意識の普及を図ろうということになりました。その活動が「コミット 85」です。

### ◎「コミット 85」とは…

刀圭会職員が85歳まで現役で働くことができるくらい、元気で明るく、楽しく生活できるように、一緒に目標達成のため継続活動するという意味が込められています。

### ◎「コミット 85」活動内容

職員が、無理なく気軽に参加できるように、病院リハビリ室を時間外利用しストレッチ・エアロビ・エクササイズ・エアロバイク・ルームランナーなど週2回1時間程度の活動を行っています。

運動不足の解消、体重減少、腹囲を減らす、筋肉をつける、ストレス解消など目的・職種・年齢も様々ですが、声を掛け合いながら一緒に汗を流し活動することで継続率のUPや、仲間づくりにも効果があるようです。

業務終了後の活動で、どれだけの職員が興味を持って参加してくれるかとやや、心配はありましたが30名程度の登録者が一ヶ月で44名まで増えました。これからも、楽しく健康づくりの一環として活動を継続していきます。



## 管理栄養士が提案する健幸レシピ



**材料** 鮭2切、舞茸1/2パック、玉ねぎ1/2個、小松菜1/2束、バター適量、塩こしょう適量、酒大さじ1、(後から)しょうゆ大さじ1

- 作り方**
1. 舞茸は小分けにし、小松菜と玉ねぎは食べやすい大きさに切っておく。
  2. アルミホイルに、1の野菜、鮭、バター、酒、塩こしょうを順にのせ、しっかりと包む。
  3. 2をフライパンに入れ、蓋をしたら15分程度蒸し焼きにする。
  4. 3を器に盛り、しょうゆをかけて完成。

今回は骨に大切な栄養素が多く入ったレシピを考えました、ぜひご家庭でお試してください。「骨にはカルシウム」というイメージがありますが、他にもビタミンD、ビタミンKなど大切な栄養素があります。ビタミンDは魚、きのこ、卵に多く含まれており、ビタミンKは納豆、小松菜に豊富に含まれています。また、お酒やコーヒの飲みすぎ、加工食品に多く含まれるリン、塩分の摂りすぎは、上記の栄養素の吸収に悪影響を及ぼすため控えましょう。