

For

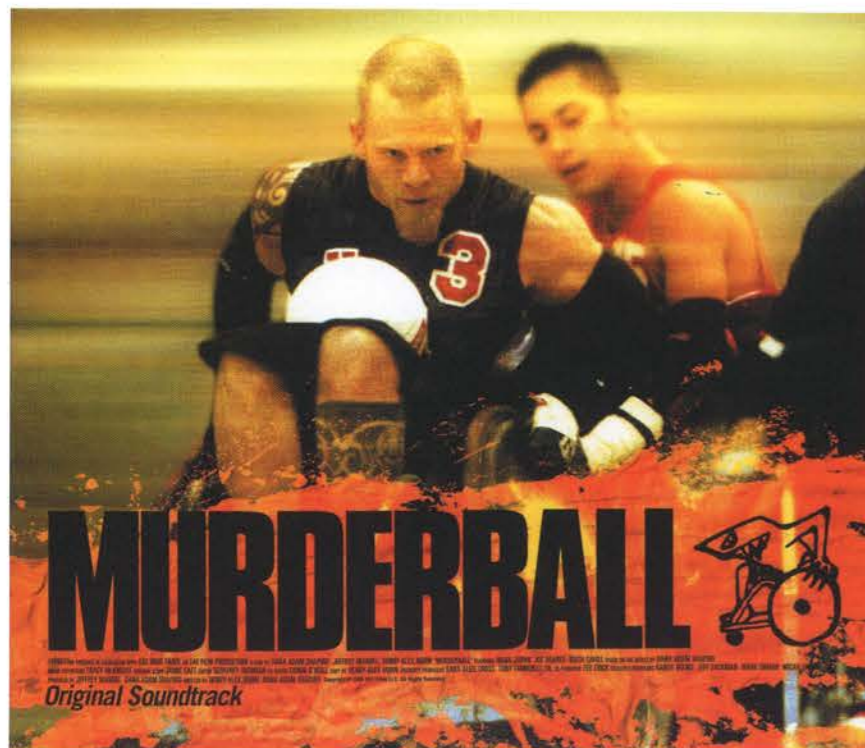
Our Policy is

" For the Society , For the Patient , For Myself "



CONTENTS

- 映画紹介 『マードカーボール』……………1・2
- 診療情報『気分感情障害』……………3・4
- 高齢者通所リハビリ施設『南陽館』の紹介……………5・6
- 『成年後見人制度について』……………7
- 「飲酒運転が危険な理由」……………8
- 「介護予防教室を行いました」……………9
- おすすめの一冊……………10
- 花言葉「スイートピー」……………10



戦車のように屈強で、しかもハイスピードな車いすを駆使して相手をなぎ倒し、格闘技にも匹敵する激しさから、“マダーボール”とも言われる競技、ウィルチェアーラグビー(車いすラグビー)。

本作『マダーボール』は、ウィルチェアーラグビーで世界一を目指す男たちを追ったスポーツ・エンタテインメント。



Story

慣れた手つきでカスタマイズされた車いすに乗り込み、トレーニングのためジムへ向かう男。長いヒゲと派手なタトゥーが印象的なマーク・ズバンは、ウィルチェアーラグビーのアメリカ代表選手である。

11年前の交通事故で、四肢マヒ障害を負ったが、事故に遭う前から両親も手を焼く“荒くれ者”だった。車いす生活になった今でも、健常者相手に喧嘩を吹っかけ

「俺が車いすだから引くのか？ 来い！」

殴り返してやる」

と、性格はそのまま。ウィルチェアーラグビーに参加するほとんどの選手が頸椎を損傷しており、同じアメリカ代表選手のアンディ・コーンは交通事故、スコット・ホグセットは喧嘩が原因で、ボブ・ルハノは子どもの頃の病気で両肘・両膝の先を失い、車いす生活を送っていた。

2002年、スウェーデン・イエテボリにて開催された第3回ウィルチェアーラグビー世界選手権大会。これまでの世界大会はアメリカが10年連続で優勝。トーナメント3日目、全勝で勝ち進むアメリカは、世界ランキング5位のカナダと対戦することとなった。

カナダ代表チームでは、かつてアメリカ代表として数々の偉業を成し遂げたジョー・ソアーズが監督を務めていた。

ジョーはアメリカ代表から戦力外通告を受けたことに納得できず、無断でカナダへ渡り、監督に就任していたのだった。元チームメイトとの対戦を前に

「アメリカの戦術は古臭い」

と、闘争心を剥き出しにするジョー。そんなジョーに対し、

「彼は道端の火だ。小便で消してやる」

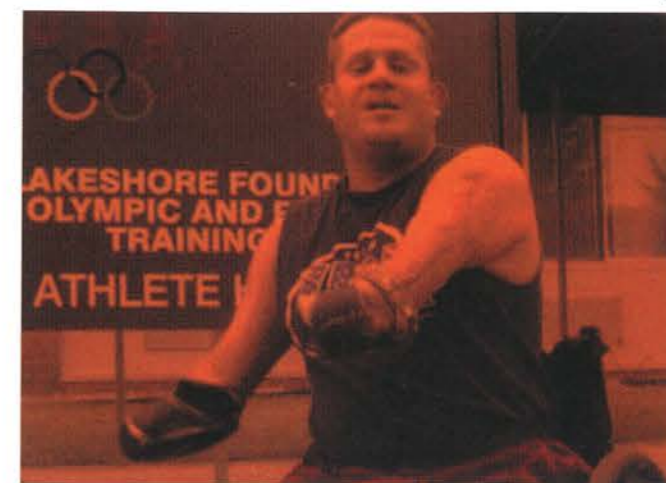
とマークたちは罵り、アメリカ代表チームの作戦やサインを持っていった“裏切り者”だと反発心を強めていった。



試合は接戦の末、最終ピリオドへ。同点となり、残り時間30秒を切ったところでカナダが得点。残り時間10秒、アメリカの最後のパスは通らずに試合終了、カナダが勝利を取めた。初めて味わう敗北に打ちひしがれるアメリカ代表メンバーだったが、2004年アテネ・パラリンピックに次の目標を定め、カナダを倒し再び世界の頂点に立つことを誓う。

その頃、ニュージャージー州に住む少年キース・キャピルはリハビリ生活をスタートさせていた。彼は4ヶ月前にバイク事故に遭い、下半身不随となってしまったのだ。靴をぬぐことすらできないという現実に苦悩する日々。そんな彼が車いすでの生活を受け入れるきっかけとなるのは、ウィルチェアーラグビーとの出会いだった。

個性豊かな選手たちとその恋人。家族との関係、そして事故の加害者との確執や苦悩を交えながら、舞台はアテネ・パラリンピックでのアメリカとカナダの因縁の対決へと向かっていく…



後に、ズバンは言う。

「車いすラグビーに出会って、僕の人生は変わった。エネルギーを発散する出口を見つけ、人間として『与える人』になれた。リハビリテーションとラグビーは、学校と仕事の関係にちょっと似ている。リハビリを受けている時は、人生に必要なスキルをいろいろ学んだ。ラグビーは、リアルな世の中でどう闘うかを教えてくれた」



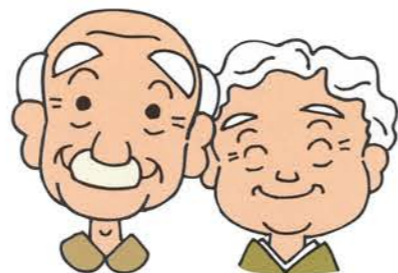
あとがき

● 健常者とは何？ 障害者とは何？ 鑑賞後、障害者だって個性の一つなのだ！ と思った私ですが、正直これまで障害者に対して偏見を持っていた一人だと思っています。「マダーボール」という過激な競技に打ち込み、世界一に挑む個性豊かな選手たちの半生を通して、もう一度“障害とは”“個性って何”を一緒に考えてみませんか？ この映画は、きっとそのヒントを与えてくれると思います。

(文：青南病院 諏訪 安信)

この映画は現在上映されていませんが、DVD、ビデオレンタル開始により観る機会があると思いますので、是非ご覧下さい。

高齢者の気分障害とは？



◎初老期・老年期について

初老期とは女性では40歳～60歳、男性では50歳～60歳、老年期とは、65歳以上を言います。老年期は身体機能が衰え、社会の第一線から退くなどの喪失感の大きい時期です。そのため、孤独や不安を感じたり、身体の具合がとても気になります。

◎認知症との違いについて

老人の精神障害というと、認知症が一番注目されますが、老人の健康、老人を取り巻く社会生活や環境を考えると、中でも老年期のうつ病は重要です。老人の自殺者の8割はうつ病であると言われ、その割合が高いことが特徴です。

老年期のうつ病について

◎心氣的訴え 食欲不振 睡眠障害

身体的な訴え(心氣的愁訴)が多く、食欲不振・睡眠障害や不安・焦燥感が現れることがあります。

◎うつ病性仮性痴呆

現実的な判断が適切にできず、妄想的になることもあります。考えることや行動することがおっくうになり、ぼろ然と一日を過ごすことも多くみられます。痴呆と誤解されやすく周囲が関心を払わないことがあります。

	老年期うつ病	認知症
症状の特徴	症状の持続が短期	症状の持続が長期
発症の仕方	突然発症	緩やかに発症
能力低下に対する自覚	出来なかった事柄に対して自責的になる	自覚がなく、あいまいな返答、取り繕う事が多い
質問に対する答え	「分からない」と答える	誤った答えをする
日常生活	身の回りの事は出来るが、何もしようとしない	日常生活に混乱、支障をきたす
進行	多くの場合は改善する	進行する
見当識	時に時間の障害がある	時間や場所の障害がある

1. 老年期うつ病の主な症状として

- ・ 罪業妄想
何も悪い事をしていないのに、自分は悪い事をしていると思ひ込む。
- ・ 貧困妄想
お金にそれ程困っているわけでもないのに、貧乏であると思ひ込む。
- ・ 不治妄想
病気が治らないと思ひ込む。
- ・ その他不安、焦燥感が強い、心氣的、意欲の低下、注意力・集注力の低下など



2. 心の障害となる要因

- ◆ 配偶者や友人の死など悲しみに直面した時。
- ◆ 孤立(子供の独立)や孤独感
- ◆ 定年退職後の虚無間
- ◆ 身体的疾患や身体的障害など
- ◆ 経済的困難

3. 心の健康を保つ為にしたい事

- ◆ 新しい役割作り
 - ◆ 趣味、関心事の追求
 - ◆ 異性との関係作りや友人作りなど
 - ◆ マイペースの生活を確立すること
- * 楽しみをもって生活をする事が大切です。

4. 高齢者うつ病チェック

- 毎日の生活に充実がない
- これまで楽しんで行ったことが楽しめない
- 以前は楽に出来た事が今ではおっくうに感じられる
- 自分は役に立つ人間だと考える事が出来ない
- わけもなく疲れたような感じがする

はい ・ いいえ
はい ・ いいえ
はい ・ いいえ
はい ・ いいえ
はい ・ いいえ

2項目以上当てはまればうつ病が疑われます。

5. 治療方法は？

①抗うつ薬による

長期にわたって服用しなければならないケースもあります。即効性が無い為、じっくりと時間をかけて治療を続ける事が大切です。必ず医師が良いというまで服用してください。また、副作用が出た場合は、遠慮しないで医師に相談してください。

大きく分けて二つの治療法があります。

②ストレスの原因など、環境の調整

うつ病の方は、自分の世界に閉じこもりがちになりますが、趣味などに楽しみを見つけて、外に目を向けると良いです。励ますとかえって本人が辛くなるので周りの人は、病気を理解して長い目で見てあげる事が大切です。

<青南病院のご案内>

診療科：精神科・神経科・内科・心療内科
外来診療：月曜～土曜日 午前9：30
～午前11：30

日曜・祝日：休診

※ ただし、新患・急患の方はこの限りではありません。

※ 待ち時間軽減のため「予約制」でおこなっています。





平成19年1月竣工！

より自分らしく…

現在までの通所リハビリテーションより、個別性を重視したサービスを行いたいと思い、通所施設を新築いたしました。このことにより、ご本人様・ご家族様のニーズに更に細かく対応できることを目指しています。

注目サービス

- ・ゆっくりと入浴できるよう、個別入浴を可能にしました。
- ・少人数でのゆっくりとしたお食事を提供します。

尚、入浴やお食事の介助も今までどおり行います。

皆様お待ちしております

介護保険証をお持ちで、既に介護認定を受けている方はどなたでもご利用になれます。また、八戸市にお住まいの介護認定非該当の方もご利用についてはご相談下さい。

新しくなった「南陽館」でいつまでも生き生きとした生活ができるよう、より一層充実したサービスを提供いたします。

ご相談はいつでも受け付けております。
お気軽にお電話ください。

連絡先 南山苑 0178-27-3027

認知症対応型通所介護が新しく始まります

「できれば認知症にはなりたくない…」また「認知症になっても、施設ではなく自宅で生活したい」「自分の親はどんなになっても、自宅で生活させたい」そのようにお考えの方に、私たちは一生懸命お手伝いさせていただきたいと思えます。南陽館では定員12名という少人数で、特別に認知症の方を対象とした脳トレーニングや回想法などを行って、症状の緩和と進行予防を図ります。また、お食事・お風呂等のサービスも同時に提供いたします。



《1人ひとりのプログラム》

- ① **学習脳トレーニング**…1人で楽しみながら簡単にできる読み書き・計算などを行い脳に刺激を与えるトレーニングを行います。
- ② **回想法**…認知症進行予防・問題行動の改善の為、昔のことや思い出話をすることで脳に刺激を与え、活性化を促します。

《皆さんと一緒に…》

- ① **レクリエーションリハビリ**…絵合わせ・おはじき・カルタ等頭で考え、脳に刺激を与えるゲームをメインとして行います。
- ② **おしゃれクラブ**…お化粧やおしゃれをする事で普段の生活にメリハリをつけます。
- ③ **手指訓練**…指先を使って作品を作る<パッチワーク・編み物・かご作り・ぞうり作り等>楽しみながら行います。
- ④ **生活リハビリ**…料理作り・買い物など日常生活で行っていることを実際にリハビリとして行います。
- ⑤ **音楽クラブ**…みなさんと歌ったり、体を動かす事で脳に刺激を与えると同時に、ほかの方々と交流を図ります。

《1日の流れ》

8:00 ↓ 9:00	お迎え
10:00 ↓ 11:00	お風呂の時間 午前のプログラム
12:00	お昼ごはんの時間
13:00	リラックス& リフレッシュタイム
14:00	お風呂の時間 午後のプログラム
15:00	お茶の時間 帰宅準備
16:00	お送り



『成年後見人制度について知っていますか?』

知的障害者や判断能力が不十分となった高齢者の権利擁護を目的とした「成年後見制度」が平成12年4月からスタートしています。

成年後見制度は「法定後見」と「任意後見」という二つの制度から成り立っています。

この制度は法律上の権限と責任を持った「後見人」を付け、本人が普通の生活を送る上で支障の出ないよう支援するもので、内閣府においても、法務省、厚生労働省、警察庁などが協力して推進しています。

「法定後見」とは?

認知症などで既に判断力が不十分となった人について、家庭裁判所が適切な保護者を選任する制度で、本人の判断力の程度により、「後見人」「保佐人」「補助人」が付けられます。「後見人」の場合には、本人に代わって本人の財産管理や生活に必要なすべての契約行為(介護サービス、施設への入居契約など)を行います。また、後見人は本人の財産や生活全般を守る義務を負っており、不当な売買契約などが行われた場合には、その契約を取り消す法律上の権利も与えられています。

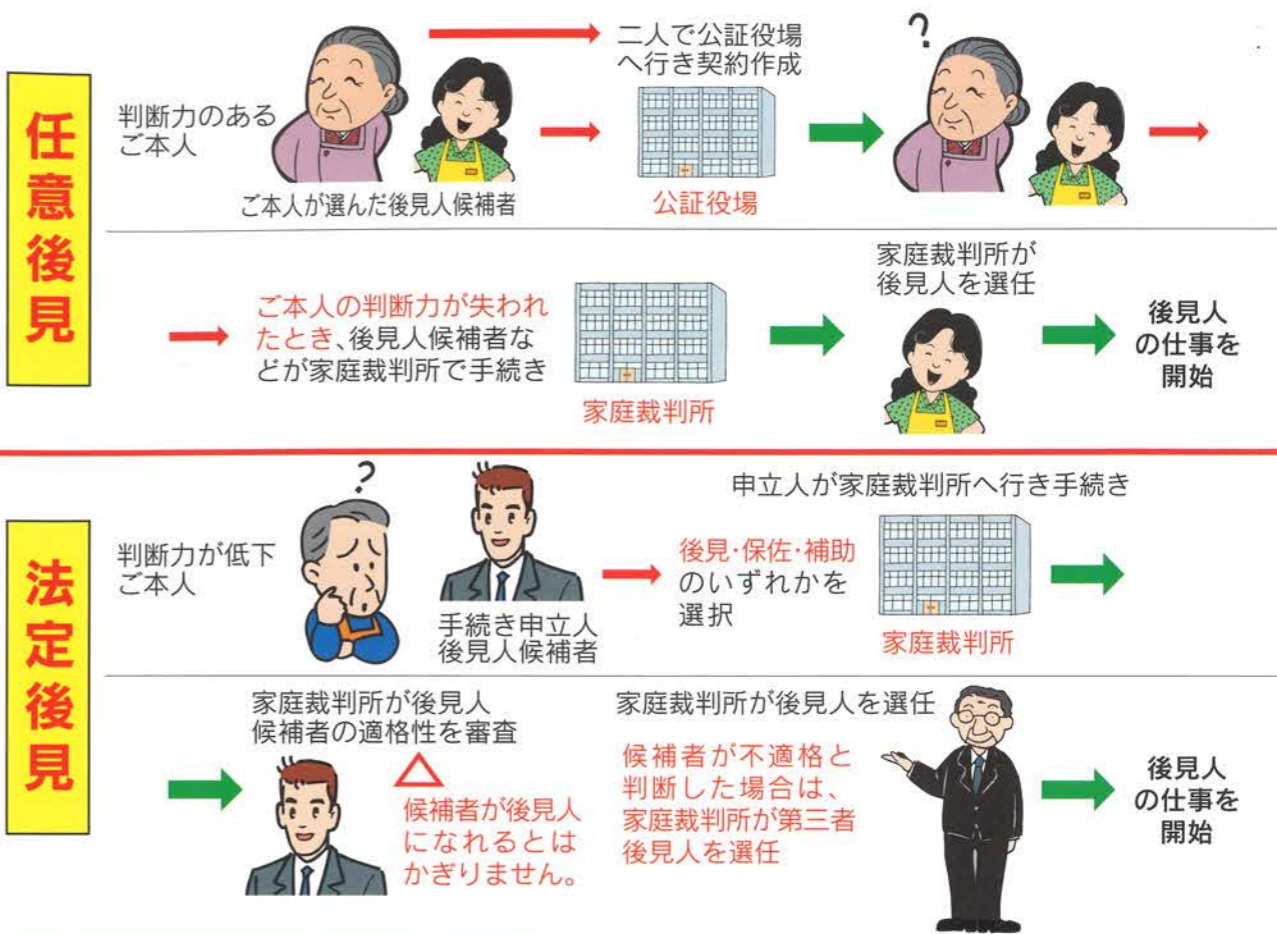
「任意後見」とは?

正常な判断力がある間に、本人が自由意志で選んだ後見人との間で、公正証書による「任意後見契約」結んでおきます。判断能力が不十分(認知症等)になった時には、家庭裁判所が選任する「任意後見監督人」の監督の下で、任意後見人が本人に代わって財産管理や生活上必要な契約など行います。任意後見人には契約取消しの権限はありません。

成年後見制度 まとめ

区分	法定後見			任意後見
	後見	保佐	補助	
要件	・判断能力が常に欠けている ・日常的な買い物ができない ・重度の認知症で常に介護が必要	・判断能力が著しく不十分 ・自覚しない物忘れがある ・日常の買い物はできるが重要な財産行為は難しい	・判断能力が不十分 ・物忘れはあるが自覚がある ・不動産の処分など重要な財産行為は支援が必要	・現在、判断能力は十分だが、判断力低下した時、自分と契約を結んだ人に後見をお願いしたい人。
主な手続き申立人	本人、配偶者、四親等以内の親族、検察官、市町村長、任意後見受任者、任意後見人、任意後見監督人			本人、配偶者、四親等以内の親族、任意後見受任者
本人の同意	不要	不要	必要	可能なら必要
付与される権限	取消権・代理権	同意権・取消権・代理権		代理権のみ
同意権・取消権の対象	法律行為全般 日常生活の行為は除く	重要な財産行為 9項目に限定 追加は可能	重要な財産行為 9項目の内、家裁が認めたもの	なし

成年後見の利用手続き



後見人制度は、判断力が低下しても本人に不利益が生じないように生活できることを援助する法律です。法律の専門用語が多く、難しいと思われがちですが、知っているると便利な情報です。

成年後見人制度の相談は、青南病院ソーシャルワーカーまでご相談ください。
TEL 0178-27-2016(担当:下平)

TOPICS

《飲酒運転が危険な理由》

アルコールが身体へあたえる影響

少しでもお酒を飲んだら、絶対に運転しないこと!
ちょっとした油断が、大切な命を奪う結果になってしまうこともあります。

毎年、全国で発生する死亡事故のうち、7件に1件は、飲酒運転によるものです。この件数は、全体のおおよそ15%を占めており、21件に1件が死亡事故となっております。

- (1) 中枢神経が麻痺し、運動機能が低下する。
(ブレーキ等の操作が遅れる)
- (2) 理性・自制心が低下する。
(運転が乱暴になり、スピードを出しがちになる)
- (3) 動体視力が落ちる。
(認知能力・状況判断力低下し、反応が遅れる)
- (4) 集中力が鈍る。
- (5) 身体の平衡感覚が狂う。

介護予防教室を行いました

南山苑在宅介護支援センターでは、八戸市の西地区(上長・豊崎・田面木・館)を担当し、公民館や生活館をお借りして毎月介護予防教室を開催しております。その内容は、運動機能向上のための体操や、生活習慣病予防、認知症予防、低栄養予防等様々で、講師の先生をお招きし、地域の皆様と楽しみながら教室を開催しております。

今回は、11月19日(日)に田面木公民館にて行われた介護予防教室の様子を紹介いたします。

この日は、セントラルフィットネスクラブ八戸の介護予防運動指導員 小西池郁子先生の指導で、転倒予防と下肢筋力の維持を目的とした体操を行いました。

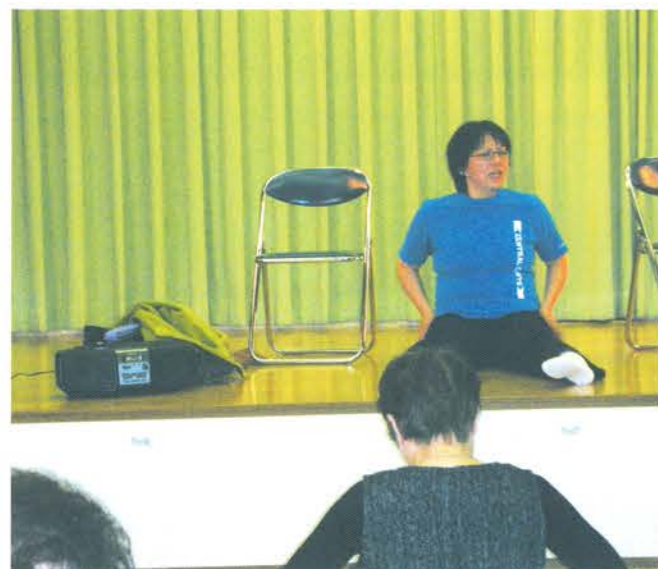
はじめに、軽いストレッチを行い、足首や腰、股関節の体操を音楽に合わせて行いました。講師の先生は、「体力を使う難しい体操は必要なく、テレビを見ながら、話をしながらでも簡単にできる体操を気がついた時に行えばいい」「体調の悪い時はお粥を食べるように、体操もその日の体調に



合わせて行うこと。年をとっても、毎日を楽しみ笑っていることが一番健康に良いし、若い世代の励みにもなる」と話されました。

体操やストレッチは毎日継続することが大切ですが、体調の悪いときもあれば気分が乗らないときもあります。そのような時に無理をしても効果は少ないですし、反対に体を痛める原因にもなります。無理は絶対に禁物なのです。

介護予防教室は、今回紹介した運動に限らず、病気や薬、食生活など普段は聞けない専門家の話を身近で聞けるチャンスでもあります。皆様の健康と生活のためになる話がたくさんありますので、是非一度足を運んでみて下さい。



介護予防教室に興味のある方はどなたでも参加できます。

お問い合わせ窓口
南山苑 在宅介護支援センター
TEL 0178-46-5222

..おすすめの一冊..

「私、バリバリの認知症です」

不安と困惑をかかえ、それを乗り越える大変な過程があった。
でも「ぼけ」もいいものだなあ、すばらしい人ととのむすびつきが生まれたのだから！



発行：クリエイツかもがわ
発売：かもがわ出版

【所感】

「あなたはどんどんできなくなっていく。そしてできなくなったその分、あなたの目には私たちには分からない新しい世界が広がり続けていく。私たちには味わえないあなたの世界が広がり続けていく……」

現在、メディアを通して若年性アルツハイマー型認知症が取り上げられる機会も多くなっています。この本は、若年性アルツハイマー型認知症の患者と、すがさきクリニック院長、デイケアの作業療法士の三者の対談をもとに、若年性アルツハイマー型認知症に対して様々な視点から病気が捉えられています。

発病してから、どのような生活の変化があったのか、出来なくなったことは何か、それを補う為にどのような工夫をして生活をしているのか、そして、一番にどうケアして欲しいのかという事が、とても分かりやすく書いてあり、私にとって新しい発見が多く、とても読みやすい本でした。

「忘れてもいいじゃない、いいさ！」患者様が抱える大きな不安や、困難を乗り越え、昨日も明日もなく、今を明るく生きる為には周囲の関わりも大きく関係してくるのではないのでしょうか。

ケアする側として、もう一度どうあるべきか考えさせられる一冊です。

(文：青山荘 三浦 理見)

花ことば

■名前由来 スイートピーのスイートは、香りが良い ピーは、豆の意味から由来
■花言葉 ■ 門出 優しい思い出 恋のたのしみ

スイートピー

開花期・・・12月～5月
花持ち・・・3日から5日
花 色・・・白・ピンク・薄紫・薄青
葉の形状・・・互生 羽状複葉 長楕円形

日本では、江戸時代末期に渡来したエンドウに似て香りが良いのでニオイエンドウ、ジャコウエンドウと呼ばれていました。今にも飛び立ちそうな蝶の形から花言葉「門出」や「優しい思い出」「恋のたのしみ」が生まれたのでしょう。



私達の理念

みんなのために

すべての人達に、分け隔てない最善の医療を提供するよう努め、
社会のニーズに応じて、自分達の出来る事を、実直に行っていきます。

あなたのために

利用者本位を基盤とした、こころやかな医療環境と
安心して受けられる安全な医療の提供に努めます。

わたしのために

自分達の仕事に誇りと責任を持ち、
自らに満足のいく仕事内容であるよう専心いたします。

[診療・ご利用案内]

精神科・神経科・内科・心療内科

青南病院 ☎27-2016

●受付時間 8:30~11:30

午後は予約診療となります。
土曜日午後・日曜日・祝祭日休診
医療機能評価認定病院です。

介護老人保健施設

南山苑 ☎27-3027

南山苑在宅介護支援センター ☎27-3027

高齢者通所リハビリテーション施設

南陽館

●入所及びショートステイ、デイケアなどお気軽にご相談ください。

認知症対応型共同生活介護
(グループホーム)

南寿の里 ☎27-3027

●家庭的な雰囲気を提供いたします。気軽にご相談下さい。

精神障害者生活訓練施設

青山荘 ☎27-6638

●自立・社会復帰・社会参加のお手伝いをいたします。

精神障害者福祉ホーム

青風荘 ☎27-7658

●入院の必要性はなく、住居の問題や多少の身辺自立に問題ある
精神障害者が対象になります。お気軽にご相談ください。

精神障害地域生活支援センター

青明舎 ☎70-2087

活動室

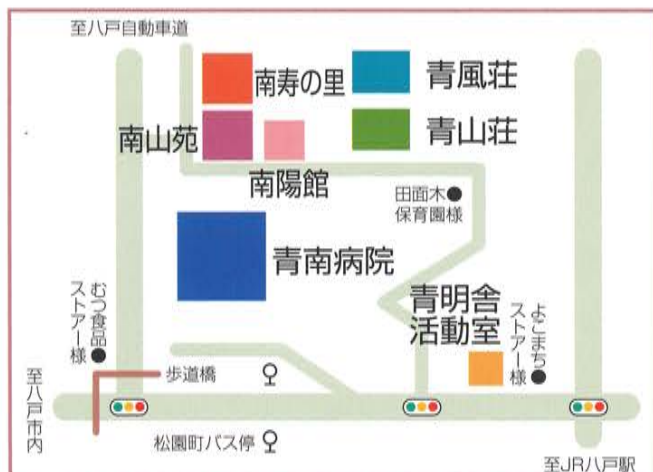
☎70-2088

●地域で生活を送る精神障害者の生活をサポートします。

訪問看護ステーション

五福 ☎41-1622

●営業時間 月~金曜日 8:30~17:30
営業日・営業時間外の訪問についてもご相談に応じます。
24時間体制で看護相談に応じます。



《交通アクセス》東北本線八戸駅よりバス約6分、八戸ICより車約1分

当法人では意欲のある人材を募集しています。



発行者／医療法人青仁会
千葉 潜

発行日／平成18年12月25日
年2回発行