

**ベトナム紹介コーナー**では、当施設で6月から受け入れているベトナムからの技能実習生がベトナムの甘いコーヒーをふるまい、故郷ベトナムを紹介しました。教えてもらったベトナム語で挨拶を交わし、アオザイを着た実習生たちと記念写真を撮る地域の方の姿が見られました。



**認知症コーナー**では、認知症相談コーナーを設置したほか、認知症についての啓発ビデオを上映し、壁には認知症クイズを掲示しました。認知症の人への接し方をクイズを通じて学ぶスタンプラリーもあり、楽しそうにクイズに答える親子連れもいらっしゃいました。

**施設見学ツアー**では、実際に白衣を着て薬剤室、外来、救急外来、検査室、リハビリ室を見学していただきました。薬剤師体験コーナーでは、分包機を使って薬の代わりにお菓子を一包化する体験に子供たちも大喜びしていました。



**在宅ケアのコーナー**では、胸骨圧迫とAEDを使用して、心肺蘇生の体験を行いました。また、在宅介護に役立つオムツ交換のポイントの解説と実技指導を行いました。



ボランティアによる**アロママッサージコーナー**では、アロマオイルによるハンドマッサージに「気持ちがいい」という声が上がっていました。



**健康チェックコーナー**では、血圧、肺年齢、血管年齢などの測定に加えて、フレイル予防の観点から、いつも食べている食品の多様性や食べ物をかむ力、筋力や歩行速度などの体力チェックも行い、驚き(?) 歓喜(?) の声にあふれていました。

**禁煙推進コーナー**では、喫煙、受動喫煙による健康影響についての動画を上映したり、病院での禁煙推進活動の紹介、たばこに関するクイズを行ったりしました。禁煙啓発キャラクターの「すわん君」は、みんなの人気者でした!



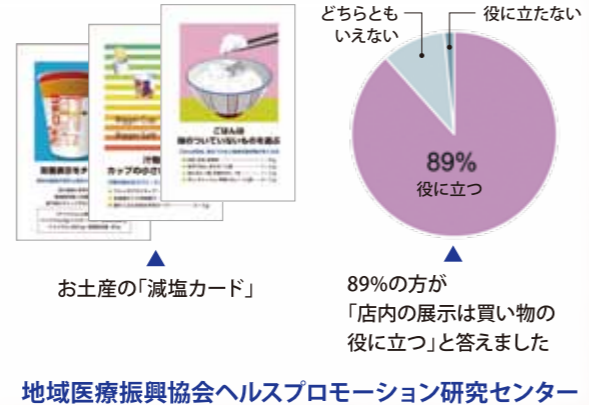
**食べてガッテン・食と健康のコーナー**では、プロテイン強化ゼリードリンクの活用法、とりみ剤の使いかた、便秘解消法と減塩術の話など、試食を交えて行いました。お子さんにはお菓子のカロリー当てクイズもあり、みなさん目からウロコの「ガッテン!」を体験しました。



病院祭では、ローソン台東病院店にも多くの方に来場いただきました。店内の食に関する展示や減塩カレーの試食をお楽しみいただきました。「ふらっと立ち寄るだけでも楽しい!」「買い物しながら勉強できる!」等の声があがっていました。みなさまもぜひご来店ください。



展示物の一つ▶  
「減塩1gトライ術」  
◀減塩カレー  
(親子丼・中華丼ハヤシもあります!)



## 台東区立台東病院・老健千束祭

### 「ずっとこのまちで暮らし続けたいを応援します」

～ 繋ぐ・支えあう医療と介護を目指して～



9月8日(日)、台東区立台東病院・老人保健施設千束において、台東区立台東病院・老健千束祭(以下、病院祭)が開催されました。テーマは「ずっとこのまちで暮らし続けたいを応援します～繋ぐ・支えあう医療と介護を目指して～」。

エントランスホールでのメインイベントは山田隆司管理者の挨拶、高橋麻衣子医師、呉明愛医師の講演のほか、合

間には院内バンド「ザ・カンファレンズ」による演奏、ボランティアによる「江戸芸かっぽれ」、「和太鼓演奏」、地元有志による「狐舞」が披露され、来場者を大いに楽しませました。また各ブースでは、「健康チェックコーナー」、「禁煙推進コーナー」、「食べてガッテン・食と健康のコーナー」、「アロママッサージコーナー」、「認知症コーナー」、「施設見学ツアー」、「在宅ケアのコーナー」「ベトナム紹介コーナー」が設けられました。

今号のあさがお通信では、病院祭を特集で紹介します。

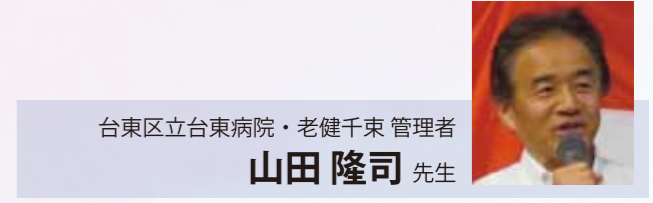
台東病院・老健千束では、9月8日(日)に開設以来初の試みとなる病院祭を開催しました。

当院は「ずっとこのまちで暮らし続けたいを応援します」という理念のもと、この春で丸10年となりましたが、それを機に新たに以下の3つの重点目標を設定しました。

- ①地域包括ケア拠点としての役割を担う(在宅療養支援病院としての機能強化、在宅サービス支援の充実)
- ②地域包括ケアを支える人材の育成(総合診療医研修基幹施設、多職種連携教育)
- ③地域ヘルスプロモーション病院としての活動(認知症ケア、フレイル予防、禁煙、生活習慣改善)

3つめの「地域ヘルスプロモーション病院としての活動」というのは、医療の提供や療養支援だけでなく、地域住民の方の健康を支えていこう。そのためにこれまで以上に地域と関わり、地域の皆さんとの触れ合いを大切にする病院になろうということです。そしてその具体化がまさに「台東区立台東病院・老健千束祭」だったと言えます。

病院祭は昨年9月に職員全体で行ったワークショップで提案されました。職員自身が地域の皆さんとのお付き合いが必



台東区立台東病院・老健千束 管理者  
山田 隆司 先生

ずしも十分でないと感じる部分があり、日常の医療や療養支援以外に、お話ししたり、語り合ったりする機会を設けることで顔見知りになることができるのではないかと。病院祭で、地域の皆さんから一人でも多くの職員の名前を呼んで声をかけていただきたい。そういう思いで準備を進めてきました。

当日は台風が接近する中、幸い最後まで天候が崩れることなく、職員の頑張りもあって、地域の方々に大変ご好評をいただきました。最後は地元の町会の皆さんの「狐舞」に飛び入り参加していただき、本当に地元と一体となった催しができたと感じることができました。今回の経験をもとに、またさらに地元との結びつきの深い病院にしていきたいと気持ちを新たにしています。

### イベント開催のご案内

認知症カフェ 喫茶 Y・O・U 12/21(土) 14:00～  
台東病院1階エントランスホールで開催します。ご参加をお待ちしています。





## 講演「人生会議について」

これまでに人生の最期について考えたことはありますか？例えば人生最期は自宅にいたいとか、病院の方がいい、あるいは今は都会に住んでいるけれど田舎で過ごしたい。家族と一緒にいたいという人もいれば、一人で自分の一生を振り返りたいという人もいらっしゃるかもしれません。今の仕事を最後までしたいという人もいらっしゃると思います。一方、こういうことは嫌というものもあるでしょう。呼吸器や点滴につながれるのは嫌、拘束されて過ごすのは嫌、等々。

今皆さんにはそういった希望がいろいろあると思います。ところが、命の危機が迫った状態になると7割の人が自分の希望を伝えることができないとされています。

もしものときのための話し合いが「人生会議」です。万が一のときに備えて貴方の大切にしていることや望み、どんな医療やケアを望んでいるかを自分の家族や周囲の人と予め話し合っておくことです。アドバンス・ケア・プランニングとも言われ、現在世界中で注目されています。

「そうはいつでも自分の最期について周囲と話し合っておくことなんてできない…」と思う人も多いのでは？ということで、呉医師の講演の後は、「もしバナゲーム」を行いました。「もしバナ」は「もしものための話し合い」の略。人生の最期をどうしたいか、ゲーム感覚で話しましょうというものです。一つのテーブルに5人程度が座り、各テーブルに配布された35枚のカードから、各自が大切にしたいと思っていることが書かれたカードを集める。各カードには「痛みがない」とか「自宅で過ごしたい」な

どが書かれています。カードを順番に5枚取ったところで終了です。最後にその5枚のカードの中から3枚を選び、なぜそれを自分が重要と思うか、グループ内で話しました。

各テーブルには、山田管理者や中野博美看護介護統括部長はじめ職員も参加し、地域の方と一緒に、自分は人生の最期をどうしたいか考え話しました。

地域の方が、自宅に帰り、ご家族や周囲の人と「人生会議」をするきっかけとなったなら幸いです。



呉 明愛

台東区立台東病院  
総合診療科



グループワーク

## 講演「認知症について」

今日は自分の経験をもとに認知症についてお話ししたいと思います。

私は今7歳、4歳、2歳の子どもと夫との5人暮らしで、2017年に3男を出産しました。両親は少し離れたところに住んでいますが、出産後仕事に復帰するために、両親の支援を受けました。

父親が支援に来てくれていた時の出来事です。長男をお風呂に入れ終わった父が、少し経って「○○(長男の名前)は風呂に入らなくていいの？」と言うのです。あれ、変だな？と思いつつ、その時は考え事でもしてたのかなと思ひやり過ぎました。これが最初におかしい…と思った瞬間でした。次におかしいと思った出来事は、出かけるときに父が私の自宅の鍵のかけ方が分からなくなってしまったこと。そこで思い返してみると、少しのことで怒るようになり人柄が変わったかなとか、以前は活動的だったのにそんな様子が見られなくなったりなど気になる点が出てきました。こうしてもしかしたら認知症では…？と疑うようになったのが2017年の夏頃のことです。

まず「健康診断」を受けるように促し、その結果から医師の診察を受けることになりました。疑わしいという出来事から受診までに1年かかりました。受診を嫌がる父に対して、母と一緒に認知症健診を受けさせたことが工夫の一つです。2018年夏に認知症の診断となりました。一番最初に問題になったのは仕事です。資格職だったために続けることは望ましくないとの判断から2019年には退職の道を選びました。次に問題になったのは車の運転です。両親の住む地域では移動手段として車が重要で、運転を辞めてもらうのに時間を要しました。高齢者の運転による池袋の事故は記憶に新しいと思いますが、こういう事故のニュースの度に感情に訴える形で家族全員で運転を辞めることを懇願し、父自身が運転を辞めました。

今年の4月子どもの保育園入園の慣らし保育のために両親に来てもらうことになりましたが、環境を変えることがストレスだったようで、父が家に帰りたと言い出しました。母と一緒に帰ると言ったら「そういう風に監視するなら俺だって何するか分

からないからな」と応え、認知症と診断されてからの父の生活は質を下げていると気づいた瞬間でした。

認知症と診断されたことで治療につながり今後の対応ができると私や家族は思いましたが、本人にとっては社会とのつながりを絶たれ、できることも一人でさせてもらえないと感じるようになり、生活の質を下げているのです。

これまでの医療のモデルは病気を早期発見して治癒させるという医学的モデルでしたが、認知症は医学的モデルでは対処が難しく、生活の質を上げていくことで対応していこうという生活モデルを主体にする必要があります。

現在認知症の人は462万人。2025年には700万人になり、65歳以上の認知症の占める割合は5分の1、その人たちが家で暮らす割合は67%になると言われています。世界的に認知症の人の増加が課題になる中、今注目されるのが「認知症フレンドリーコミュニティ」(認知症の人にやさしいまち)という考え方です。認知症の人を社会全体で受け入れていこうという取り組みです。国内にも先進的な取り組みがいくつかあります。町田のデイサービスの事業所(認知症の方が有償で車の洗車の仕事をする)、注文を間違える料理店、等々。

認知症という診断を受けてできなくなることは増えるかもしれないけれど、できることもたくさんあります。そちらに目を向けながら前向きに進むことが大切です。認知症かも…と疑いを抱いてからの不安な時間に大事になるのは、よい先輩、仲間との出会いです。「認知症カフェ」はそのよい場です。当院でも第三土曜日に開催していますので、ぜひお出かけください。

もうあちらの問題ではなく、こちらの問題。社会全体で認知症を受け入れられる時代になればいいなと私は思っています。



高橋 麻衣子

台東区立台東病院  
総合診療科

## 祭 エントランスホールでのイベント

江戸芸かっぽれ  
(浅草かっぽれ保存会)



狐舞



台東くんと記念撮影

ザ・カンファレンス

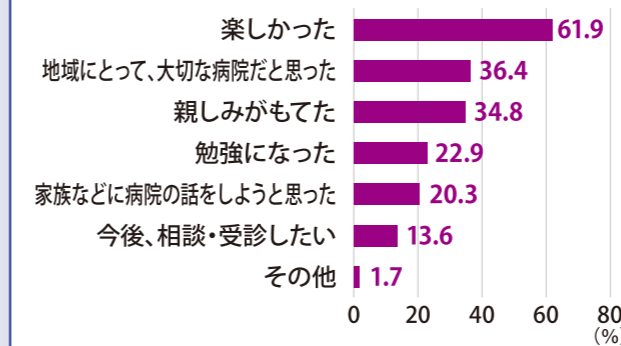


わたあめコーナー



和太鼓

病院祭に参加して感じたこと 回答者118名(複数回答)



実行委員長 浅見 純一



第1回台東病院・老健千束祭の実行委員長を務めました浅見です。

台風が近づいている中、200名ほどの地域の方に来場いただき、また地域のボランティアの方や台東区の関係者、施設の入院・入所者の方など、総勢300名近い方に参加していただくことができました。皆さんに「楽しかった」と言っていただきホッとしています。ありがとうございました。