

行事紹介

平成28年7月7日

入所・通所

武蔵野徳洲苑
七夕まつり

第四回 武蔵野徳洲苑
七夕まつり

7月7日(木)
会場:各階フロア
終日開催!!

TEL:042-465-0800

七夕まつり
美味しい行事食!!

- ・七夕そうめん
- ・鶏肉の梅ソースかけ
- ・ほっぺん草の和文物
- ・栗焼(スイカ)
- ・七夕ゼリー

七夕飾りに
季節感
願う思い
を楽しむ

思いを込めた
短冊!!




平成28年7月8日

入所・通所

参議院議員選挙!!
不在者投票



施設ご入所中のご利用者様は不在者投票ができます。

公示日
平成28年6月22日(水)

投票日
平成28年7月10日(日)

受付期間 平成28年7月2日まで

施設内での不在者投票日
7月8日(金)
13:00~15:00

投票場所
武蔵野徳洲苑1階 相談室

不在者投票権者氏名
武蔵野徳洲苑
施設長 栗田 明

投票立会人氏名
武蔵野徳洲苑
事務責任者 堀野 幸一



お問い合わせ
武蔵野徳洲苑 事務局 TEL:042-465-0800
〒188-0013 東京都武蔵野市向台3-5-7
http://musashino-tokushuen.jp/

事前に住所要件を
ご確認ください。

円居(まどい)



武蔵野徳洲苑 施設長 栗田 明

介護老人保健施設武蔵野徳洲苑 広報誌のタイトルにある「円居(まどい)」とは、団欒の意。利用者様・ご家族様が集まり、楽しく語り合える施設を目指して名付けました。

「サルン」に集まる時などは円居が大抵三つ位に分れて出来た



施設長ご挨拶

高齢者の認知症ケア

現在我が国の65歳以上の高齢者の認知症数は約462万人(15.6%)で、平成37年には675万人(19%)に達すると予測されています。政府が一丸となった認知症例の生活全体を支える取り組みが、2012年認知症施策推進5か年計画プロジェクトとしてはじまりました。その骨子は“認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができる社会の実現を目指すこと”です。この指針は新オレンジプランとして平成27年1月27日に立ち上げているので既に約1年6カ月経過しました。今回は最近の認知症とその取り組みについての概要をご説明します。

一般に認知症の高齢者は、“①同じことを何度も言ったり聞いたりする、②財布が盗まれたりと言う、③だらしなくなった、④いつもの駅を乗り過ごした、⑤夜中に急に起きだして騒ぎ出す、⑥置き忘れが目立つ、⑦計算間違いが多くなった、⑧物の名前が出てこなくなった、⑨ささいなことで怒りやすくなった”などの9項目が日常生活の最初の変化です。認知症は、大きく分けて“アルツハイマー型の認知症、脳血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭葉認知症”に分類されます。認知症を診断するさい、“加齢による物忘れ”と“うつ病”との鑑別が重要です。認知症は抗不安薬、心臓薬や利尿薬のほか肺炎や尿路感染症などのさい服用する薬剤などによっても引き起こされることがあります。薬剤による認知症の場合は、薬剤を中止すると改善されます。アルツハイマー型認知症の薬剤として、①アリセプト、②メマリー、③レミニールがよく用いられます。最近、内服薬のほかに、リバスタッチなどの貼付薬が発売されているので経口の困難な認知症に用いられています。

高齢者の生活動作を増加させるリハビリとして、本人の興味、自信、楽しみや他人に役に立つことが出来るような生活意欲を向上させる試みが最近注目されています。具体的には絵画、唄、活け花、園芸、書道、体操、ダンス、パソコンなどの操作により集中力をたかめる前向きな取り組みです。実行するには家族の協力、内服薬の管理、栄養、睡眠、慢性疾患などの的確な掌握がポイントです。老健は病院ではないので作業療法や音楽療法を積極的に取り入れたリハビリを行えるメリットがあります。当施設では現在専門家による音楽療法のほか職員のボランティアによる歌謡を毎月行っています。そしてご利用者の身体的、精神状態について医師、看護師、リハビリスタッフ、介護職員などのカンファレンスを通して、ご利用者毎の方向性を確認しています。私たちは当施設のご利用者の悩み、苦しみ、楽しみを共有しながら当施設を利用される皆さまからのアドバイスを参考に、よりよい老健の構築を目指して職員一同頑張っていることをお伝えします。

参考資料

- (1)平成28年度 認知症ケア研修会資料：認知症短期集中リハビリテーション研修会
- (2)栗田明、阿部真也、品川直介：脳血管、心疾患を有する後期高齢者に対する音楽療法の有効性、東京都医師会雑誌 第63巻 第5号；84-88、H22.6.15

ロコモティブ(ロコモ)症候群

日本整形外科学会が2007年(平成19年)に提唱した「要介護になる」リスクの高い新しい概念で運動器の障害により、要介護が高くなっている状態をさします。要介護者の24%は運動機能障害原因です。現在予備軍を含めると約4,700万人(男性2,100万人、女性2,600万人)です。原因としては、①運動器自体の疾患(筋骨格運動系)と②加齢による運動器機能不全に分かれます。前者は変形性関節症、骨粗鬆症に伴う円背、脊柱管狭窄症、や慢性関節性リウマチなどです。後者は、加齢により筋力が低下し運動速度や深部感覚が低下し、総合的に運動機能が低下して容易に転倒しやすくなります。当施設の場合、ロコモは脳梗塞、高血圧について3番目に多い疾患で、全入所者の約13.6%(33/243)で大半は大腿骨の骨折です。

症状は四肢や背部の関節痛や機能低下で、姿勢が悪くなり膝の変形(O脚)で身体が硬くなります。具体的には、①片脚で靴下がはけない、②家の中でつまずいたり、滑ったりする、③階段を上るのに、手すりが必要である、④青信号で横断歩道を渡りきれない、⑤15分くらい続けて歩けない、⑥2kgの買い物(1Lの牛乳パック2個程度)を持ち帰ることが出来ない、⑦布団の上げ下ろしが困難である、などが当てはまる場合はロコモの可能性がります。

ロコモの予防の基本は、①足腰の筋力の強化、②バランス力の強化、③膝や腰に過剰な負担にならないなどの3点です。家庭でできる方法として「開眼片脚立ち」と「スクワット」があります。加齢に抵抗することは一般に困難を伴うことが多いのですが、運動は随意運動であり、効果を実感できる利点があるので、是非実践して健全な高齢化社会の構築に励んで頂くことを期待します。

ロコモティブ症候群予防の体操



行事紹介

平成28年5月10日

入所・通所

サクソ演奏会 お見事!! 四重奏



CONCERT サクソ演奏 演奏曲紹介

一緒に歌って参加できる演奏会!!

5月10日 火 2階
14:00~15:00

- 第1曲 「琉球幻想曲」
- 第2曲 「涙そうそう」
- 第3曲 「白雪姫メドレー」
- 第4曲 「糸」
- 第5曲 「津軽海峡冬景色」
- 第6曲 「日本の四季メドレー」
- 第7曲 「美空ひばりメドレー」

お申込みお問い合わせ 武蔵野徳洲苑
042-465-0800 <http://musashino-tokushuen.jp/>



平成28年5月14日

入所・通所

二胡演奏会!! プロの演奏

中国伝統楽器で聴く
二胡演奏会
「二胡FRIENDS」
5月14日 土曜日
14:00 (14:45終了予定)
3階フロアーにて開催予定!!

岩本薫美子 プロフィール
1998年より上海に留学。上海音楽学院民族楽器系・王永徳氏に師事。帰国後「楽楽コーポレーション」立ち上げと同時に講師として指導を開始。フーレン二胡合奏団主宰。2010年秋、二胡・ヴァイオリン・チェロの技楽アンサンブル アルカナを結成。コンサートや音楽祭・イベントなどに多数出演している。

お問い合わせ：武蔵野徳洲苑 レクリエーション委員会
042-465-0800



リハビリ室より

よ〜く見て下さい!

この車いす、両足にペダルがついています。当苑では、この足でこいで動く車いす、COGY(こぎー)を導入し、利用者さまのリハビリに使っています。

見た目よりもとっても簡単。歩けない方や普通の車いすを動かさない方でも、両足にペダルをつければあら不思議!ほんの少しの力で進んでしまいます。片側の麻痺がある方も片足の力があれば大丈夫。速足と同じくらいのスピードで進むことができます。

自分の力で風をきって進む感覚。。。!多くの利用者さまの笑顔が生まれています。

リハビリ室 内藤美和子



平成28年6月4日

入所・通所

女性合唱団!! コーラス・ドルチェ

★ Chorus Dolce ★
コーラス・ドルチェ女性合唱団
♪歌が教えてくれること♪
2016
6/4
SAT
14:00~
(14:45終了予定)
武蔵野徳洲苑
3階フロアーにて開催予定

～自己紹介～
東京都東武東上線の新都児産婦人科クリニックに所属する女性合唱団。児童館行事の手伝いを始め、地元の子育て支援活動に絡みつつ毎週金曜日に児童館でコーラスの練習を続けています。明るく活発な、好奇心旺盛でおしゃべり。みんな楽しく自分が大好きな仲間を大切に、社会の役に立つことを願い、地元で頑張っています。

お問い合わせ
武蔵野徳洲苑 レクリエーション委員会
042-465-0800 担当:堀野



平成28年5月21日

親睦! 病院・老健合同

毎年恒例の合同BBQ大会

第2回病院 & 老健 合同!!
「BBQ大会」
パーベキューのお知らせ

みんな美味しく食べましょう!
5月21日(土) PM3:00~7:00
武蔵野徳洲苑特設会場
会費: ¥1,000-

焼肉・焼魚・焼き鳥・焼きそば
サラダ・フルーツ・デザート
ビール・ワイン・焼酎・芋焼酎・ハイ
冷麺・ラーメン・コープ・お茶など

パーベキュー参加申込書



私たち武蔵野徳洲苑は、地域に根ざした頼りになる施設を目指します。誰もが最善の福祉を受けられる社会を目指して。

第8号 制作・編集・印刷・発送
武蔵野徳洲苑広報委員会

〒188-0013
西東京市向台町3丁目5番57号
☎042-465-0800
fax042-465-0812
医療法人沖繩徳洲会
介護老人保健施設武蔵野徳洲苑