



南魚沼市民病院

# 認知症疾患医療センター

## 理 念

私たちは、自然のうるおいの中で人それぞれの希望に満ちたくらしを支え地域医療を推進します

## 基本方針

- 1 市民の安全・安心を支える医療を提供します。
- 2 患者さま中心のチーム医療を推進します。
- 3 健康増進を目指し、予防医療の充実を図ります。
- 4 確かな知識と技術を有する心豊かな医療人を育成します。
- 5 良質な医療を継続するため、経営の健全化に努めます。

南魚沼市民病院認知症疾患医療センター  
〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町 2643 番地 1  
電話: 025-788-1222 (代表)  
電話: 025-772-2604 (直通)  
FAX: 025-772-2603

今年もよろしくお願ひいたします



ゆきぐに大和病院は、魚沼地域の医療再編により、

1 1月から新ゆきぐに大和病院と南魚沼市民病院の二つの病院に分かれました。その結果、認知症疾患医療センターは検査機器やスタッフの多い南魚沼市民病院に移ることになりました。

ただ、相談と最初の対応（初診）は南魚沼市民病院になりますが、診断が確定した後は、患者さんやご家族の希望に沿い、いずれの病院にお越し頂いても良いことになっています。しかし、スタッフがすべて二倍になって対応するのではなく、ほぼ同じスタッフで二つの病院を掛け持ちする訳ですから、未だに混乱は解消されておりません。でも、より広範囲の皆様に対して私たちの活動を展開できるチャンスを頂いたのだと前向きに考え、頑張っていきたいと思っています。

認知症の人は10年後には700万人に達すると言われております。そのため、早期発見と早期



対応は益々必要になりますし、認知症にならないように地域や個人々々に対する予防活動も必要だろうと思います。認知症に係わる事柄についてならどのような疑問でも、是非お気軽にご相談下さい。

予告

# 福祉・介護・医療従事者のための 認知症研修会

認知症ケアは本人と主たる介護者だけの問題ではなく、それを取り巻く家族にもさまざまな問題を生じさせたり、影響をあたえたりします。家族支援のためには本人を取り巻く家族関係を理解することが大切です。今回は家族の理解のためのツール（ジェノグラム（家族図））を取り入れた理解やアセスメント方法について知り家族支援に役立てていただきたいと思います。

## テーマ 「認知症の介護家族の支援」

～家族アセスメントを中心に～

期日 平成 28 年 2 月 8 日（月） 午後 6 時～7 時 45 分  
受付 5 時 30 分～6 時

場所 南魚沼市民病院 2 階 多目的ホール

講師 国際医療福祉大学大学院 医療福祉学研究科  
臨床心理学専攻 准教授 小野寺 敦志 先生

定員 80 名（先着順） 会場の都合上、1 施設 2 名以内でお願いします。



### 【略歴】

- 1987 年 日本大学文理学部心理学科卒業  
特別養護老人ホーム菖蒲荘 生活指導員として勤務
- 1990 年 聖マリアンナ医科大学病院神経精神科 臨床心理職として勤務
- 2001 年 認知症介護研究・研修東京センター研究企画主幹
- 2009 年 国際医療福祉大学大学院 医療福祉学研究科 臨床心理学専攻 准教授

### 【資格】

臨床心理士、精神保健福祉士、介護支援専門員

申し込み先： 南魚沼市民病院認知症疾患医療センター

# 臨床心理士からのシニア世代への提案 手軽にできる脳の活性化法



## ・健康の維持と社会的ネットワーク

さまざまな活動に参加し、社会的関係を保つためには、健康を維持することが重要です。健康な高齢者と健康でない高齢者を比較すると健康を損なうと友人・近隣との交流の機会が減少し、生活の満足度が低下することが言われています。逆にいえば、社会的な活動を多く、近隣との接触を定期的に行っている方は、生活の満足度も高く健康を保ちやすいことがいえます。

そこで社会的な活動と近隣や家族との交流の橋渡しとして、今回「**絵本の読み聞かせ**」を提案したいと思います。

## ・認知機能と絵本の読み聞かせ

絵本の読み聞かせ活動は認知機能にとっても良い効果があることがわかってきました。高齢期にみられる「もの忘れ」などの認知機能低下を予防するためには、知的活動を長期間継続的に行うことが重要です。これは年を重ねていくとともにつかわない機能から失われていく人の特徴に基づいた予防法です。

絵本の読み聞かせは、ただ黙って読むのとは違い、相手に向かっておもしろくわかりやすく聞かせなければなりません。また役になりきって演じるという作業も非常に複雑な行為であり日常とは違う刺激を脳に与えるものです。そして材料も必要なく、図書館へ通うことや、昔使っていた絵本をつかい、繰り返し行うことができます。そして実際、読み聞かせの前後で、参加した高齢者の記憶テストの点数が「3割」もアップした結果も得られています（図1）。まさに「知的活動」と「長期継続」の2点を満たしている活動といえます。



## 絵本の読み聞かせのやり方

### 1. まず一冊図書館へ本を借りにいきましょう！

どのような絵本でも結構です。印象に残っている昔こどもに読んだもの、例えば「日本むかし話」等でも良いです。または自分が手に取って面白かった絵本でも結構です。

### 2. 本が決まったら声を出して読んでみましょう！

話の物語を把握するために、黙読では記憶に残りにくい方法です。恥ずかしいかもしれませんが声に出して読むことにより、目からの情報だけではなく、耳からの情報も併せて利用することで覚えやすくなります。

### 3. 相手を見つけて読んでみましょう！

お孫さんや家族、お茶のお供に、絵本の読み聞かせを披露しましょう。

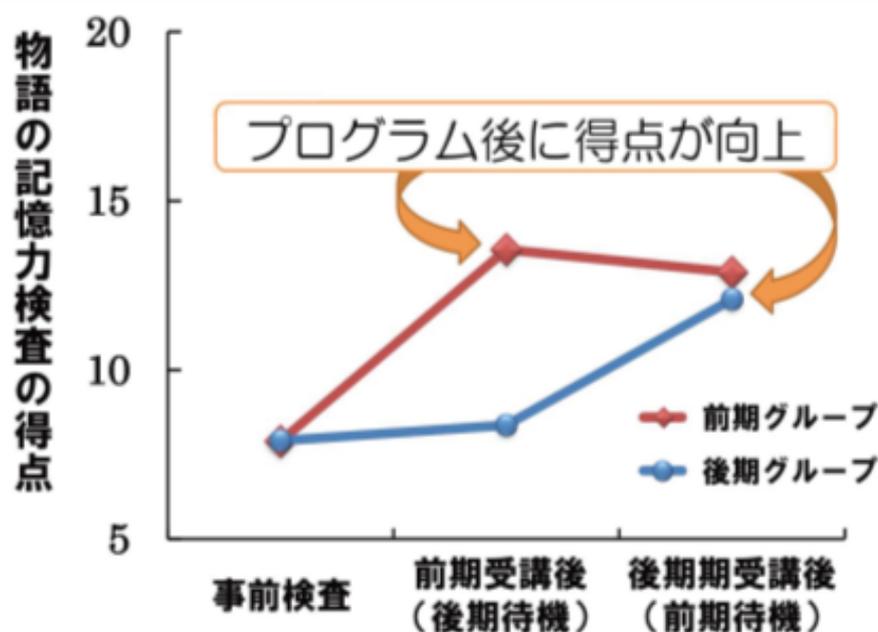


図1 絵本の読み聞かせ法の習得講座を受講後の物語記憶テストの得点変化  
(高齢者の読み聞かせボランティア養成プログラムをモデルとした地域の教育支援ネットワークの構築に関する実証的共同研究 平成23年度報告書より参考に作図)