

# 虹

IMSグループ広報誌プラザイムス  
「プラザイムス」は、患者さま、ご家族の皆さまに院内や  
IMSグループの医療活動、病気に関する情報をお伝えする  
コミュニケーションペーパーです。

鶴川サナトリウム病院

【季刊 広報誌】

Vol.34

2020/春号

【特集】

## 認知症の方との 接し方に困ったら

その症状には  
意味があるんです!



- ・ ナースタイムズ「やりたいをかなえる認知症治療病棟」
- ・ つるびと「化粧セラピスト」
- ・ 知っておきたい医療制度・続けられる健康体操・季節のお料理ほか

特集

# 認知症の方との 接し方に困ったら

～その人の世界に参加してみよう～



認知症の方と接していて、こちらの言うことを聞いてくれなかったり、会話が成り立たず怒ってしまったり...という経験はありませんか？  
認知症の方との接し方で困ったとき、症状や特徴ばかりにとらわれず、症状の前にある「何か」を想像してみましょう。  
そこにはその人に合った対応のヒントが隠されているかも知れません。



CASE 1

## 同じことを何度も聞いてくる

話の中で20～30秒ごとに何度も同じことを聞かれてイライラ...  
毎回答えた方がいいの？



「何か」を  
想像してみましょう

- ・本人にとっては毎回初めてする質問
- ・初めてなのに怒られるため、疑問から怒り、不安へ変化
- ・もともと几帳面な性格ゆえ、心配で頻回になっている

### 対応のポイント

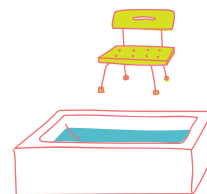
- ★初めて聞いた反応をしてみる
- ★向かい合って説明し、安心感につなげる
- ★別の話題をふってみる

答える方は簡単なことではないかも知れませんが、ご本人は怒られることでますます不安なり、一層コミュニケーションがうまくいかなくなります。  
孤独にしないように心がけ、顔を見て頷いてあげるだけでも安心感につながるでしょう。

CASE 2

## お風呂に入ってくれない

無理やり服を脱がせてもいいの？



「何か」を  
想像してみましょう

- ・疲れていて入りたくない
- ・裸を見られるのが恥ずかしい
- ・服の脱ぎ方が分からない・シャンプーボトルの使い方が分からない

### 対応のポイント

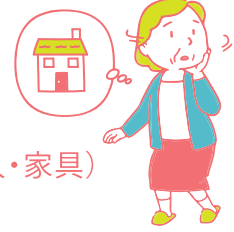
- ★手湯、足湯から始めて気持ちよさを体感してもらう
- ★家族と一緒に入ってみる
- ★自分でできることは本人に任せてみる

黙って衣服を脱がせるのは良くありません。  
自分に置き換えると、とても嫌ですよ。温泉のような雰囲気づくりにしたり、時にはデイサービスにお任せしてみたり、「お風呂に入っ  
て良かった」と思ってもらえることが大切です。

## CASE 3

## 家に帰りたいと言いつける

家にいても「帰りたい」と言います。どうしたらいいの？



## 「何か」を 想像してみましょう

- ・本人の記憶にある「家」との違い（風景・人・家具）
- ・家族の食事を作りたい
- ・子供が家で待っているから心配

認知症による記憶障害や見当識障害で、同じ場所でも居心地や景色、時代が違つと別の場所になってしまいます。家で役割があった場所は自分が肯定された場所であり、そこに強い思いがあるため、その世界と一緒に入ることも時には必要です。



## 対応のポイント

- ★帰りたい気持ちをそのまま受け止め、時には一緒に外に出てあげる
- ★明るく話しかけ、気持ちの転換を図る
- ★一緒に昔に戻つて演技をしてみる

※見当識障害・・・認知症の中核症状の1つで、時間や季節、今いる場所がわからなくなる、人とのつながりが分らなくなる障害です

## アルツハイマー型認知症の経過別コミュニケーションの特徴

- 初期** 言葉の流暢性は保たれるが、複雑な内容を理解することが難しくなる・物忘れの自覚はある等
- 中期** 言葉を理解することが難しくなる・会話に集中できない等
- 後期** 言葉が理解できなくなる・限られた単語しか話せなくなる等

できることからやってみる

## 接し方の ポイント

- ポイント1. 責めない、怒らない
- ポイント2. 共感しながらゆったり向き合う
- ポイント3. できることは止めない
- ポイント4. 本人の世界に入ってみる

## 心を想像してより良い関係を築くために

認知症だからといって、自尊心や感情がなくなった訳ではありません。

本人は、忘れてしまう自分に気づき、不安や恐怖でいっぱいです。

「人の輪に入れない」「仲間はずれにされている」「分かってもらえない」という疎外感。

認知症だからこそ、相手の感情を敏感に感じ取っています。

否定や叱責で傷つくと、嫌な印象が残り、症状がより強く出てしまう可能性があることも介護する側は覚えておかななくてはなりません。

認知症の症状は人によって違いますが、その症状の前にある「何か」を想像し、時にはご本人にも聞き、そしてその世界と一緒に参加してみてください。

介護は24時間365日同じ日はありません。切れ目もありません。いい日も悪い日もあります。

その人の背景に基づいた対応のヒントを知り、疲れた時は一人で頑張らず、周りに頼りながら、介護する人、される人双方にとって少しでも心豊かな時間が生まれることを願っています。



認知症看護認定看護師研修修了者  
認知症ケアチーム看護師  
まつもと み え こ  
松本 美栄子 師長

当院で認知症看護に携わり27年  
自身も両親の在宅介護経験があり、認知症ケア  
チーム看護師として日々認知症患者さまの対応や  
ご家族の相談に応じている。



認知症の病棟って  
どんなイメージを  
お持ちですか？

暗くて、過度に行動を  
制限される場所を  
想像していませんか？

ちがいます  
当院の認知症治療病棟を  
ご紹介しましょう。



## すべての中心は患者さま！

「おいしいおそばが食べたいなあ…」患者さまのそんなひと声からC6のイベントは始まります。病棟の作業療法士と臨床心理士を中心に、看護師や介護士、内容によっては管理栄養士や精神保健福祉士もチームに加わり、活動を展開しています。もちろん患者さまもチームの一員です。ほかの患者さまを楽しませる企画をねり、時にはご家族にも参加していただき、患者さま自らが、おもてなしをすることもあります。個別リハビリでは、書道や写真、音楽鑑賞などそれぞれの

「好き」を活かしています。

お花が大好きな男性の患者さまには、ベランダの花壇のお世話をお任せしています。病棟スタッフもサポートをしながら、



患者さまの豊富な経験や知識を学び、みんなで一緒に成長しています。

「好き」から「やりたい」につなげ、安心する環境の中で、それぞれの「できる」を実現しています。

## その人らしく生きる、 その人らしく過ごすを支える

病棟で、ベッドの下にもぐり、コンセントを外してしまう患者さまがいました。感情的にやめるよう注意することは簡単ですが、私たちはまず、患者さまの声に耳を傾け、行動に至った原因を探ることから始めます。実はこの方、元電気関係の職人さんで、本人の世界では「仕事をしていただけ」でした。無理に制止せず、見守ることで、「できる」安心感から、そういった行動も減少していきました。

スタッフは常に想像力をフル稼働させ、今をいかにその人らしく生きるかということを大切にしています。その人が「そうありたい」と願う思いを見出し、その人の世界に目を向け、現実を止めることなくケアに当たることが当病棟の最大の特徴です。

「やってくれなくても、できるよ」と患者さまから言われてしまったことがありました。すべてのことにサポートが必要なわけではありません。できることに目を向けて本人の自主性を尊重したケアを実践する病棟であり続けたいと思っています。

C6 看護師長 内糸 直美



▲ ベランダでスタッフとキャッチボールをしている患者さまは、学生時代から野球をしていた方

スタッフが麻雀を勉強し、学生時代からやっていた方たちと勝負 ▼





# 化粧セラピスト

～お化粧のチカラ「化粧療法」で患者さまを笑顔にしたい～

みなさんはお化粧をするとどんな気持ちになりますか？外見を美しくするだけでなく、表情も心も自然と明るくなり、前向きな気持ちをもたらしてくれるのではないのでしょうか。今回ご紹介するのは「化粧セラピスト」として資生堂から認定を受け、リハビリのひとつとして「化粧療法」を提供している当院の作業療法士たちです。病気や入院などをきっかけに化粧から遠ざかってしまう方も多くいらっしゃいますが、入院されていても、毎日をいきいきと良い気分でも過ごしていただくことが「化粧セラピスト」たちの一番の願い。彼女らが行っている「化粧療法」は、患者さまにどのような効果をもたらすのでしょうか？



## 化粧療法にはどんなチカラがある？

### 心の状態は健康寿命に大きく影響

お化粧と聞くと、外見を整えるものというイメージが強いかもしれませんが、お化粧はその方のQOL（生活の質）を高める手段のひとつでもあります。お化粧をすることで気持ちが前向きになり自分に自信がつくと、人と会いたくなる。社会性を持ち続けることは長生きの秘訣でもあります。

### 色を重ねるたびに笑顔が増える



お化粧により、脳の血流量が上がり、ストレスが減少と言われています。

お化粧後では表情がやわらぎ、みなさん笑顔でいっぱいになります。

### 筋力を鍛えるリハビリにもなる

実は高齢者にとってお化粧が筋トレにもなるんです！資生堂の研究によるとなんと食事の2～3倍の筋力を使用するといわれています。

その他にも唾液分泌量の増加や、口腔機能向上も見込まれます。



### 認知症でも自分らしく



高齢でも、認知症でも、人生を楽しむことは非常に大切。自分の人生に主体性を持ち、幸福感を少しでも感じながら生活できるよう、サポートしていきます。

## セラピストのご紹介



OT 高宮

"女性"としての最高の笑顔が見られることがやりがいです。



OT 高橋

お化粧で笑顔を増やしていきたいです！



OT 大和田

いくつになっても女性らしさを楽しまるようサポートします！！



OT 岡田

お化粧で皆さまが笑顔になるのが嬉しいです。



OT 梶田

入院生活に彩りを添えていきたいです。



OT 吉岡

お化粧を通していつまでも明るくいいきとした気持ちで過ごせるよう、同じ女性として頑張っていきたいと思っています。



OT 塩見

「お化粧」という作業を通し、患者さまの生活と心に少しでも彩りを加えることができたらと思います。

当院に入院されている患者さまに化粧療法のお話をすると、「今さらやっても仕方ない」や「うまく出来ないからやらない」と拒否されることも少なくありません。ですが、実際に参加された方に何うと「次回も参加したい」「楽しかった」など、前向きな声を多くいただきます。認知症の方であっても、ご自身がお化粧をされていたころを思い出すような慣れた手つきで進められることもあります。そこでは自然と患者さま同士が褒め合うような交流も生まれています。普段あまり外に出たがらない患者さまが、お化粧のあとは自ら出入口まで歩いて行かれたりすることもあるんですよ。お化粧を楽しんでもらいながら、日常生活動作の維持向上にも役立ててもらいたい。他職種とも連携し、その方を支えるケアの1つとして提供し続けていきたいと思っています。



教えて！かどまつ係長

# 知っておきたい 医療制度



門松 悠也  
かどまつ ゆうや

第1回の  
テーマ

はじめまして。医事課の門松です。今号より皆さまから多くのお問い合わせのある医療制度についてご紹介していきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします（全4回）

「高額療養費制度」についてです。

## 医療費が高額になりそうなときは 限度額適用認定証を申請しましょう

医療機関の窓口で、支払う医療費が高額になった場合に、自己負担限度額を超えた分が払い戻される制度を「高額療養費制度」といいます。払い戻されるとはいえ、一時的には大きな負担となりますね。特に手術を要する入院ではお支払いが高額になります。そこで必要となるのが...

## 限度額適用認定証

げんどがくてきょうにんていしょう

「限度額適用認定証」と健康保険証を併せて医療機関の窓口であらかじめ提示することにより、1か月（その月の1日から末日まで）の窓口支払いが自己負担限度額までとなります。



一旦全額を支払った後に払い戻しを受けるか、認定証を見せて事前に窓口負担を減らすかってことだね！

## どこで受け取れるの？

ご本人以外(代理人)での申請もできる※書類有



お手元にある保険証（被保険者証）の種類にもよります。  
会社員の方（社会保険）・・・お勤め先の保険担当部署  
自営業の方（国保）・・・お住まいの市区町村役場  
70歳以上の方・・・お住まいの市区町村役場

## 申請のタイミングはいつがいいの？

高額な医療費が発生すると分かったらすぐに申請しましょう。郵送での申請は、1週間程度時間がかかる場合があるので、急ぎの場合は窓口で交付をしてもらうのがおすすめです



① 限度額適用認定証は保険医療機関（病院・調剤薬局）ごと、および入院・外来それぞれの取扱いとなります。つまり、**合算はできません。**

② 食事療養費（入院中の食事代）および差額室料（個室代）おむつ等の自費は **対象外になります。**

③ 限度額適用認定証は申請した月からの適用となります。必ず入院した**月内に申請。**

④ **所得により**、限度額適用認定証の種類や自己負担限度額は異なります。

⑤ **保険証と同様に有効期限**がありますので、期限が切れる前に再申請を行なってください。

⑥ 制度は同じですが、限度額適用認定証の取扱いが**市区町村によって異なる**場合があるので、必ずご確認を！

75歳以上の限度額適用認定証及び高額療養費制度については

また次回！お会いしましょう



## 続けられる 健康体操

えんげ  
～嚥下機能アップ編～



食事と運動は健康長寿のかぎ！

### TRY ① 開口訓練



- ① 大きく口を開け、10秒停止
- ② これを5回繰り返す
- ③ 1日2セットが目安

### TRY ② 舌の体操



- ① 鼻につけるように10秒上に

### TRY ③ 嚥下おでこ体操



- ① へそをのぞき込むように顎を引き
- ② おでこに手を当てて力を加える
- ③ 5秒維持。  
のどぼとけに力を入れるようにする



- ② 左右に10秒ずつ



- ③ 思い切り10秒下に

モデル：当院作業療法士 池間大輝



鶴川サナトリウム病院では公開講座や交流会、その他イベントなどを定期的の実施しておりますが、4月現在、新型コロナウイルス感染拡大の影響により、開催を中止または延期しております。下記に記載の内容につきましても中止または延期の可能性がございますので、ご不明な点は広報企画室(042-737-1257)までお問い合わせください。

事前申込制

交流・勉強会

事前申込制

参加無料

5月公開講座

# 「わかる」 認知症勉強会のご案内

専門スタッフの講義と質疑応答・相談ができる会です

上半期スケジュール

5/15(日) 中止となりました  
10:20-11:50

「認知症につかう薬」

講師/薬剤師・作業療法士

7/17(金)

10:20-11:50

「やり方次第で介護が変わる」  
「認知症へのリハビリテーション」

講師/看護師・介護福祉士・精神保健福祉士

予告  
連続

秋の家族交流会：9/4・9/11・9/18

専門職講義+家族交流会 専門職は医師・看護師・臨床心理士を予定しています

- 対象者：当院通院・入院・通所リハビリご利用者のご家族
- ※ご家族の会のため、患者さまご本人はご参加いただけません
- 参加費無料 ■会場 院内会議室 ■定員 10名

お問合せ・お申込み

家族支援委員会

042-735-2222 (代表)

担当：外来・臨床心理室(内線 666)

## 「お化粧品で心と体ウキウキ講座」

5月25日(月) 13-15時

鶴川市民センター  
第2会議室

※本講座はシミやあざを目立たなくする化粧品講座ではございません。詳細は広報企画室(042-737-1257)までお問合せください

本誌で特集した  
化粧品セラピストに  
よる講座です

お知らせ

## 「お見舞いメール」ご存じですか？

ホームページから入院患者さま宛てにお見舞いメッセージをお送りいただけます。いただいたメッセージは、季節の便箋にて、ご本人さまにお渡ししております。是非ご利用ください。



お知らせ

## 4月より外来担当医表が更新されました！



令和2年4月より、新任の医師も加わり、  
外来担当医表が一部変更となりました。  
お間違いないようご注意ください。  
(精神科・老年精神科・もの忘れ外来は要予約)



# 鶴川栄養科 季節のお料理



毎回テーマを決めて、季節のお料理レシピを紹介していくコーナーです

今回のテーマ

## 「免疫力アップ」

今回ご紹介するレシピのキーマンは **納豆**！良質なたんぱく質やミネラル・ビタミンが多く含まれている発酵食品代表選手ですが、実はビタミンAとビタミンCが含まれていません。それらを含む春野菜と一緒に食べることで、バランスのとれた栄養満点のお料理になります。免疫力をあげて、病気に負けない体づくりを目指しましょう！

＜材料＞ 約2人分

卵	2個	ピザ用チーズ	50g
菜の花	20g	納豆	1パック(40g)
アスパラ	1本		
新じゃが	1個		
春キャベツ	20g		

＜ソース＞

ヨーグルト(プレーン)	大さじ2
味噌	小さじ2
納豆のたれ	1袋
納豆のからし	お好みで



＜作りかた＞

- ① 野菜をさいの目の大きさに切る
- ② ①をシリコンスチーマーか耐熱皿に入れてラップをして600wで3分加熱
- ③ ②に納豆・溶き卵・チーズを加える
- ④ 200wで10分加熱する  
※弱での加熱がおススメ！加熱時間はレンジによって調整
- ⑤ 加熱が終了したら、食べやすいように切り分け、混ぜ合わせたソースをかけて完成！



ソースで乳酸菌を  
さらにプラス！

野菜と納豆の

スパニッシュ  
オムレツ

# 認知症疾患医療センター実績報告（1月～3月）

## ●市民公開講座

「高齢者のこころとケア」 稲城市立iプラザ  
 「認知症と老年期うつ」 まちだ中央公民館



高齢者のこころとケア

## ●認知症疾患医療センター公開講座

※新型コロナウイルス感染症の影響により  
 予定していた講座はすべて中止となりました

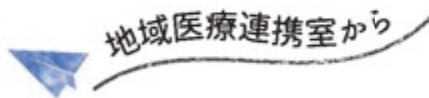
## ●町田市認知症事業関連

まちだDサミット 桜美林大学  
 セッション参加 モデレーター 村山秀人精神保健福祉士  
 スピーカー 小松弘幸医師



まちだアイ・ステートメント

## 医療関係者のかたへ



当院は認知症を専門とする精神科と慢性期中心の一般内科を併せ持つ療養型病院です。

患者さまのご入院相談をお受けしております

### お受入れ可能疾病・ご状態

導尿・バルーン	喀痰吸引	癌・ターミナルケア	インスリン	褥瘡
経鼻胃管	IVH	CV ポート	胃瘻・腸瘻 腎瘻・膀胱瘻	酸素療法
気管切開	人工呼吸器 ※台数制限あり	NPPV ※台数制限あり	認知症 (BPSDの増悪)	神経難病
人工肛門	リハビリテーション	生活保護	単身 身寄り無しの方	※医療区分1の方は 応相談



入院・転院のご相談→

**医療相談室 TEL 042-737-1270**  
 受付：平日9時～17時/土曜9時～12時15分



東京都指定 認知症疾患医療センター  
 IMS(イムス)グループ 医療法人財団 明理会

鶴川サナトリウム病院



町田市真光寺町 197 TEL:042-735-2222

無料送迎バス 小田急線「鶴川」駅約8分

つるさな 京王線「若葉台」駅約7分

広報誌に関するお問合せ ▶ kouhou3710@ims.gr.jp