



医療法人ピーアイエー

## ナカムラ病院

介護老人保健施設 まいえ  
グループホーム つばい

社会福祉法人双樹会

特別養護老人ホーム  
陽光の家通所介護事業所  
訪問介護事業所  
居宅介護支援事業所C & C  
コミュニケーション

第67号

発行所 〒731-5142 広島市佐伯区坪井三丁目818-1 TEL(082)923-8333(代)  
ホームページ <http://www.pia-gr.or.jp/>

## 抜本的な超少子高齢化対策を

昨年十一月二十日の新聞で、二〇一一年度の介護保険制度改正に向けて、厚生労働省が本格的な利用者の負担増に踏み切る方針を打ち出したことが報じられました。

高齢化が急速に進んで、介護サービスの利用が急増して、財政難に陥ったことがその理由です。

そして同月二十四日には、六十五歳以上の高齢者に対する家族からの虐待件数が、二〇〇九年度は前年度より四・九%増の一万五千六百十五件の過去最高となったことが記事になっていました。

わが国の六十五歳以上の高齢者の人口は別表にみるように更なる増加傾向にあり、一方、六十四歳以下の人口は減少の一途をたどるとの推計がなされています。

すなわち二〇一〇年九月現在の高齢化率は二三・一%と世界一であり、このまま推移すれば二〇五〇年には四〇%に達すると試算されています。

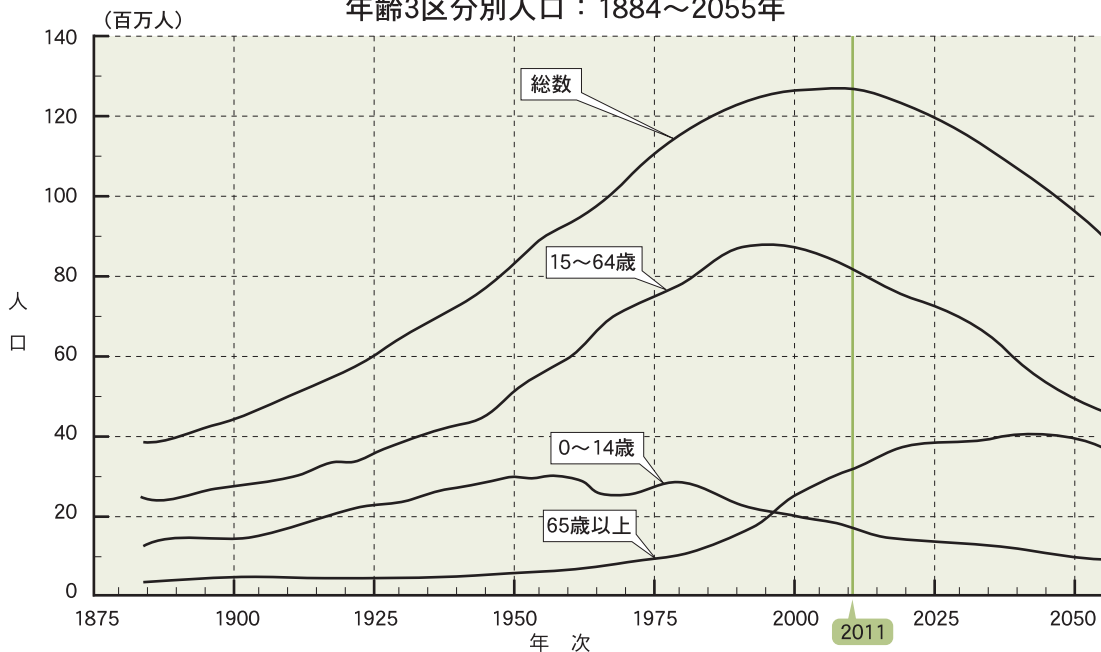
このような事態はわが国の存亡にも関わる問題ですので、単なる高齢者対策ではなく、出生率のアップなどの少子化進行の防止策を早急に講ずる必要があるのではないのでしょうか。

以上、年頭にあたっての所感です。  
本年もよろしく御願ひ致します。

医療法人ピーアイエー

理事長 中村 英雄

年齢3区分別人口：1884～2055年



## 参照

人口の動向 日本と世界 人口統計資料集二〇一〇  
国立社会保障・人口問題研究所編集  
財団法人厚生統計協会発行 二十九頁より

# みんなで作るコンサート

平成22年  
10月16日  
開催

この度、ナカムラ病院に於いて三回目となります。「ヴァイオリンとピアノのコンサート」に、上野眞樹さんとご一緒に出演させていただきました。毎回たくさんの方が聴きにいらして下さり、とても嬉しく思います。そしてこの度も、何と一五〇名近い方が会場に足を運んで下さったそうで、大変感激いたしました。中村先生をはじめ、準備から当日の運営まで色々とお世話下さった病院スタッフの方々に、この場をお借りして心よりお礼申し上げます。

演奏会と一言で言っても主旨や会場、対象となるお客さまによって色々な形がありますが、今回のようにみなさまからリクエストをお聞きながら演奏していくというスタイルは、お客さまと演奏者の一体感を感じることができるととても楽しいです。みなさんがどんな曲をお好きなのかよく分かっています。タイトルにさせていた「みんなで作るコンサート」というのは、例えば同じ曲を演奏してもその瞬間、その空間、そしてそこに居る人たちによって全く違う

感じ方になり得るものだと思います。そういう意味で演奏会というのは、「みんな」で創り上げるものだと実感していますし、それを「一期一会」だと思っています。ヴァイオリンと違い、ピアノは座って楽器の方へ体を向けて演奏しているの、演奏中はなかなかお客さまの方を見ることができませんが、この日はみなさんの温かい空気を感じることができました。まだまだ未熟な私ですが、いつもヴァイオリンの上野さんにご指導いただきながら、こうしてみな

さんの前で演奏させていただくことで、貴重な経験を積ませていただいています。「心の栄養となる演奏」ができる演奏家を目指して、これからも努力していきたいと思っています。ありがとうございました。

ピアニスト 吉野 妙



素敵な演奏と軽快なトークで  
楽しませていただきました！



## カレンダー展

2011年

今年も恒例のカレンダー展を企画しました。時代とともにカレンダーは斬新となり、今年はグローバル社会を反映してか、世界の歴史・文化・自然などをモチーフにしたものが多く、時の移り変わりを

を感じさせてくれました。

この企画の十周年記念として、「千支・開運瓦展」を開くことにしました。

この二つの企画を通して、日本の古き伝統風俗に思いを寄せながら、新しい世界探訪の旅へ出掛け見て下さい。

展示会終了後は、ご希望のカレンダーを皆さま方に贈呈させていただきます。

PIAギャラリー 顧問

赤木 博典



病院に華やかさと彩りある空間をもたらしています。



平成23年 2月 ▶ 平成23年 5月

今後の予定 ※展示内容は一部変更する場合があります。

展示場所	期間・内容	
第一展示コーナー	2月1日→3月下旬	中野友三 油絵展
	4月上旬→5月下旬	石彫家 鈴木政夫の世界
第二展示コーナー	2月上旬→2月下旬	菅尾洋子 師弟展
	3月上旬→4月中旬	いわさきちひろと豆画伯
	4月下旬→6月上旬	五日市高等学校 美術・書道展

## 第48回

## 家族会



平成二十二年十一月二十七日(土)

第四十八回家族会を行いました。今回は塚野院長より「認知症の理解と予防」について話していただきました。もの忘れと認知症の違い、症状などについての説明に、みなさん熱心に聴いておられました。

また座談会には病棟スタッフも参加し、ご家族の方々の体験談や悩みなどをお話していただきました。参加されたご家族からは「家族同士で交流できてよかったです」とご好評をいただきました。

介護老人保健施設まいえ

支援相談員 上平 幸恵



## 心の老化防止の生活

- 1 生きがいのある積極的な生活
- 2 老若男女交流の機会を増やしていく
- 3 毎日一定の仕事をする
- 4 興味と好奇心を持つ
- 5 日記をつける
- 6 外出、旅行に行く
- 7 くよくよせず、明るい気分で生活

▲講演での資料より抜粋



## 私たちこんなことを発表してきました

## 第21回

## 全国介護老人保健施設大会

in岡山



### 老人力と老健力 高齢社会の中のパートナーシップ (人と人、力と力、無限の可能性を信じて)

開催日：平成22年11月10・11・12日

会場：ホテルグランヴィア岡山

まいえからは5名の職員が参加し、2名の職員が発表を行いました。

## 不安からくる頻尿への生活改善アプローチ

～より充実したライフスタイルを求めて～

まいえ2 介護職 木村 仁



頻回に尿意を訴え日常生活に支障をきたしている利用者さまに、どうすればトイレの心配をせずに穏やかで充実した生活を送って頂けるか、作業活動を用いて実施しました。その結果、尿意の訴えが減りコミュニケーションが増え、自身の役割を見出し充実した生活が送られるようになりました。今後も利用者さまと向き合い理解を深めることで、抱えているさまざまな不安や悩みを取り除いていきたいと思います。

## より多く利用者に関わるために

～業務改善から得たひととき～

まいえ1 介護職 石田 美紀



日々の業務に追われ、利用者さまとゆっくり関わることが少なかったため、職員間で話し合い業務を見直す取り組みをしました。結果、細かなケアができたり少人数でトランプをしたりと、利用者さまと職員と一緒に楽しむ、ふれあいの時間を持つことができました。これからも、今まで以上に職員間、他部署との連携を図り、利用者さま、職員ともに「幸齢社会」を創っていききたいと思います。

# 陽光の家通信

## 【秋まつり】

陽光の家では、平成二十二年十月十九日に秋まつりを開催いたしました。今回は焼きいも・たこ焼きなどをごちそうになり、ご利用者の皆さまは美味しそうな表情を浮かべて食べていました。

最初は、皆さま照れた表情で、手作りみこしを担いで園内を回っていました。次第に「わっしょい、わっしょい」とかけ声も大きくなり、賑わっていききました。

焼きいもの下準備もご利用者の皆さまが一つ一つ丁寧に作業し、炭の中に入れ、「まだか、まだか」と心待ちにしていました。出来上がると、懐かしい思い出に浸りながら話をしたり、季節を感じながら



▲わっしょい、わっしょい

ら、ホクホクとした焼きいもを美味しそうに召し上がっていました。サプライズのたこ焼きも皆さま大好評で、「おまつりといったらこれ！」と、楽しまれました。

すべて手作りで親しみやすい秋まつりとなり、ご利用者さまからは、「また来年も楽しみにしよう」「いい思い出になりました」というお言葉をいただきました。

皆さま大変喜ばれていた様子で、職員も楽しい思い出となり、笑顔が絶えない秋まつりとなりました。

特別養護老人ホーム 陽光の家

介護職 佐々木雄治

## 栄 養 の お 話

### おせち料理について

新年を迎え、各ご家庭ではおせち料理を食べられたと思います。そもそも、『おせち』は、『節会(せちえ)』、『御節供(おせつく)』の略で、語源のルーツは平安時代の朝廷行事にさかのぼり、現在の形になったのは、江戸時代後半頃とされています。

現在のおせち料理は、一年の幸福をお祈りしながら家族揃っていただく料理で、正月の三日間を、女性に休養をしようという意味あいもあるようです。

おせち料理の名前の一つ一つにも、縁起が良く無病息災や子孫繁栄を願い祈ったものが多くあります。例えば、エビは長寿、黒豆は無病息災、数の子は子孫繁栄、きんとんは息災などです。

皆さんは、今年はどうなおせち料理でしたか？



ナカムラ病院  
栄養科主任 前原 陽子



## つばい こぼれ話

### 紅葉狩り の巻

つばいでは、晴天にめぐまれた平成二十二年十一月十六日(火)、日本の眺望といわれる宮島サーブスエリアに紅葉狩りに行きました。車窓より移り変わる山々の紅葉を眺め、「きれいじゃね」と感激の声をあげていました。昼食はそれぞれ好きなメニューを選ばれましたが、特にカキ料理が人気で、皆さま堪能されていました。公園内を散策し、日本三景の宮島を眼下に見ながら、朱色の鳥居や紅葉の前で記念撮影し、全身で季節を感じていただきました。

グループホーム つばい

介護職 中井とき子

# 第4弾

# 快護の匠



今回は、介護療養型医療施設の紹介です。  
今回説明して下さる匠は、ナカムラ病院の医療福祉相談員の新宅直子さんです。

## ～介護療養型医療施設～

### 介護療養型医療施設とは…

- 介護と医療の両方を必要とする高齢者が長期療養のために、入所する、介護保険が適用される施設です。
- 要介護度1～5と認定されている人が、急性期の治療が終わり、慢性的な症状のための療養を行うための施設で、医療・看護に重点を置いたサービスが受けられます。
- 医療や看護をほとんど必要としない入所者が多く、医療保険が適用される療養病床と機能が似ていることが問題となっています。このため厚生労働省は2011年度末にこれを廃止し、他の介護保険施設へ転換する方針を明らかにしていますが、現在保留となっています。

### 対象者は…

介護保険で要介護1～5の認定を受けており、病状が安定期にあり、医学的管理のもとで、長期間にわたる療養や介護が必要な方が利用できます。

### サービス内容は…

医療および医学的管理、日常生活上の世話、リハビリテーション、認知症の方への介護・世話、ターミナルケア(終末期医療)等です。

### 料金は…

要介護度や部屋のタイプ(個室、2人部屋、4人部屋)や収入に応じて変わってきます。相部屋の場合、1ヶ月あたりの費用は9～17万程度。ユニットケア(個室)の場合は、25万を超えるケースもあります。内訳は、施設サービス費の1割のほか、居住費、食費、日常生活費などです。所得によっては減額制度を利用することもできます。

### 施設利用料金

居住費(家賃・光熱費)	全額負担
食費	
日常生活費(日用品・理美容代など)	
部屋代(多部屋を除く、2部屋・個室など)	
個別対応のサービス(特別食など)	一割負担
施設介護サービス費 身体介護・生活援助・健康管理などのサービスと、おむつ代など	

### ●施設介護サービス費

要介護度、居室のタイプによって決まります。特別なサービスには**加算**があります。居宅サービスのような支給限度額はありせん。費用の1割が自己負担となります。

### 介護保険の加算対象となるサービスの例

- 初期(入所後30日以内)
- 重度化対応
- 看取り看護
- 在宅復帰支援機能
- 療養食
- 経口移行
- リハビリテーションマネジメント
- 短期集中リハビリテーション実施
- 個別機能訓練
- 栄養マネジメント
- 専従・常勤医師の配置
- 経口維持

お近くの介護療養型医療施設については、広島市や広島県のホームページや広島県介護サービス情報公表システムやWAM NET(ワムネット) <http://www.wam.go.jp/>を参照していただくか、担当のケアマネージャーや区役所、地域包括支援センターにお問い合わせください。また、入所申し込みについては、それぞれの施設にお問い合わせ、手続きを行ってください。

# 介護

## ワンポイントアドバイス 16

### Nursing One Point Advice

#### ～腰痛予防③～

#### ●体操を行う際の留意点

- 1.息を止めない
- 2.反動をつけずにゆっくり行う
- 3.痛みが出ない範囲で行う
- 4.反復して行う
- 5.少しずつでも、毎日続けていく

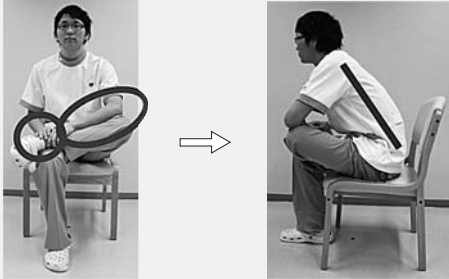
体操を行う際の留意点を守りながら、身体を柔らかくしたり、力をつけたりしていきましょう。

### 5 お尻を伸ばす

**目的** お尻の筋肉を柔らかくする。

- 方法**
- ① 片膝の上に反対側の足首をのせます。
  - ② のせた方の足首～膝にかけて手を添え(写真○印)、背すじを伸ばしたままお辞儀してきます。10秒数えたら、反対側も同様に。
  - ③ ②を3～5回行います。

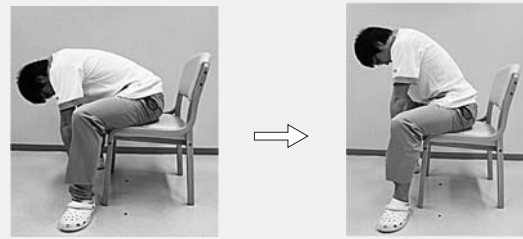
※背中を丸めないように! お尻を充分伸ばせなくなります。



### 6 背中を伸ばす

**目的** 背中の筋肉を柔らかくする。

- 方法**
- ① 深く腰掛け、両足は肩幅ぐらいに広がります。
  - ② 両手を脚の内側に添わせながら、前に屈んでいきます。
  - ③ おへそを見ながら、ゆっくり元に戻ります。
  - ④ ②～③を3～5回行います。



ナカムラ病院 リハビリテーション科  
理学療法士 陰浦 舞子

### 「自衛消防隊競技大会 努力賞表彰」

平成二十二年十月二十七日に安佐北区の広島市総合防災センターで自衛消防隊消防競技大会が開催されました。昨年の通算二十回出場に引き続き、二十一回目の参加となりました。過去二十回は屋内消火栓での参加でしたが、現在は、スプリンクラーを完備しているので屋内消火栓の代りに消化器の部に挑戦して参加しました。たった二回の練習でしたが、佐伯消防署で練習するうちにだんだんタイムを気にするようになり熱がはいってきました。いざ本番では参加九十五チーム中十三位という好成绩で驚きました。数日後、佐伯消防署の方が大きな表彰状を届けて下さいました。「努力賞」でした。力が消火競技で表彰されるのは初めてのことで感激しながら来年に向けて決意を新たにしました。



ナカムラ病院 総務課長

尾崎 和則

### スタッフインタビュー

★☆☆★  
毎回シリーズでお届けしている各部署責任者へのインタビュー。今回はB3病棟の木下久美子病棟科長です。

Q. 看護師を目指されたきっかけを教えてください。

A. 小学生の頃の夢から、高校卒業前には資格を持ち、やりがいのある仕事だと考えるようになり看護師を目指しました。

Q. 仕事にやりがいを感じるのはどのような時ですか？

A. 辛いこともあるけれどそれを乗り越え、納得のいく仕事ができ、患者さんや家族から感謝の言葉を頂いた時。

Q. リフレッシュ法は何ですか？

A. 旅行です。

Q. 今一番楽しみなことは？

A. 孫の成長です。

Q. 今後、挑戦してみたいことはありますか？

A. 楽器(ピアノ・マンドリン)

ありがとうございました。★☆☆

## いきいき行事ダイジェスト

10月

- 料理教室(お月見だんご作り)(まいえ1)
- 日帰り旅行(陽光の家)
- 水遊び&秋の大収穫祭(リハビリ)
- 芸能発表会(陽光の家)
- 院内喫茶(まいえ2)
- 秋祭り(陽光の家)
- ハーモニカ演奏会(にぎや家)
- 誕生日会&フルーツバイキング(まいえ1)
- 生け花クラブ(陽光の家)
- 湧水まつり(観音公民館)(つばい)
- バスハイク(A3・まいえ1・まいえ2・リハビリとB1)
- そばうちバイキング(にぎや家)
- 外食(つばい)
- スイートポテパーティー(B5)
- 昼食バイキング(まいえ2)
- 法話会(陽光の家)
- 紅葉狩り(B6)

11月

- バスハイク(A3・リハビリとB4・にぎや家)
- 院内喫茶(まいえ2)
- 料理教室(湯豆腐作り)
- ケーキ&季節のフルーツバイキング(B5)
- 大正琴(全体行事)
- 物故者慰霊祭(陽光の家)
- 生け花クラブ(陽光の家)
- 紅葉狩り(つばい)
- 認知症病棟合同風船バレー大会(リハビリ)
- 昼食バイキング(まいえ1)
- 運営推進会議(つばい)
- 秋の運動会(まいえ2)
- 法話会(陽光の家)
- フルーチェ作り(B6)
- そば打ち(B7)
- 音楽クラブ(陽光の家)
- 昼食バイキング(まいえ2)

12月

- 食欲の秋を楽しもう〔畑のサツマイモとカボチャを食べる会〕(リハビリ)
- 料理(まいえ2)
- 院内喫茶(まいえ2)
- 音楽クラブ(陽光の家)
- イルミネーション見学(つばい)
- ハーモニカ演奏(にぎや家)
- クリスマス会(全体行事)
- 法話会(陽光の家)
- 大正琴慰問(陽光の家)
- クリスマス会(B5・B7・まいえ2)
- 昼食バイキング(まいえ2)
- ケーキ作り(リハビリ)
- クリスマスケーキ作りとクリスマス会(まいえ1)
- クリスマスバイキング(にぎや家)
- もちつき忘年会(陽光の家)
- 生け花クラブ(陽光の家)



▲いい香りがしてきました♪



そろそろできあがりですかね!?! ▲

## フルーツ作り

B6病棟では、二ヶ月に一度、患者さまに少しでも楽しい時間を過ごしていただけるよう、いろいろな行事を行っています。

十一月は『フルーツ作り』を行いました。病棟ホールのテーブルを六つに分け、各テーブルごとにボールを一つ用意し、フルーツチェの素と牛乳を入れて、患者さまに泡だて器でかき混ぜていただきました。初めは「フルーツって何?」と言われていた患者さまも、いざかき混ぜると楽しそうに作っておられました。フルーツは「ドロップ」とした食べ物なので、ペースト食

の患者さまにも召し上がっていただけます。出来上がると、器に盛り付けて全員でいただきました。患者さまは、「一口食べると「美味しい、美味しい。」と言ってくたさり、なかなかの好評でした。いつも大声の出る患者さまも、楽しそうな表情で穏やかに過ごされていました。

終了後、患者さまから「みんなで作る雰囲気楽しかった」「かき混ぜるのが楽しかったし、食べても美味しかった。またしたい。」などの感想をいただきました。次回も患者さまに楽しんでもいただけるような行事をしたいと思えました。

ナカムラ病院 B6病棟  
看護職 田原 京子

# いまここにホスピタルナカムラ

作詞作曲

けんげん

瀬戸の稜線

朝陽が昇りや

広島湾を

見下ろして

目覚め爽やか

この居場所

自然のめぐみ

満身に受けて

生涯幸せ

この喜びを

感謝で送日

有難さ

瀬戸の島々

浮世の浪漫

極楽寺山

背に仰ぎ

山風下りて

草木の香

目には青葉の

安らぎうけて

今日の幸せ

この安堵感

こぼれる笑顔

共生の顔

瀬戸の眺めは

よそでは見れぬ

安芸の宮島

右に見て

朱色鳥居に

おおよしろ

神仏拝み

御加護を受けて

生きた証の

多くの遺産

感謝で今は

身を清め

ありがとうナカムラ

ナカムラ



口ずさんでみると、ナカムラ病院の情景が浮かんでくるこの歌は、入院されている患者さまのご家族が贈ってくださいました。  
\*曲については紙面の都合上、掲載しておりません。

## 看護・介護の理念

我々看護・介護職は、患者さまの自立を目標に精神的、肉体的苦痛を軽減し、尊厳を持って安心・安全な療養生活ができる看護・介護を提供します。



## ピーアイエー理念

### 我々は幸齢社会を創ります

我々は、今後増大する高齢者の医療、福祉の要望や要請に対応したサービスを創造する社会的使命を自覚し、精神的、肉体的苦痛や負担を軽減し、安心して残りの人生を幸福に送って頂ける環境とサービスの創造と提供を行います。

## ボランティアをお願いします!!

### あなたの特技を 病院・施設で活かしませんか?

病院・施設ボランティアは利用者さまの生活に快適さと潤いを運ぶ活動です。個人でもグループでも結構です。現在、ハーモニカ演奏、手工芸、お茶席、生け花やフラワーアレンジメント教室の講師、メイクアップ、ギャラリーの展示作業等でボランティアの方々に活躍いただいています。

お問い合わせは…

TEL082-923-8333 (担当・中田)

## ◆ 編集後記 ◆

新年あけましておめでとうございます。今年(2011年)は平成二十三年、西暦では二〇一一年です。とっさに年号を尋ねられ、返答に詰まることはありませんか?新しい年号を分かっているようでも、慣れるまでに時間がかかります。また「もうそんなに年が経ったのか」と、時間の早さに驚かされます。「光陰矢のごとし」といいますが、日々を大切にしていきたいと改めて思います。  
本年もどうぞよろしくお祈り致します。

(U)