



長尾よかだより

第83号

発行日／2021年2月 発行元／医療法人 順和 理事長／服部文忠

目次

表紙 … 2021年初めに思うこと
P2 … 認知症は予防できる(1)
P3 … 腹部超音波検査
P3 … 医療・介護制度よくある質問Q&A

P4 … 認知症高齢者へのより良い対応・介護支援
P5 … 地域探訪「穴観音」
P5 … 寒さを吹飛ばす「味噌煮込みうどん」
P6 … 長尾病院外来担当一覧表

2021年初めに思うこと

専務理事 服部 直和

新型コロナウイルス禍については、昨年末の「一年を振り返っての新聞記事・テレビ番組」で語り尽されています。

また、この文を書いている時点から広報誌の発行までの一ヶ月の間には色々な展開があると思います。

医療・福祉に関わる者としては、コロナ感染がどうなっていくのかはもちろんです。感染の裏の受診控え、介護サービス等の利用控えが危惧されます。

1. ガン治療の一線に立つ医師が新聞にガン検診の数の減少・ガン治療の中断で、これから1～2年先にガンで死亡される人の数が増えることを心配していました。

ガン検診受診者の数(2020年1月～7月実績)

前年同期間との人数の推移

240万人 → 100万人

アストラゼネカ主催メディアセミナー(11/30)より

コロナ感染の短期間での重症化とガンによる長い期間でのゆっくりと進行するリスクを比べるのは難しいところですが、感染のリスクは、医療機関は館内の清拭・消毒・換気や職員各人の感染防止の意識の高さから考えると警戒しすぎる必要はなく、町中の居酒屋・食堂・駅など密集した場所よりずっと安全と想われます。コロナ感染患者の重症例の増加に

より手術などが滞り始めていますが、自分の症状を把握せず漫然と受診控えをするのは医療が発達した時代に残念な気がします。

2. 介護サービスの利用控えは、当法人ではデイケア(通所リハビリ)・ショートステイ(短期入所療養介護)などで見られます。デイケアの意味合いは高齢者の老化防止の社会的効果があり、例えば、送迎や対話時に人を意識することによる身なりの整容・利用者間のコミュニケーション、本来の意味のリハビリでの機能訓練でADL・認知機能の維持をしていたと思われるのでそれらの低下を心配します。

介護老人保健施設39,199事業所へのアンケート調査

件数前年同月比	デイケア	ショートステイ
2020年4月	-9.8%	-24.0%
5月	-13.9%	-31.3%
6月	-7.1%	-23.2%
7月	-5.5%	-17.2%
8月	-5.9%	-16.3%

厚生労働省 社会保障審議会 介護給付費分科会資料(10/30)より

高齢者でもなく基礎疾患もない方の過度の萎縮は精神的・肉体的にいい影響はありません。ワクチンを待ちながら、人と接せず、密でない場所に出て外気を吸い、浩然の気を養っていかうではありませんか。

認知症は予防できる（１）～血管性認知症の話～

理事長 院長 服部 文忠

「認知症は予防できる」とタイトルに書きましたが、もちろん、認知症を完全に予防する方策はありません。ただし、脳血管の障害による血管性認知症を予防する方法はあります。血管性認知症は全認知症の約30%を占め、アルツハイマー型認知症にも合併することが多いのですが、その理解には脳卒中の知識が必要です。血管性認知症はタイプが多く、この点がこの認知症をわかりにくくしていますので、最新の分類に基づいてできるだけわかりやすく説明したいと思います。

●血管性認知症の特徴

アルツハイマー型認知症との違いは脳卒中による障害を持っているので、運動麻痺、言語障害、パーキンソン症状（筋肉が硬くなり、動作が鈍くなり、手指が震えるなど）などを伴うことが多く、脳卒中を起こす度に認知症が階段状に進行することが大半です。また、知的能力が全て一様に低下していくのではなく、記憶障害が強くても、判断力は保たれている場合もありますが、この状態を「まだら認知症」といいます。また、前頭葉という脳の前の部位の障害である意欲低下、注意の低下、実行機能の低下などが頻繁に認められます。

●血管性認知症はタイプがある

1. 多発梗塞性認知症

脳梗塞を繰り返しながら、階段状に認知機能が低下します。

2. ビンスワンガー型認知症

高血圧の影響が強く、脳の深部の白質という部位に広範に動脈硬化が及ぶと起こるタイプで初期には人格が保たれますが、進行すると高度の認知症となります。

3. 局在病変型梗塞性認知症

認知機能を担っている部位の梗塞で認知症を起こすもので、急性発症で経過とともに軽快することもあります。

4. 脳出血型認知症

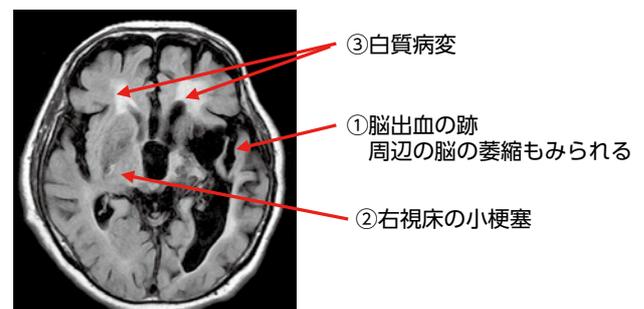
脳内出血、くも膜下出血による脳損傷によって起こります。

5. 低還流型認知症

脳を灌流する大きな動脈が脳内あるいは頸部で狭くなるか、あるいは閉塞すると梗塞にならなくても広い範囲に血流が悪くなり、認知症を起こします。

●ここで代表的な例を紹介します。

82歳、男性：64歳の時、左の基底核から側頭葉にかけて大きい脳出血を起こし、手術を受けておられます。失語症、右片麻痺を呈しましたが、認知機能の低下はありませんでした。高血圧の治療を続けてこられたのですが、70歳代後半には血管性認知症となっておられました。MRIの水平の断面を示します。脳出血の跡①に加えて、右の視床という認知機能を担っている部位に小さな梗塞を起こしておられます②。また、前頭葉という意欲、注意などに関係する白質という深部に白い病変③がみられますが、この所見は神経線維が抜けていることを示します。脳出血、認知機能を担っている部位の梗塞、白質病変（神経線維脱落）と重なったので、血管性認知症になったと考えられますが、このようになる前に内科治療を厳格に行えば認知症を先延ばしにすることができたかもしれません。



今回は血管性認知症の評価・診断や予防・治療について述べる予定です。

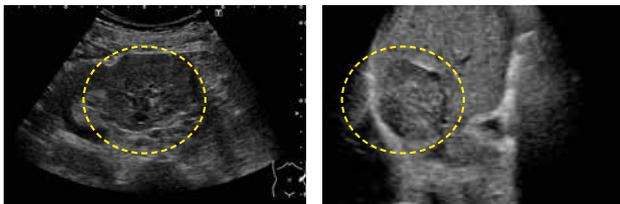
腹部超音波検査 ～生活習慣病といわれたら～

臨床検査科 スタッフ長 峰松 将大

「生活習慣病」・・・だれしものが一度は耳にしたことのある言葉だと思います。生活習慣病とは、“健康的と言えない生活習慣”が関係している病気のことを言います。肥満・高血圧・糖尿病・高脂血症・悪性腫瘍(ガン)などが該当する主な病気としてあげられます。

生活習慣病の多くは、発病してもかなり進行するまで自覚症状がほとんど現れないと言う共通点があります。そのため検査結果が異常値であっても、本人は自覚しにくいものです。気付いた時には、かなり進行していた・・・なんてことも少なくはないです。このような方に有用な検査の一つとして、腹部超音波検査(腹部エコー)があります。

腹部超音波検査とは、お腹の中を超音波で診る検査で、主に「肝臓・胆のう・膵臓・脾臓・腎臓・前立腺・子宮・卵巣・腸管・腹水など」に疾患の有無や状態をみます。



▲点線で囲った部分に腎臓がん(5cm)があります。 ▲点線で囲った部分に肝臓がん(6cm)があります。

この検査は人間が聞き取れないほど高い周波数の音波を身体に接触させるプローブ(探触子)から出し、臓器からの反射をプローブで検知して画像化し診断します。妊婦健診でも使用されるように人体に無害で繰り返し行え、患者様にやさしい検査となっております。放射線被爆の問題もなく、痛みもありません。



▲腹部超音波検査

また、患者様の訴えの「ここが痛いです」の“ここ”にプローブを当てて検査することができますので別名【お腹の聴診器】とも言われることもあります。

さらに経年観察することで腫瘍の数や大きさの変化も確認でき、脂肪肝などの生活習慣病から起こりうる疾患の状態変化も観察することが可能です。

自分のお腹の中が今どうなっているのか知りたくはありませんか?年に1回はご自身の内臓の状態をチェックするために腹部超音波検査を受けることをお勧めいたします。

医療・介護制度よくある質問Q&A

主任介護支援専門員 栗田 知子

医療機関や介護事業所には様々な相談が寄せられます。

第2回目は介護保険料の滞納に関する相談をご紹介します。

Q:「介護保険料を滞納していました。体調を崩し介護認定を受けましたが介護サービスは利用できますか?」

A:「利用できますが保険料の滞納の期間により介護サービス負担額が変わります。介護保険料を納めないでいると督促状が送付されるほか、保険料に延滞金が加算されたり、介護サービス等の給付制限を受ける場合があります。

いざ、介護サービスが必要になった時に、大きな負担をせずに安心して利用するためにも、忘れない様に納付しましょう。

納付方法は年金や給与からの天引き・納付書による振込・口座振替があります。

滞納した場合は、住所地の各区役所の福祉・介護保険課にお問合わせ下さい。」

認知症高齢者へのより良い対応・介護支援

老健センターながお 認知症専門棟 介護主任 金村 隆

ご承知の通り、わが国は世界一の長寿国で超高齢社会を迎えています。最新（令和2年9月発表）の資料によりますと、わが国の高齢化率は28.7%、福岡市はまだそれほど高くはないものの23.4%となっています。一方で、認知症発症の最大のリスク因子は「加齢」といわれており、人口の高齢化に比例して認知症高齢者の数も増えて行きます。福岡市が発表した「認知症高齢者の実数と将来推計」については、グラフをみていただくとお分かりのように年を追って増加しています。ちなみに、厚労省によるとわが国の認知症高齢者数は2012年には462万人でしたが、今から5年後の2025年には730万人になると推計されています。認知症は、決して珍しい病気ではなく誰にでも起こり得るものです。

ここで、私の経験をお話ししますと、認知症の女性Aさんはご自宅で一人暮らしをされていましたが、火の不始末や電気コードの切断など危険なことがあり、自宅での生活の継続は難しいのではないかとご相談を受け、当入所棟に入所していただきました。当初は、家に帰りた

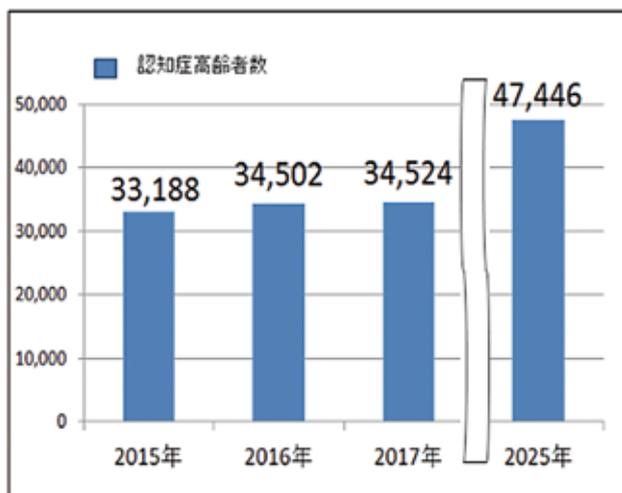
気持ちが強く、興奮して棟内を歩き回る行為（いわゆる徘徊）が続きました。そこで、スタッフの間でいろいろと検討して、ケアの中に“居場所”と“役割”に配慮した環境づくりとそれに沿ったケアを実施したところ、徐々に帰宅要求が改善すると共に、穏やかな生活を送っていただけるようになりました。これは、ご自分にとって居心地の良い環境が生まれ、かつ人の役に立っているという快刺激や他者から認められる（褒められる）という心地良きなどが奏功して、穏やかな日常につながったと考えられます。



老健センターながおは、県下でも数少ない「認知症専門棟」を有する介護老人保健施設ですが、『認知症ケア専門士』の資格を持つスタッフを手厚く配置し、『その人を知り、その人を受け入れ、その人に寄り添う』という認知症ケアの原則に基づき、ご入所いただいたその日から医師・看護職・リハビリ専門職・介護専門職・支援相談員・ケアマネジャー等多職種がチームで関わってご利用者の課題を検討し、その方らしい穏やかな日々を取り戻していただけるよう介護支援に取り組んでいます。

なお、当施設では「認知症介護相談窓口」を設置しておりますので、お気軽にご相談ください。

●福岡市における認知症高齢者数（実数・推計）



※福岡市の要介護認定者に占める認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上の高齢者数 出典：第7期福岡市介護保険事業計画
※値は3月末、2017年は9月末現在の実数・2025年は推計値

認知症介護相談窓口

時間／(月)～(金) 9：00～17：00

お盆・年末年始・国民の祝日を除く

※現在コロナ禍により電話相談にて対応いたしております。

電話／092-541-1003

担当 老健事務主任 久保 勝浩
(福岡市認知症介護指導者)

地域探訪「穴観音」

事務部 編集委員 川原 真由美

福岡市南区寺塚2丁目にある曹洞宗 興宗寺は、古くから広く『穴観音』として親しまれてきました。

その昔、寺塚周辺は百塚と言われ6世紀頃の古墳が多数あったそうです。藩主 黒田長政公が福岡城築城の際にその古墳を崩し石材として使用していたところ、石窟奥の壁面に仏像が刻まれている円墳が見つかりました。崩した他の古墳の供養のためにその石窟を残し拜殿が作られたと言われていいます。これには、長政公の夢枕に観音様が現れ「私の住みかを荒らしてはならぬ。」とお告げがあったとの素敵な伝承もあります。また石窟の奥は、福岡城から続く抜け穴であったとも言われており、神秘的な面影を今も感じることができます。

もう一つの見どころは、昭和10年に篤志家 木原善太郎氏が私財を投じて興宗寺境内に東京 泉岳寺と配列・石質まで忠実に建立した赤穂四十七士之墓です。



去年はコロナ禍により中止になりましたが、毎年吉良邸討ち入りの12月14日には『福岡義士祭』が開催されています。四十七士墓前での法要に始まり、最後には福岡藩に伝わる武技『陽流抱え大筒』が披露されます。大迫力で必見ですので再開の折には、ぜひ足をお運びください。



壁面に仏像が彫られた石窟内部

寒さを吹飛ばす「味噌煮込みうどん」

栄養管理科 野崎 友里香

私は、去年の3月に愛知県の小牧市より福岡に来て、10月より老健を担当しております管理栄養士です。

今回は、ご挨拶代わりに出身地愛知の郷土料理である「味噌煮込みうどん」をご紹介します。

作り方が簡単で、一品でたんぱく質と季節の野菜をたくさん摂取でき、体も温まるため真冬のこの時期にぴったりです。赤味噌がおすすめですが他の味噌でもおいしく作ることができます。是非、好きな味噌で作ってみてください。

《材料》(2~3人分)

- ・うどん…300g・しめじ…1/2束・えのき茸…1束・椎茸…4枚・ごぼう…1/3本
- ・鶏もも肉…150g・人参…1/2本・長ネギ…1本・油揚げ…2枚
- ・かまぼこ…1/2本・卵…2個・だし汁…1300ml

★味噌…大さじ5★みりん…大さじ2と1/2★砂糖…小さじ1

《作り方》

- 1) 鍋にだし汁を入れ野菜と肉を煮こみ、調味料を加えます。
- 2) うどんを入れて少し煮込んだ後に、かまぼこ卵を入れ、蓋をして火が通ったら完成です。



長尾病院外来担当一覧表

2021年2月1日現在

		月	火	水	木	金	土		
一般内科	午前	有田・山内	江崎・山内・脇坂	福井・久留島	松浦・山内	久留島・山内	交代制	第1・3・5週	
	午後	福井	山内・脇坂	有田	江崎(予約)・交代制	山内			
糖尿病内科	午前	浅野・山内	山内	浅野	山内	山内	園木	第1・3週	
	午後		山内			山内			
腎臓内科 (生活習慣病等)	午前	服部	中村	服部	服部(予約)	服部			
	午後								
内分泌内科 (甲状腺等)	午前	浅野・山内	山内	浅野	山内	山内	池之上	第1週	
	午後		山内			山内			
リウマチ科	午前	服部・浅山(予約)		服部・浅山(予約)	服部(予約)・浅山(予約)	服部			
	午後								
内視鏡内科	午前				本多				
	午後			笠	本多				
循環器内科	午前			有村					
	午後			有村					
脳内科 (脳卒中等)	午前	服部	脇坂	服部・久留島	薛	服部・久留島			
	午後		脇坂						
脳神経内科 (パーキンソン病等)	午前								
	午後				井上				
脳神経内科 (頭痛・めまい・ふるえ・物忘れ等)	午前			福井		小西			
	午後	福井							
リハビリテーション科 整形外科	午前	浅山(予約)		浅山(予約)	浅山(予約)				
	午後								
リハビリテーション科 (高次脳機能障害等)	午前				服部(予約)				
	午後		田川(予約)						
リハビリテーション科 (えんげ障害等)	午前				薛				
	午後								
けいしゆく 痙縮外来	午前								
	午後			浅山(予約)		服部(予約)			
もの忘れ外来	午前								
	午後					濱田(予約)			
フットケア	午前	主治医にご相談ください。適宜対応させていただきます。							
	午後								

診療科目

- ◆内科 脳神経内科・神経内科・脳内科・循環器内科
血管内科・糖尿病内科・内分泌内科
腎臓内科・人工透析内科・胃腸内科
消化器内科・内視鏡内科・老年内科
- ◆リハビリテーション科 ◆整形外科 ◆リウマチ科

診療時間

午前 9:00~12:00(受付11:30まで)
午後 13:00~17:00(受付16:30まで)
〔第1・3・5土曜日/午前中のみ〕

休診日

日曜・祝日・第2, 第4土曜日・土曜日午後・盆休み
(8月14日, 15日)・年末年始(12月30日~1月3日)



● 基本理念 「一人ひとりのライフステージに応じた 最良の医療・福祉を提供する」

■ 発行/ 医療法人 順和

長尾病院
老健センターながお
ながお在宅ケアセンター

所在地/〒814-0153 福岡市城南区樋井川13-47-1
電話/092-541-2035 FAX/092-541-2045
ホームページ/ <http://www.nagao.or.jp>

長尾病院

検索

◎誌面へのご意見・ご要望は長尾よかだより編集委員会までお寄せください。