



# 京悠会

第16号  
たより

令和4年1月発行

安心とやすらぎをつなぐ広報誌 編集・発行元 社会福祉法人京悠会 埼玉県所沢市下富1206-1 TEL04-2990-1133

## 恭賀新年



滝尻王子の榲 (和歌山県 田辺市 中遍路)

岩をのみ込むように太い根を下ろし立っている榲  
幹回りは2.4m高さ20m以上(50年前とほぼ変わらないと住民の方)ですが、今でも  
根の成長が続いており幹に迫る様子

私たちもどんな混乱に直面しても深く強く太い根を下ろし、これからも精進して参る所  
存でございます。

# 謹んで新年のお慶びを申し上げます

旧年中は大変お世話になり誠にありがとうございました

みな様のお力添えを頂きまして、京悠会の利用者様、職員一同元気に過ごしております

長い間、利用者様とご家族様の面会が実現出来ず今もリモート対応となっておりますことを心苦しくお詫び申し上げます

令和3年を振り返りますと「コロナ禍」という言葉をどれほど見聞きし話してきたことでしょう

職員は週一回のPCR検査を受けながら目には見えない未知のウイルスを恐れ焦り追われる日々の中で生活をしておりました

気が付きますと常識が非常識になり非常識が常識となっていて長い時間をかけて創り上げた社会生活があっさりと変化していております

この現実をしっかりと受け止めながら地球単位で頑張っ乗り越えて行こうとするその中に私たちも精いっぱい努力して参る所存でございます

どうぞこれからもご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます



理事長 岡田 京子  
職員一同

## 📖 3ページより続き

速くなったり心拍数が不規則になったりします。そこで、心拍数を調整する「レートコントロール」や、心拍数が規則正しくなるようにする「リズムコントロール」などを行います。

また、血栓を予防するために抗凝固薬が処方されることもあります。ただしこれらの薬は、心房細動を根治するための薬ではありません。そのため、継続して服用する必要があります。

次にカテーテルアブレーション治療（アブレーション治療）ですが、心房細動の原因となっている異常な電気信号の発生源（心臓の壁の一部）を電気で焼いたり、凍結させることで、異常な電気信号の発生源を切り離す治療法です。心房細動の根本的な治療（根治術）として、現在一般的に行われています。

## IV. 高齢になるほど心房細動の発症リスクが上がります

心房細動は加齢とともに有病率が上昇します。

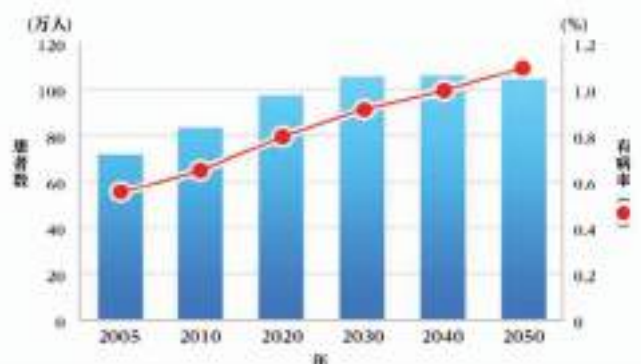
高齢社会を迎えたわが国では、高齢者人口

の増加に伴って、心房細動患者数も増加しています。

日本循環器学会の疫学調査では、2030年には、心房細動の有病率は100万人を突破すると推定されています【図2】。

【図2】

## 心房細動患者数と有病率の将来予測



もし、「脈が速くなったり、遅くなったり、飛んだりする」「動悸がする」など、「不整脈」を疑う症状が現れた場合は見過ごさず、必ず医師に相談してください。また、自覚症状がなくても60歳を過ぎたら、年に一度は健康診断で心臓の検査をすることをおすすめします。

# 【 脳卒中についてお話しします 】 第6回

## 「危険因子を知って脳卒中を防ぐ」について



葵クリニック院長 出口 一郎

### 危険因子を知って脳卒中を防ぐ

「脳卒中」の危険因子は多岐にわたりますが、今回は最も重篤なタイプである心原性脳塞栓症の最大の原因で不整脈の一つである心房細動についてお話しします。

### I. 心房細動とは心房といわれる心臓の上の部屋が小さきみに震え、十分に機能しなくなる不整脈のひとつです

「心房細動（しんぼうさいどう）」はよく聞く病名ですが、どのような病気なのかよく分からないという方も多いと思います。

心房細動について知っていただくために、まず心臓が動く仕組みについて簡単に説明します。

心臓は心筋と呼ばれる筋肉から出来ていて4つの部屋（右心房、右心室、左心房、左心室）に分かれています。心臓はこれら4つの部屋がタイミングよく収縮、拡張を繰り返すことで、血液を効率よく全身に循環させるポンプの役割をしています。

心臓が規則正しく収縮するのは、心臓を構成する4つの部屋の一つ「右心房」にある「洞（どう）結節（けっせつ）」という場所から規則正しく電気信号が発信され、それに心臓の筋肉が反応するからです。心房細動では、「洞結節」以外の場所から発生する異常な電気

信号により、心房内をめぐる電気信号が乱れ心房が細かく激しく震えるように動く状態になってしまいます。

### II. 心房細動が脳梗塞を起こす機序

心房細動が起こると、心臓が規則正しく収縮できなくなるため、血液を全身に送り出す力が弱くなります。すると、心房内の血液がよどんで、「血液の固まり（血栓）」ができやすくなります【図1】。

### 血液の固まり（血栓）【図1】



この「血栓」は心房内で心臓の壁にくっついた状態で大きくなっていきますが、何かの拍子にその一部がちぎれ、血流に乗って脳をはじめ全身の臓器や組織に運ばれていき、その先の血管を詰まらせます。これを「塞栓症」といいます。

プロ野球の長嶋茂雄巨人軍元監督やサッカー日本代表チームの伊ビチャ・オシム元監督がなったことでも知られています。心房細動は症状（動悸・息切れなど）の有無や程度にかかわらず、「塞栓症」になるリスクは常にあるため、この後お話しする対策（治療）が重要となります。

### III. 心房細動の治療

心房細動の治療としては、主に「薬による治療」と「カテーテルアブレーション治療」が行われます。心房細動は、異常な電気信号が発生していることから、心拍数（脈）が

☞ 2 ページに続く



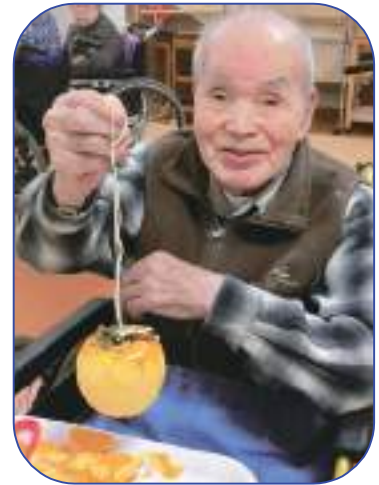
## 【 真 和 の 森 】



みんなで干し柿づくり真剣な眼差し



秋の醍醐味、干し柿づくりに挑戦しました。最初は少し緊張しましたが昔話に花が咲き、自然と手が動き出し良い作品が出来ました。



頂く時が楽しみ、緑茶がいいかしら？、紅茶がいいかしら？

新年明けましておめでとうございます。

旧年中は新型コロナウイルスの影響の中、皆様方にはご不便をおかけするとともに、様々なご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年はあらゆる面で生活様式の見直しを余儀なくされ、たくさんの変化をもたらしました。私たちの職場においても朝の申し送りはリモートで情報を共有し、ご家族との面会もオンラインで行うなど、リスクの高い高齢者施設ですのでなかなか直接あってお話が出来ないなか、感染防止のため様々な対策を行っております。

緊張の毎日ですが、引き続き健康に留意し一日も早く諸行事が再開できるようになり、皆様とお会いできることを職員一同願っています。

真和の森 副施設長 牧 すずえ  
職員一同



お散歩日和の午後、穏やかなひと時に近隣の方が花を添えて下さいました。

大切に咲かせた菊のお花を毎年届けて下さる方に心から感謝申し上げます。



寒さの中に咲いたお花  
(2階のウッドデッキ)



今年もサンタさんがやってまいりました。  
サンタさんと共に美味しいケーキとティーパーティー

- ・一気に召し上がる方
- ・ゆっくり味を噛みしめながら召し上がる方
- ・ご主人を思いやって、ご自分のケーキを半分差し上げる奥様(仲睦まじいご様子)それぞれのクリスマス.....



利用者様と職員の作品  
メリークリスマス



# 【つれづれなるままに ～認知症を語る～】第12回

## 認知症の介護における困難さについて

令和4年の新春を迎えました。皆さま、明けましておめでとうございます。お変わりなくお元気でお過ごしのこととお慶び申し上げます。コロナ禍で揺れたこの2年でしたが、今年こそ新型コロナの収束に期待し、おしゃべりなどの機会が増えることを祈りたいものです。

### 「攻撃性」の困難さ

わたくしは秋田に来て約3年になりますが、こちらの生活にもずいぶん慣れてきました。秋田の地は、冬本番を迎え、厳しい寒さですが、雪景色も一興あり、楽しめる季節でもあります。さて、今回は認知症の介護の際に、困難を感じたケースをご紹介します。特に、わたくしがよく遭遇し、認知症の方を抱えた家族でも体験されることのある症状の一つ「攻撃性」について、その困難さを書かせていただきます。



私は、10年以上前に高齢者施設の回診をやっていたことがあります。月に2回ほど訪問をさせていただいていたのですが、そこで出会った男性入所者の方のことをお話しします。ある日、ドアをトントンとノックして部屋に入ろうとしたとたん、中から「出ていけ、余計なお世話だ！」と怒鳴り声があります。恐る恐る部屋の中に入りますと、部屋は昼なのにカーテンが閉められ、薄暗くなっています。そこに一人のおじいさまが真っ赤な顔をしてベッドに横になり、大声で怒鳴っています。わたくしが「突然入ってきて申し訳ありません。はじめまして、大田と申します。診察にうかがわせていただきました。」とあいさつをすると、その方はベッドから起き上がって突然、殴りかかってきたのです。

さすがに初めてお会いしたばかりでしたので、その時は診察もできずに、そのまま部屋を退散することになりましたが、とても悲しい気持ちになったのをよく覚えております。その施設の担当者の方のお話では、入所されてから毎日そのような状況が続いているということで、何とかしてほしいそうです。

### 介護の現場で暴言暴力

こういった「攻撃性」という症状は、認知症の様々な段階で見られる症状なのです。例えば、叩く、引っ掻く、蹴る、噛みつくなどの暴力行為がみられることもありますし、罵る、怒鳴るなどの言葉の暴力、つまり暴言を呈することもあります。傾向としては、高齢男性に多い気がしますが、女性の方でもいらっしゃいます。高齢者の介護に携わる方々は、私よりもこのような場面に多く遭遇し、実際に被害を受けた経験があるかもしれません。

### 体の不調・体の痛み・精神的な要因

さて、どうしてこのように本人はずっと怒っているのでしょうか？その原因をまず考えてみる必要があると思います。様々なものが考えられます。その1つ目は、身体的な原因、つまり体の不調によって症状が起きることがあります。例えば、脳卒中などを起こして前頭葉や側頭葉といった脳の障害を受けた場合、この怒りという衝動を抑えられなくなります。脳の病気のため、感情のブレーキを踏めなくなることもあるのです。そのほかにも、周りが気付かないさまざまな「体の痛み」を抱えている場合もあります。その苦痛が継続するために、「怒り」となって表出することがあるのです。



2つ目には、精神的な要因が挙げられると思います。統合失調症や抑うつ状態、被害妄想など精神疾患があるときにもみられます。

## 認知症の初期・中期症状



大田 秀隆 (おおたひでたか)  
秋田大学高齢者医療先端研究センター長・教授  
東京大学大学院医学研究科加齢医学を修了し、医学博士を取得。ハーバード大学MGH客員研究員、東京大学医学部附属病院老年病科・助教、特任講師を経て、平成27年より日本医療研究開発機構(AMED)、厚生労働省老健局に勤務され、平成30年から現職に至る。

このような場合は、感情の起伏が激しく、対象が他者ばかりでなく、ご本人にも向かうことで、自傷行為や自殺企図になってしまう場合もあるので注意が必要です。

### 薬物や部屋の匂い、騒音など環境要因

3つ目には、薬物による場合もあります。特に、アルコールやカフェインを摂取している場合や、抗認知症薬や抗精神病薬などを服用している場合にも起こり得ます。カフェインは片頭痛のため病院から処方されている場合もあります。4つ目には、環境要因が挙げられます。例えば、部屋の匂いがひどい、道路や隣の部屋からの騒音が気になるなどの居室環境に関係している場合もあります。



わたくしが訪問して怒鳴られた患者様の場合、部屋も朝からずっとカーテンが閉め切られ、薄暗いままでした。また部屋には、ポータブルトイレがおかれ、匂いも部屋に充満している状態です。これでは誰でも怒りたくなりますよね。そのほかにも、本人のもともとの性格、几帳面すぎることやプライドが高いなども挙げられます。

### 家族やケア担当のストレス大きい

このように攻撃性に発展する様々なきっかけや要因があります。この「攻撃性」といった症状は、ご家族や医療、ケアを提供する側にとっては、かなりストレスが大きいものです。一刻も早く、薬で症状を抑え込んでしまいたいと思いがちですが、みんなで情報

を共有し、少し立ち止まって、これらの要因も考えてみる必要があります。認知症の場合、その後のご本人のADL(日常生活動作)やQOL(生活の質)に大きな影響を及ぼします。そのため、その要因をよく考え、すぐに薬を使うのではなく、個別の対策を考えるといい結果が得られる場合もあるのです。



### 人間関係、相性が大切

ある調査研究によると、一番多いケースは人間関係だそうです。特に病院や入所施設の場合は、ご本人と医師や看護・介護スタッフとの相性という場合もあるのです。私もどう努力しても、相性が合わない人という方はいらっしゃるのです(笑)。そういった場合には、人的・物的環境を変える、時間や距離をおく、生活のリズムを整えるなどの対応が要となってきます。最終的には薬が必要になる場合もありますが、その前にどうすればご本人の気持ちに寄り添い、適切な医療や介護が提供できるのか、関係者間でよく話し合ってみることが大事だと思います。



### 一人で抱え込まず多面的な検討を

困難なケースほど今後の自分の介護技術や経験にもつながると思いますので、深刻な状況を自分一人で抱え込まずに、協調しながら多面的に検討していくことが大事なのかもしれませんね。

# 円野



コロナ禍の中秋の味覚、きのこ煮込みうどん、美味しかった。また食べたいね～



いつもお世話になっている、人間市幸寿司さんのご協力を得まして美味しいものをいただく企画を実施しました。当施設では重度の利用者様も多く、握り寿司を召し上がれない方も半数以上おられる中で、特別に練り、

たたき寿司を作ってもらいました。寿司シャリも柔らかく炊いていただき、一人一人の利用者様にも配慮していただきました。

美味しいものを頂く企画は大成功で満喫した一日でした。



新年あけましておめでとうございます。  
お陰様で利用者様も元気しております。  
円野には19歳～79歳の利用者様が生活をされています。3障害の一元化により支援方法も複雑化すると共に、障害・疾病の進行や加齢により、身体機能の低下がみられ、重度化による介護量の増加が課題となっています。

今後、利用者様の身体変化に応じて、専門職と連携を図りながら更に導入の検討や安全な移乗を行うためリフト研修を定期的に行い事故防止に努めていきます。  
本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

サービス管理責任者 渡邊 恵子

## メ リ ー ク リ ス マ ス



職員も仮装して、紙芝居、イベント食、プレゼントなど楽しい時間を過ごしました。





# 真和の森 こころの相続



## おしゃれなF様に寄り添って

介護福祉士、フロアリーダー 稲田 美保子

入職し早くも5年が過ぎました。

F様との出会いはショートステイを担当していたころです。

当時F様は、ご主人様と仲睦まじく生活されており、お二人はいつも会話を楽しまれていました。特に娘さんのことについてはとても嬉しそうでした。

居室には、綺麗な洋服が整理されていて、洗面台には化粧品が並び壁には家族写真が飾られてありました。

まもなくしてF様夫妻が入居されることで一時離れましたがその後、私も異動になり再びF様との関わりが始まりました。



しばらくして、ご主人様が亡くなり、体力も衰え少し気持ちが不安定になっていた様に見受けられましたが、やはりオシャレにはこだわりを持ち続けていました。

スタッフがF様の車いすのそばを通ると手を握り「ありがとうね」と必ず声をかけて下さり、その優しさは私たちの仕事の励みにもなりました。



今年に入り、食事の量も減り、体重も減ってきました。

ベットで過ごす時間も徐々に長くなり、コロナ禍で唯一の楽しみにされていた娘さんとの携帯電話でのやりとりも減っていきました。リモート面会での娘さんとの会話も楽しまれていましたが、突然のお別れとなってしまいました。

後日、ご家族様からのお話で「母の大好きだったバラの花をいっぱい敷き詰めて見送りました。」と伺いお母様を大切にしておられたことを実感しました。



介護の仕事は、利用者様やご家族様の温かい言葉は何より励みになり、この仕事を続けられています。

最近では、施設で看取りを希望される方が増えて来ています。入居されている方自身の考え、また、家族での話し合いの結果ですが少しでもその希望に添えられる様、入居者様との関わりを大切にしていきたいと思えます。



まだまだコロナ禍で、ご家族様との面会ができない状況下ですが、その中でも私たちが出来ることは、穏やかに日々を過ごしていただけるよう一人一人の環境を作っていきます。



# デイサービスセンター アオイ

新年あけましておめでとうございます



新しい年が健康でありますように願いをかけて

昨年は、ご利用者様やご家族様、居宅事業者様には大変お世話になり心からお礼を申し上げます。

コロナ禍で、細心の注意をはらいながら利用者様の笑顔を支えにイベントやレクレーションを中止にしたり、再開したり共に笑い共に絶え抜いた一年でした。

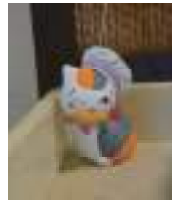
その教訓を振り返りながら、新しい一年を皆様と協力し合い、より一層サービスの向上を図りご満足していただけるよう精進していく所存です。

今年もどうぞよろしく願いいたします。

管理マネージャー 新井 えみ子  
職員一同



文化祭の作品、絵や詩などどれを観ても味わい深いものが出来ました。  
すてき～～～  
今年も元気で頑張りまーす。



京悠会の  
女優たち  
とカメラ  
女子



外国人目線の楽しい日本文化（写真：ウリヤさん）

編集後記

インドネシアから当施設に実習生が来てすぐにコロナ禍で約一年半、緊急事態宣言下で慣れない環境の中彼女たちは懸命に職務に励んでくれていました。宣言が解除されたある日、日本文化に触れる一日を持ち、富士山周辺に出かけました。タイミングよく紅葉祭りも開催されていてみんな弾ける笑顔で大いに盛り上がり楽しんでいました。若い実習生が親元を離れ異国の地で働く事は私たちが想像するよりはるかに大変なことだと思います。実習生が安全で安心して働ける環境づくりをして行かなければならないと、彼女たちの笑顔を見て思います。

葵クリニック

〒359-0001 埼玉県所沢市下富1202-1  
TEL04-2937-5221 FAX04-2937-5220

デイサービスセンター アオイ

〒359-0001 埼玉県所沢市下富1202-1  
TEL04-2937-5233 FAX04-2937-5220

障害者支援施設 円野

〒357-0011 埼玉県飯能市川崎458  
TEL042-975-3300 FAX042-975-3311

特別養護老人ホーム 真和の森

〒359-0001 埼玉県所沢市下富1206-1  
TEL04-2990-1133 FAX04-2990-1144

<http://www.kyoyukai.jp/>