

輝城会広報誌

2020年
春号

〇ご挨拶

沼田脳神経外科循環器科病院
院長 赤尾 法彦

〇ふれあい出張診療

自宅近くで診療が
受けられる「へき地診療」の紹介

〇身近な病の話

もの忘れのお話①

〇介護サービスの紹介

もの忘れリハビリ デイサービスの紹介

撮影場所：前橋公園
撮影日：令和2年3月25日

ご挨拶

沼田脳神経外科循環器科病院 院長

赤尾 法彦



「今年はいよいよオリンピック」と誰もが華やかな一年になると思っていた矢先に、新型コロナウイルスが猛威を振るい、初春から重苦しいスタートになりました。

そんな中でも当院は、利根沼田地域における脳と心臓の救急病院として「断らない医療」を掲げその役割を果たすべく、最前線の急性期医療を提供できるように精進しているところであります。

その近況を申し上げますと、昨年度に血管撮影装置を高性能なものに新調しました。血管撮影装置は、カテーテル検査・治療の際に欠かせない機器です。脳と心臓のどちらにおいても、

カテーテル検査は必要不可欠な重要な検査であり、カテーテル治療は従来の開頭術や開胸術に代わる治療法として年々増加しております。血管撮影装置を高性能なものに新調したことで、体内に注入する造影剤の量を少なくすることができ、患者さんの体への負担の軽減につながることも可能となり、その高い解像度により、検査・治療の精度とも格段に向上させることが可能となりました。

今後とも、安全・確実・低侵襲な医療を提供できる体制を整えて参りたいと思います。

さて、理想の急性期治療のゴールは、患者さんの家庭復帰、さらには社会復帰を実現するこ

とです。そのため、当院では脳および心臓の治療に並行して、早い段階から積極的に行リハビリテーション（急性期リハビリテーション）を行っております。リハビリスタッフの数と質においても、救急病院としては他院より豊富に備えており、責任ある「急性期から在宅まで」の切れ目のない医療の提供を心がけております。

一方で、特に脳疾患においては、時として後遺症を生じ、家庭復帰が困難となることもあります。数か月に及ぶリハビリテーション（回復期リハビリテーション）が必要と判断される場合には、連携している周辺地域のリハビリテーション専門病院へ必要十分な診療情報の提供を

行った上でリハビリテーションを目的とした転院を円滑に進めることもできています。

また、当グループでは介護サービスの充実も図っており、入所および通所介護施設も準備しています。急性期や回復期のリハビリテーションを終えた患者さんがいかなる状況にあっても、その時々に必要な医療や介護が受けられる体制を整えています。

当院がここまで来られたのも、ひとえに地域の皆様の多大なご支援があつてのことです。その感謝を胸に刻みながら、住み慣れたこの地域で長く暮らせるよう、皆様の健康面のサポートに全力を尽くして参りたいと存じます。

ふれあい出張診療

自宅近くで診療がうけられるへき地診療

「地元」に沼田脳神経外科循環器科病院がやってくる

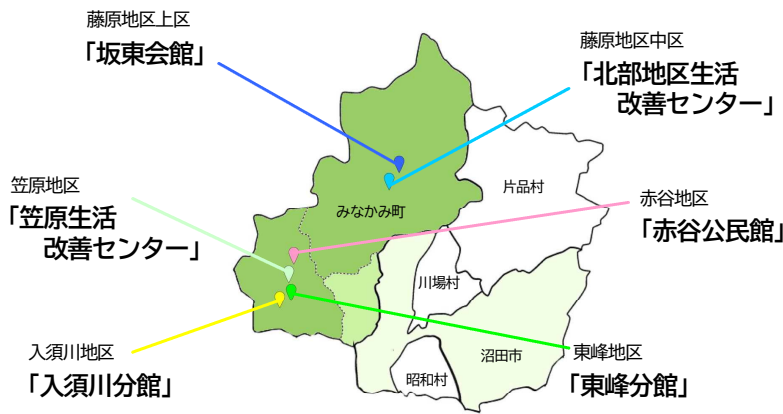
沼田脳神経外科循環器科病院は、「へき地医療拠点病院」として群馬県保健医療計画で「へき地」に指定されている地域に赴いてふれあい出張診療（へき地診療）を行っています。

ふれあい出張診療を行っている地区では、公民館等をお借りして月に一〜二回、半日の診療を行っています。

医療機関への通院が困難な方や、沼田脳神経外科循環器科病院や沼田クリニックを受診されたことがない方でも、その地域の方はどなたでもご利用いただけます。ふれあい出張診療では、診察、投薬の他に血液検査、心电图、定期的な注射等を行うことができます。

例えば、三ヶ月のうち二回がふれあい出張診療で一回が病院やクリニックのように受診することもできます。詳しくは下記お問い合わせまでご連絡ください。

出張診療・実施場所



[担当医]

「坂東会館」



赤尾医師

「北部地区生活改善センター」



石川医師

「赤谷公民館」
「入須川分館」
「東峰分館」



山田医師

「笠原生活改善センター」



高橋医師

令和2年4月～9月 ふれあい出張診療予定表

地区名	赤谷	入須川	笠原	東峰	藤原(中)	藤原(上)
診療場所	赤谷公民館	入須川分館	笠原生活改善センター	東峰分館	北部地区生活改善センター	坂東会館
診療時間	9:00～12:30	13:30～17:00	9:00～12:30	9:00～12:30	9:00～12:30	9:00～12:30
令和2年	4月	21日(火) 14日(火) 28日(火)	1日(水) 15日(水)	10日(金)	14日(火) 28日(火)	3日(金)
	5月	19日(火) 12日(火) 26日(火)	13日(水) 20日(水)	8日(金)	12日(火) 26日(火)	1日(金)
	6月	16日(火) 9日(火) 23日(火)	3日(水) 17日(水)	19日(金)	9日(火) 23日(火)	5日(金)
	7月	21日(火) 14日(火) 28日(火)	1日(水) 15日(水)	10日(金)	14日(火) 28日(火)	3日(金)
	8月	18日(火) 11日(火) 25日(火)	5日(水) 19日(水)	14日(金)	11日(火) 25日(火)	7日(金)
	9月	15日(火) 8日(火) 29日(火)	2日(水) 16日(水)	11日(金)	8日(火) 29日(火)	4日(金)

へき地医療
拠点病院
お問い合わせ

沼田脳神経外科循環器科病院
ふれあい出張診療担当

☎ 080-1156-4471
09:00-17:00 土・日・祝日は除きます。



ふれあい出張診療ご案内ページ



もの忘れのお話①

「なにかおかしい」、「いつもと違う」と感じたら早めの相談を

誰でも歳をとるとともに、物覚えが悪くなったり、人の名前が思い出せなくなったりします。こうした「もの忘れ」は脳の老化によるものなのです。

認知症は、「老化によるもの忘れ」(表1)とは違います。何らかの原因で脳の働きが低下することで起こる症状や状態をいいます。進行すると、だんだんと理解する力や判断する力がなくなって、社会生活や日常生活に支障がでてくるようになります。

認知症は、早くに発見して、正しく診断されることで、適切な治療が受けられる病気です。

治療可能な認知症(表2)であれば、早期診断により、予防や症状の改善につながります。アルツハイマー型認知症であれば、症状の

(表1) もの忘れのちがい

	老化によるもの忘れ	認知症によるもの忘れ
原因	脳の生理的な老化	脳の神経細胞の変性や脱落
もの忘れ	体験したことの一部分を忘れる	体験したことをまるごと忘れる
症状の進行	あまり進行しない	だんだん進行する
判断力	低下しない	低下する
自覚	忘れっぽいことを自覚している	忘れたことの自覚がない
日常生活	支障はない	支障をきたす

(表2) 認知症の種類と治療

○ 予防や治療の可能な認知症 —原因となる病気を治療—

- 血管性認知症**
脳梗塞、脳出血、くも膜下出血などの脳卒中が原因で起こる病気
- 正常圧水頭症**
脳脊髄液が脳室にたまり、脳室が圧迫され周囲の脳が圧迫されて起こる病気
- 慢性硬膜下血腫**
頭を強く打った後で、頭蓋骨と脳の隙間に血の固まりが生じて脳を圧迫することで起こる病気
- 甲状腺機能低下症**
新陳代謝を高める作用のある甲状腺ホルモンの分泌量が不足して空だの活力が低下する病気

△ 根本的な治療が困難な認知症 —進行を遅らせる治療—

- アルツハイマー型認知症**
アミロイドβというタンパク質が脳に蓄積され神経細胞が減少し、脳の萎縮が進行する病気
- レビー小体型認知症**
レビー小体というタンパク質が脳に蓄積され神経細胞が減少する病気
- 前頭側頭型認知症**
前頭葉と側頭葉の萎縮が徐々に進行する病気



進行を遅らせることができるかもしれせん。

また、早い段階から適切なアドバイスを受け、福祉サービスなどを活用することで、介護負担を減らすことも可能です。

輝城会グループでは沼田脳神経外科循環器科病院をはじめ、沼田クリニックや吾妻脳神経外科循環器科で、認知症サポート医による専門外来を行っております。

何かいつもと違うと感じたら（表3）、早めに相談・受診を試みてはいかがでしょうか。

◇認知症の予防

認知症についての研究が世界的に進むにつれて、生活習慣と認知症の関連性が明らかになりつつあります。

・禁煙

非喫煙者と比べて、喫煙者の方が明らかに認知症発症リスクが高くなっています。

・運動習慣

定期的な運動（週に一回以上の運動）はアルツハイマー型認知症の予防に有効であるとされています。

・食習慣（和食+野菜）

日本人には親しみやすい食べ物でありながら、アルツハイマー型認知症のリスクを下げる効果が期待できるMIND食（マインド食）を取り入れた食習慣が有効です。

摂取すべき食品

緑黄色野菜
その他の野菜
ナッツ類
ベリー類
豆、大豆製品
玄米や全粒粉の小麦などの全粒穀物
魚・鶏肉
オリーブオイル
ワイン類など

避けるべき食品

赤身の肉
バターやマーガリン
チーズ
パン菓子やスイーツ
揚げ物
ファストフードなど

そして前記とともに「社会的な活動に参加」することも重要です。さらに「リハビリテーション」を取り入れれば、身体の強化やリフレッシュ効果が期待でき、それ以外にも認知機能の向上、心の安定や自信を取り戻すなどの効果もあるといわれています。

輝城会グループではリハビリを重視した「もの忘れリハビリデイサービス」を提供しています。

（表3）

”家族がつくった” 認知症・早期発見のめやす

○ものわすれがひどい

- 今切ったばかりなのに電話の相手の名前を忘れる
- 同じ事を何度も言う・問う・する
- しまい忘れや置き忘れが増えいつも捜し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

○人柄が変わる

- ささいなことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

○判断・理解力が衰える

- 料理・かたづけ・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビで番組の内容が理解できなくなった

○意欲がなくなる

- 下着を替えず身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎこんで何をするのもおっくうがりいやがる

○時間・場所がわからない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- なれた道でも迷うことがある

○不安感が強い

- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

※これは認知症の診断基準ではありません。
※該当する項目が複数あるときは、専門機関で診断を受けることをおすすめします。
—公益社団法人認知症の人と家族の会作成—

もの忘れリハビリ デイサービスの紹介

(認知症対応型通所介護)

「もの忘れ」は早期治療とともにリハビリテーションが効果的です。

もの忘れリハビリデイサービス

一般的なデイサービスでは、介護を必要とする方がご自宅での人らしい生活を送るためのサポートを目的とし、自宅から施設への送迎、入浴介助や看護職員による健康チェック、生活機能の訓練やレクリエーションなどのサービスを提供しています。

輝城会グループの「もの忘れリハビリデイサービス」では、利用者さんの好みや今までの生活に合わせて「頭を使うリハビリ」、「手先を使うリハビリ」、「足のリハビリ」を状況に応じて組み合わせさせていただきます。

無理をせず、やや難しいと感じるくらいの課題を楽しく行っていただけるよう支援いたします。

リハビリ専門職との連携

作業療法士や言語聴覚士等のリハビリ専門職が施設を訪問し、利用者の「もの忘れ検査」を行います。検査結果により個人個人の症状に合わせてもの忘れリハビリのプログラムを作成します。リハビリの内容は定期的に検査を行い、もの忘れの症状に合わせて新しいプログラムを作成します。



理学療法士



言語聴覚士



作業療法士

ご利用に関するご相談は下記までお願いします。

なかんじょ在宅ケアセンター



中之条町大字
中之条町
1869-5

☎ 0279-75-2800

あがつま在宅ケアセンター



東吾妻町
原町705-1

☎ 0279-68-5488

専門研修を修了した介護職員を配置

国の指定する「もの忘れに関する専門研修」を修了した介護職員を多数配置しており、症状に合わせた専門的なケアが可能です。

リハビリ専門職と共同して介護職員がもの忘れリハビリを行います。



医療機関との連携

もの忘れ外来のある沼田クリニック、吾妻脳神経外科循環器科、沼田脳神経外科循環器科病院との連携により、もの忘れ症状や体調の変化への対応もスムーズに行えます。
(もの忘れ外来は認知症サポート医が担当しています。)



リハビリプログラムの例

計算問題を解く

ずらずらと解けるくらいの計算問題を行うと脳が活性化します。

畑仕事をする

なじみのある作業を行い、やりがいや達成感を感じると脳内で神経伝達をスムーズにする物質が分泌されます。

足のマッサージ、ストレッチ、筋肉強化を行う

筋力をつけることで動作が安定し、転倒を予防します。

編み物をする

集中力を鍛えたり、気持ち落ち着かせる効果があり、手先の運動にもなります。

絵や図形の間違い探しを解く

映像や形を覚えようとすることで記憶力が鍛えられます。

散歩をしながらしりとりをする

しりとりや簡単な計算などを運動と一緒にすることで、脳内で神経を成長させるホルモンの分泌が促されたという研究もあります。

輝城会グループでは「もの忘れリハビリデイサービス」を行っております。

みんなんち園原



沼田市
利根町
園原871

☎ 0278-56-9210

沼田公園前デイサービスセンター



沼田市
西倉内町658

☎ 0278-30-2201

ぬまたとね総合在宅ケアセンター

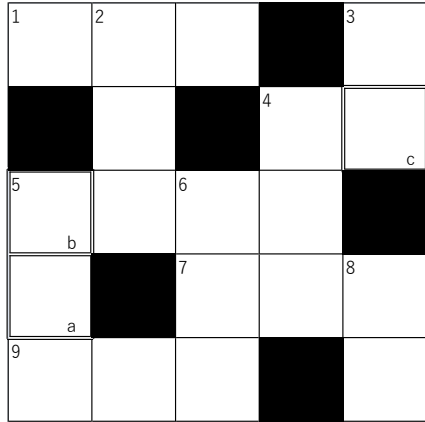


沼田市
戸鹿野町238-1

☎ 0278-23-2526

クロスワードパズル

タテ、ヨコのカギをヒントに解きます。
二重線で囲まれたA～C文字を並べ変えてできる言葉が答えです。



答え

a	b	c
---	---	---

提供元：クロスワード.jp

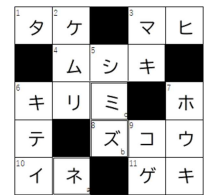
タテのカギ

- 魚のすり身に卵・小麦粉などのつなぎと調味料を入れてこね合わせ、少しずつ丸めて熱湯でゆでた食べ物。
- 竹・木・金属などを細長く平たくした何かを塗り付けたりする道具。
- よいと認めて許可すること。
- 草と木、冬に枯れて、春に再び生い茂る。
- 生まれつき備わっている性質。特に、将来の発達が期待される性質・能力。
- 数や量が示した値よりも下であること。

ヨコのカギ

- 玄関などに置く敷物。
- 旬は春。餃子のたねに使ったりレバーと相性の良い野菜。
- 旬は春。和名：オランダガラシ肉料理の付け合わせに使われるハーブの一つ。
- 会や式などの進行を受け持つこと。または、それをする人。
- 春夏秋冬のこと。シーズン

前回の
クロスワード
パズルの答え



ネズミ

輝城会グループ

沼田脳神経外科循環器科病院
〒378-0014 沼田市栄町8
TEL 0278-22-5052

沼田クリニック
〒378-0014 沼田市栄町61-3
TEL 0278-22-1188

沼田クリニック 歯科
〒378-0014 沼田市栄町61-3
TEL 0278-30-3003

訪問看護ステーションまつかぜ
〒378-0053 沼田市東原新町1549-1
TEL 0278-22-6153 (居宅 25-4401)

ぬまたとね総合在宅ケアセンター
〒378-0015 沼田市戸鹿野町238-1
TEL 0278-23-2526

ホームケアまつかぜ
〒378-0053 沼田市東原新町1549-1
TEL 0278-20-1185

特別養護老人ホーム菜の花館
〒379-1203 利根郡昭和村大字糸井1757-311
TEL 0278-30-3331

菜の花館園原
〒378-0324 沼田市利根町園原870
TEL 0278-56-9200

グループホーム沼田公園前
〒378-0042 沼田市西倉内町658
TEL 0278-30-2201

輝城会重度介護支援センター
〒378-0053 沼田市東原新町1442-7
TEL 0278-22-1040

医療・介護経営研究所
〒378-0053 沼田市東原新町1549-1
TEL 0278-25-4117

吾妻脳神経外科循環器科
〒377-0801 吾妻郡東吾妻町大字原町760-1
TEL 0279-68-5211

城西クリニック
〒371-0033 前橋市国領町二丁目13-23
TEL 027-234-7321

あがつま在宅ケアセンター
〒377-0801 吾妻郡東吾妻町大字原町705-1
TEL 0279-68-5488

みんなんち園原
〒378-0324 沼田市利根町園原871
TEL 0278-56-9210

菜の花館本町通り
〒378-0047 沼田市上之町1149
TEL 0278-22-5551

みんなの家なかんじょ
〒377-0424 吾妻郡中之条町大字中之条町967
TEL 0279-75-4165

なかんじょ在宅ケアセンター
〒377-0424 吾妻郡中之条町大字中之条町1869-5
TEL 0279-75-2800

かがやき訪問看護ステーション
〒377-0801 吾妻郡東吾妻町大字原町5278
TEL 0279-25-8110

かがやき在宅ケアセンター
〒377-0801 吾妻郡東吾妻町大字原町 5278
TEL 0279-25-8131

かがやき訪問看護ステーション渋川
〒377-0008 渋川市渋川1192-1 上毛ビル2F
TEL 0279-26-7268

かがやき訪問看護ステーション前橋
〒371-0034 前橋市昭和町3丁目6-15
TEL 027-288-0573

**ナーシングケア本町通り
なのはな訪問看護ステーション**
〒378-0047 沼田市上之町1149
TEL 0278-22-3355

輝城会となごみの杜広報誌『輝城会広報誌』では、皆様からのご意見やご感想をお待ちしています。

お名前などの個人情報は、一切掲載いたしません。匿名でご投稿いただいても結構です。
また、診療に関する個人的な質問やご意見はこちらでは受け付けておりませんのでご了承ください。
・はがきなどの場合 〒378-0014 群馬県沼田市栄町8番地 輝城会グループ 広報
・電子メールの場合 pr-section@kijokai.or.jp



<https://kijokai.or.jp/>