

支えに

Sasaeni

ご自由にお持ちください



支えに 2021年8月発行

Vol.32



病院のお仕事発見 [認定看護師「認知症」編]

- 未来を見据える
「認知症ケアサポートチーム」
- 季節の病気
- プロが教える ウチトレ
- 食のプロがオススメするメニュー
- イベントレポート
- 漢字de脳トレ

JA新潟厚生連はSDGsに貢献します

県内14の病院が地域の皆さまの健康と心を支えます



安心して、前に進む
エネルギーなんだ。

— お車の事故による賠償やご自身とご家族のケガ、修理に備える —

★安心の充実保障

相手方への保障	ご自身とご家族の保障	お車の保障
自動車事故により他人を死傷させたり、他人の車や物をこわしたときの損害を幅広く保障!	自動車事故によりご自身やご家族、ご契約のお車に搭乗中の方などが死傷されたときの損害を幅広く保障!	ご契約のお車の事故による破損や盗難、台風などによる損害を幅広く保障!
対人賠償(無制限) 対物賠償(無制限・対物超過修理費用保障付)	人身傷害保障 傷害定額給付保障	車両保障(全損負担保) 車両諸費用保障特約

- さらに!**
- 日常生活賠償責任特約 自転車事故をはじめとする日常生活のさまざまな損害賠償責任を保障
 - 車両新価保障特約 偶然な事故によって、ご契約のお車が所定の全損となった場合に、あらかじめ定めた新車価格相当額等を保障
 - 車両超過修理費用保障特約 ご契約のお車の修理費が共済価額以上となった場合、その超過分について保障

★頼れる各種サービス 自動車事故や故障など、トラブル発生時に頼りになるサービスをご用意

・24時間365日、フリーダイヤルで事故受付とアドバイス ※JA共済日常生活事故対応センターの受付時間は9:00~17:00(土日・祝日および12月29日~1月3日を除きます)
・損害調査サービス担当者約5,360人、事故対応窓口約2,450か所の安心ネットワーク (2020年4月1日現在)

- レッカーサービス
- ロードサービス
- 夜間休日現場急行サービス
- 夜間休日初期対応サービス
- 休日契約者面談サービス

★お得な掛金割引 ご契約条件に応じてさまざまな掛金割引をご用意

自賠責共済セット割引 (JA共済オリジナル)	農業用貨物車割引 (JA共済オリジナル)	複数契約割引	長期優良契約割引	ASV割引
対人賠償の共済掛金 7%割引	共済掛金 10%割引	共済掛金 5%割引	共済掛金 2~6%割引	共済掛金 9%割引

その他にも、割増・割引等級制度やゴールド免許用掛金などがあります。 ※割引の適用には所定の条件があります。

●ご加入にあたりましては、お近くのJA(農協)へお問い合わせください。●この広告は概要を説明したものです。ご契約の際には「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

はじめて共済 <https://shiryo.ja-kyosai.or.jp>

■JA共済ホームページアドレス <https://www.ja-kyosai.or.jp>

本サイトから「ひと・いえ・くるま」の各共済の資料請求・掛金試算ができます。

JA共済相談受付センター(JA共済連 全国本部)
電話番号: ☎ **0120-536-093** ※日曜日、祝日および12月29日~1月3日を除きます。
受付時間: 9:00~18:00(月~金曜日) ※メンテナンス等により予告なく変更する場合があります。
9:00~17:00(土曜日) ※電話番号は、おかけ間違いのないようご注意ください。

Webマイページご登録キャンペーン

Webマイページにご登録いただいた方の中から、抽選ですてきな賞品が当たる

「Webマイページご登録キャンペーン」実施中!
<https://mypagecp.ja-kyosai.or.jp>

くらしの保障、相談するなら **JA共済**

耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

病院のお仕事発見

認定看護師「認知症」編

認知症やせん妄などをケアする「精神科認定看護師」を知っていますか？

専門の教育課程を修了後、審査に合格し、精神科の看護領域において優れた看護能力や知識を有すると認められた「精神科認定看護師」。これは、日本精神科看護協会が認定する制度で、認定者は全国で約800名程度の非常に専門性の高い分野です。

うつ病や統合失調症、薬物・アルコール関連の障害、そして認知症など、精神的な症状を専門に、状況を分析しながらケアを実践。また、他のスタッフへのアドバイス、指導なども行います。基本的には精神疾患が専門ですが、一般病院では、老年期うつ症状や認知症、終末期の心のケア、入院・手術

などによる痛みや不安からくる「せん妄」などがいち早く改善できるよう、患者さんと関わることも大切な業務のひとつです。

近年、認知症を発症する方が増加の一途をたどり、大きな社会課題になりつつあります。数年後には、65歳以上の高齢者の5人に1人が罹患するというデータもあり、もはや他人事ではありませぬ。実際に、認知症やせん妄などの精神的な問題を抱えていることで、本来の病気の治療が遅れたり、悪化したりするケースも報告されているほどです。だからこそ、必要となってくるのは一人ひとりに状況や状態に沿った適切なケア。誰でも安心して治療を受けられるよう、専門的な知識を持つ精神科認定看護師の存在は欠かせなく、専門性の高い分野だからこそできるケアや提言が、今よりも求められる時代がすぐそこまで迫ってきています。



新潟医療センター

精神科認定看護師

カタノ ヨシヒロ
片野 快宏

1999年、新潟県内の精神科病院に勤務。2004年より、神奈川県にて精神科ストレスケア病棟、精神科デイケア、認知症治療病棟を経験。2016年に日本精神科看護協会認定、精神科認定看護師の資格を取得。2018年に新潟医療センターに配属。同年7月より認知症ケアサポートチームの一員として活動。

※撮影時のみマスクを外しています。

「認知症」とは



「認知症」は病名だと思いませんか？

実は、認知症とは病名ではなく、認知機能の低下によって共通の症状のある、**病気のグループの名称(症候群)**です。認知症の状態を引き起こす原因となる病気は別にあります。いったいどのような病気が認知症の原因となるのでしょうか。

もしかして認知症かも？

「最近、物忘れがひどくなってきたな…もしかして認知症？」と思われる方は多いのではないのでしょうか？人はだれでも歳をとりますし、物事を思い出すのに時間がかかるようになります。そうした「**加齢による物忘れ**」と「**認知症による記憶障害**」には大きな違いがあります。

加齢による物忘れでは、体験の一部を忘れてしまいます。例えば「お昼ごはんのおかず何だったかな？」といったように、お昼ごはんを食べたことは覚えているが、食べたものを思い出せない状態です。

認知症の原因となる病気

- 神経変性疾患：アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症など
- 脳血管疾患：脳梗塞、脳出血など
- 感染性疾患：脳炎、神経梅毒など
- 中毒・栄養障害：アルコール依存症、ビタミン欠乏症(B1、B12、葉酸)など
- その他：脳腫瘍、慢性硬膜下血腫、水頭症など

加齢による物忘れ

- ・物忘れを**自覚している**
- ・体験したことの**一部を忘れる**
- ・ヒントがあれば**思い出す**
- ・日常生活に**支障はない**
- ・判断力は**低下しない**

認知症の症状

- ・物忘れの**自覚がない**
- ・体験したこと**自体を忘れる**
- ・ヒントがあっても**思い出せない**
- ・日常生活に**支障がある**
- ・判断力が**低下する**



経験を生かし資格を取得。院内のどこへでも駆け付けながら、後輩の育成と新たなケアの場を展望する認定看護師がいます。片野快宏精神科認定看護師に話を聞きました。

—新潟県内で14名、全国的に見ても800名程度の精神科認定看護師。なぜこの資格を取得しようと思ったのですか？

さまざまな精神科での経験から、以前の勤務地で認知症治療病棟へ配属になったんです。当時は、一般病院では認知症患者は受け入れられないと断っていた時代。患者さんとの関わり方をきちんと情報共有しなければ、結果、患者さんの治療やケアに差し障りが生じると強く感じたのが最初のきっかけです。あとは、管理する立場よりも現場にいたかったというのもありますね。

—資格取得後に、地元新潟へ。働いてみてどうでしたか？

新潟医療センターでは、精神科も心療内科も診察していません。それなのに、精神科認定看護師がいること自体が珍しいんです。恐らく、県内では私だけではない

かと…。認知症の患者さんの行動には理由があります。社会的背景や体の状態、性格などを知っていくことで見えてくるものがある。そこから、対応策を導き出せることもあります。精神科認定看護師として、どこの病棟にも属さず、何かあればすぐに駆け付けられる。専従という立場も、この病院の大きな特長です。

—今後について聞かせてください。

後輩の育成です。時代背景から見ても、精神科認定看護師の数が少ないのが現状です。情報交換ができるようになると、患者さんへの関わり方やケアの方法などの幅も広がりますから。あと、病棟の患者さんを一時的に預かり、作業療法ができるような院内デイケアも考えています。でも実現のためにはメンバーが足りない。そのためにも、次世代を担う人材の育成に力を注ぎたいですね。

未来を見据える「認知症ケアサポートチーム」

認知症の診断の有無ではなく、病気やケガなどの影響から認知機能が低下してしまった患者さんのサポートを目的に発足した、新潟医療センターの認知症ケアサポートチーム。医師や精神科認定看護師はもちろん、病棟看護師、ソーシャルワーカー、理学療法士、作業療法士、薬剤師、管理栄養士、臨床心理士、そして歯科衛生士と総勢11名のメンバーで構成されています。「よく医師を中心としたチ

ムと言われるのですが、実はそうではないと思っています。精神科認定看護師がチームの中心にすることが大前提。医師は病気を診断することはできますが、認知症やせん妄は看護の視点から見えてくるものがたくさんあるんです（西山健一 脳神経外科部長）。週一回病棟を巡り、カンファレンスで現在起きている問題を検討。また月一回各病棟の看護師も参加する合同カンファレンスを行い、情報を共有。それ

を各病棟にフィードバックすることで、病院全体で認知症をケアできる体制をとっています。一人ひとりの心理や生活背景が異なるからこそ、それぞれに合ったケアが求められるのです。現段階では、治療や薬で症状を抑えることはできても、治癒は難しいとされている認知症。新潟医療センターでは、入院中から退院後の生活を見据え、多職種がチームならではの視点で個々に合ったケアやサポートを行っています。

チームの発足から4年。この間だけでも明らかに高齢者、超高齢者の患者さんが増え、約3割の方に認知機能の低下がみられるといえます。その多くは、認知機能の低下による来院ではなく、他の病気やケガからによるもの。「認知機能の低下は、自身では認識しづらく、認めるのを拒否される方もいらっしゃいます。家族や周囲の方がいつもと違うと感じたら、地域包括支援センターへの相談や病院への受診をおすすめします（片野快宏 精神科認定看護師）」。病院もチームで活動しているからこそ、一つひとつの課題をクリアにしていけるといいます。社会課題にもなりつつある認知症の患者さんを、社会全体で見守っていきたく、今日も認知症ケアチームは前進しています。

※撮影時のみマスクを外しています。



【前列左から】副院長 脳神経内科医師 小島直之、脳神経外科部長 西山健一、精神科認定看護師 片野快宏、臨床心理士・公認心理師 高林静佳、薬剤師 大場陽子
【後列左から】歯科衛生士 貝瀬直美、栄養科長 管理栄養士 吉田涼子、地域連携支援部マネージャー 菅原邦子、事務員 渡邊寿々、作業療法士 鶴若大祐、リハビリ

テーション技師長 理学療法士 飯田晋

認知症ケアサポートチームの活動

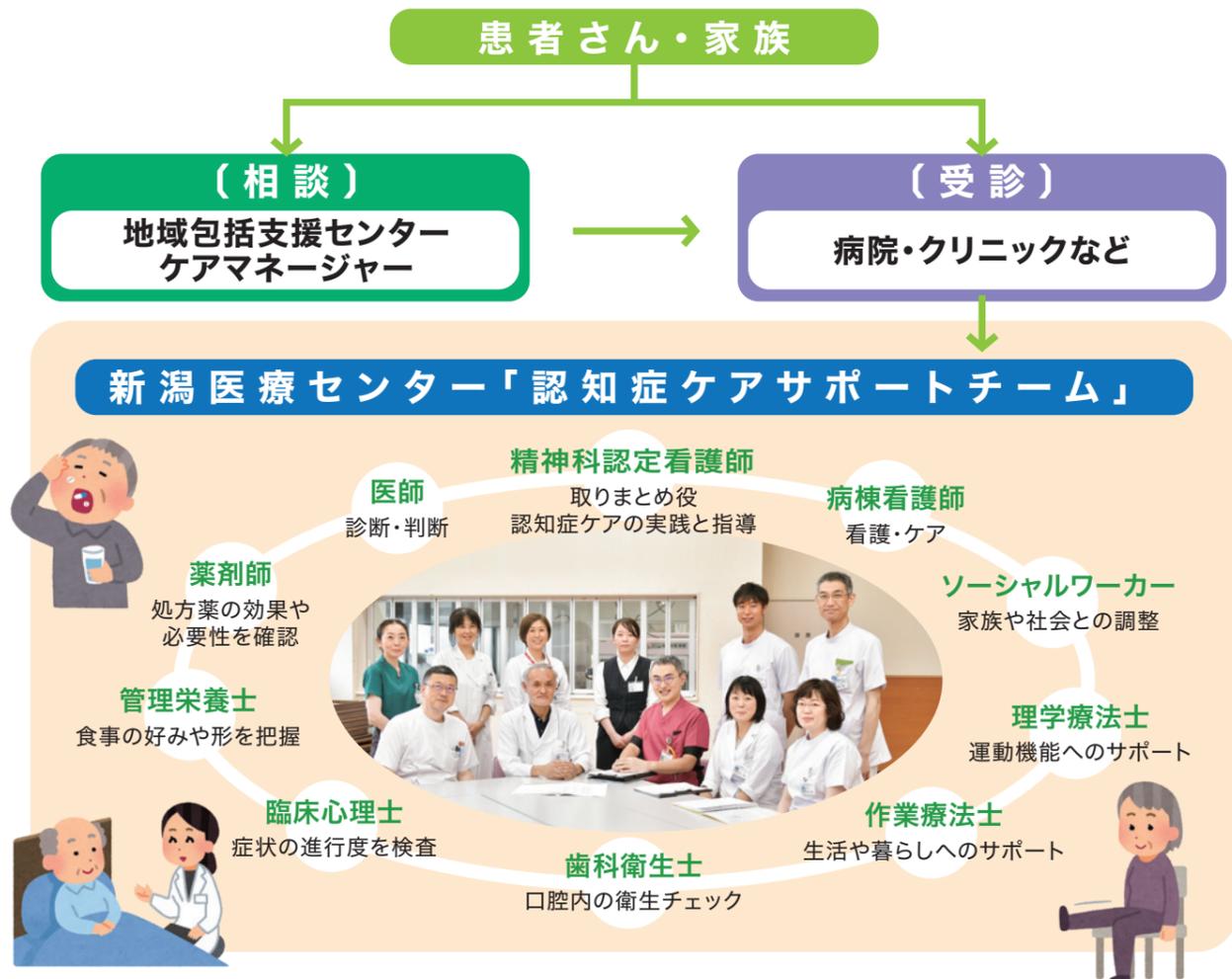


認知症ケアサポートチームのミーティング



「身体拘束の倫理？安全？」をテーマにした勉強会

“あれ？いつもと違う、と思ったら～認知症



地域社会全体で認知症を考えよう

地域のために、そして社会全体の未来のために。地域連携支援部長も担う西山脳神経外科部長を中心に、地域社会での認知症の理解をもっと深め、連携を図るための活動を積極的に行っています。

小学生認知症サポーター養成講座／

次世代を担う子どもたちに認知症を正しく理解してもらうことで、患者さんやその家族が安心して暮らせる街づくりを目指し、新潟市が小・中学校において講座を開催。認知症の方を支える「応援者」としての心構えや基礎知識を分かりやすく伝えます。

地域包括ケアシステムへの取り組み／

KKK(小新・小針・黒埼)事例検討会として、地域包括支援センターのスタッフと情報交換会を開催。医療の立場からアドバイスやサポートを行い、事例報告を通して地域との連携を密に図っています。

次号は
臨床検査技師です！

看護部からバトンを受け取りました、検査科です。次号は臨床検査技師の仕事についての話題をお届けします。どうぞご期待ください！



インタビュー

認知症ケアサポートチームの一員として

看護師 徳山 洋子

患者さん一人ひとりの問題を見極め
病棟全体の看護やケアの向上を目指します

在籍する療養病棟では認知症ケア対象の方が多くいらっしゃいます。一般病棟から転棟後の数日間は環境の変化により混乱や認知症状の悪化がみられることもあります。患者さん一人ひとりが「その人らしく」安心して入院生活を送れるよう環境を整えたり、問題解決に取り組んでいます。今後も認知症ケアサポートチームでの情報共有、検討を通して知識を深め、病棟全体で認知症看護やケアの向上につなげていきたいと考えています。



薬剤師 大場 陽子



※撮影時のみマスクを外しています。

薬を使用しなくてもできることを考察する
それもチェック機構である薬剤師の役目です

薬剤師は、いわばチェック機構。不穏や不眠に処方される薬はせん妄を起こすリスクが高いため、その必要性を確認します。何かと薬に頼りがちになるところを、まずは立ち止まらせて、薬を使用しなくてもできることはないか、必ず考えるようになっています。そして、薬は症状に見合っているか、過量ではないか、服用のタイミングは適正か…など、あらゆる角度から、他部署の見解や患者さんの経過なども踏まえ、考察していきます。

治験NEWS

治験に薬剤師も関わってます

薬剤師が治験事務局をしています。治験に参加される患者さんの人権等を守り、実施・継続することに問題はないか、治験薬(くすりの候補)を薬学的に評価しています。

実施中	[長岡中央総合病院]	[糸魚川総合病院]
	● 潰瘍性大腸炎 ● 市中肺炎	● クローン病 ● 癒着防止剤 ● 血友病

※該当する方や詳細を知りたい方は、主治医にお申し出ください。治験に参加するには細かい条件があります。ご希望いただいても、参加いただけない場合がございます。



ポイントは、無理なく「続ける」こと!

上越総合病院
作業療法士・
リハビリテーション主任
コヒナタ ヨシエ
小日向 由江

新しいことに挑戦したくても、困難な環境だったり、体力が追い付かなかつたり…そんなときは、生活習慣や趣味、日課などを見直してみましょう。毎日の生活の中には、心身の衰えを予防して、健康を保つための要素がたくさんあります。「やりたいこと」や「役割」のある生活で、心と体を整えましょう。

📖📖📖 教える ウチトシ

生活トシ



買い物
必要な物を手早く買うように、事前に段取りを考えましょう



料理
出来上がりまでの時間を逆算して、同時に2つ以上の作業をしましょう



声を出す
家族や友人のおしゃべり、お風呂での鼻歌、音読もオススメです



趣味
囲碁や将棋、裁縫、庭の手入れなど、趣味を楽しむ時間を持ちましょう



日光浴
陽に当たることで、骨を丈夫にして免疫を高めるビタミンDが作られます



食事
体重の減少は要注意!定期的な測定で、低栄養を予防しましょう



洗濯
目線の高さに洗濯物を干すことで、肩こりや腰痛の予防につながります



掃除
掃除機をかけたり、床を拭いたりするのは、軽い筋トレと同じ運動量です

3 すべての人に健康と福祉を 4 質の高い健康をみんなに
まずは「できること」からはじめましょう。意識して取り組むことで、メリハリのある生活を!



カロリー 517kcal 塩分 2.2g 脂質 11.4g 調理時間 15分

※ カロリー・塩分・脂質は1人分の値

- 材料 (2人分)**
- ごはん……………400g
 - とうもろこし……………1/2本
 - ピーマン……………1/2個
 - 玉ねぎ……………1/4個
 - ハム(厚切り)……………3枚
 - サラダ油……………大さじ1
 - 中華スープの素(顆粒)……………小さじ1
 - 酒……………大さじ2
 - しょうゆ……………大さじ1
 - 塩・黒コショウ……………少々

- 作り方**
- とうもろこしは塩ゆでし、身を包丁でこそげ取っておく。
 - 玉ねぎとピーマンはみじん切り、ハムは7mm角に切っておく。
 - フライパンにサラダ油を熱し、2と1を順に炒めたらごはん、中華スープの素、酒を加えて炒め合わせ、しょうゆ、塩・黒コショウで味を調え、皿に盛りつける。

管理栄養士 食のプロがオススメするメニュー

とうもろこしとハムの中華風炒めごはん



新潟医療センター
フルサワ アキエ
管理栄養士 古澤 明恵

料理上手のツボポイント

とうもろこしの皮は、調理する直前にむきましょう。また、包丁を使ってそくように一気にこそげ取るのがきれいにむくコツです。

簡単で美味しい! 時間がない時に おすすめです。

とうもろこしの食感と甘味が 塩気のあるご飯と合います。

彩りがよく 食欲が増進します。



<https://life.ja-group.jp/recipe/>

お手軽レシピで作る JAグループ

検索



季節の病気 8月

手足口病とヘルパンギーナ



柏崎総合医療センター
小児科・医長
タチカワ ジュン
太刀川 潤

手足口病とヘルパンギーナは乳幼児を中心に、夏季に流行する感染症です。エンテロウイルス属のウイルスが原因で、数年に一度、大流行が起きています。



初期症状

手足口病は発疹、口内痛、食欲不振、嘔吐、発熱などが出現します。その名前の通り、手足や口の中や周りに水ぶくれ状の発疹が現れます。

ヘルパンギーナは突然発熱し、口の中やのどが赤く腫れて、水ぶくれができます。手足口病よりも発熱、頭痛、咽頭痛が強いことが多いです。

治療方法

抗ウイルス薬はないため、解熱剤等で苦痛を軽くする治療を行います。咽頭痛が強く、水分が十分摂れない場合、脱水症になる可能性があります。そのため、少量でよいのでこまめに水分を与える、やわらかく、うす味の食事にするなどの工夫をするとよいです。

飲食できず、重度の脱水症となった場合は、点滴や入院が必要です。

予防方法

エンテロウイルスは、咳やくしゃみによって感染する飛沫感染に加えて、便中に長期間にわたり排泄されるため、接触感染することもあります。

アルコール製剤は効果が乏しいため、石鹸と流水による手洗い(特に排便後)をしっかり行いましょう。

その他注意すべきこと

手足口病、ヘルパンギーナともに、稀に脳炎・脳症や髄膜炎、心筋炎等を合併することがあります。そのため、けいれんや意識がおかしい、ぐったりしているなどの症状に注意が必要です。

JA新潟厚生連の宣言

JA新潟厚生連は持続可能な社会の実現を目指します。

SDGs紹介シリーズ 厚生連が対応する15の目標を毎月順番に紹介します。

- 16 平和と公正をすべての人に
 - 持続可能な開発に向けて平和で包摂的な社会を推進し、すべての人に司法へのアクセスを提供するとともに、あらゆるレベルにおいて効果的で責任ある包摂的な制度を構築する
- コンプライアンスの遵守
- 内部統制の強化
- ガバナンス体制の強化
- 反社会的勢力との関係を継続的に排除

※「SDGs(エスディージーズ)」とは、持続可能な世界を実現するための17の目標を掲げ、地球上の誰一人として取り残さないことを誓う、2030年までの国際社会共通の目標です。

