

あれみゅう

2021 秋
VOL.

62

季刊誌あれみゅう
マスコットキャラクター
「みゅう」



あれみゅう 2021 年 秋 VOL.62

発行／医療法人社団五風会 さっぽろ香雪病院 〒004-0839 札幌市清田区真栄 319 TEL.011-884-6878 (代表) FAX.011-884-6731 <http://www.sapporo-kohsetsu.or.jp>

表紙イラスト：うらつかりょうま



医療法人五風会
さっぽろ香雪病院
精神科・内科・心療内科・歯科



〒004-0839 札幌市清田区真栄319番地
TEL.011-884-6878 FAX.011-884-6731
[URL]<http://www.sapporo-kohsetsu.or.jp>

基本理念

わたしたちは深い愛と思いやりの心で潤いのある医療を大切にします。

わたしたちはチーム医療を実践し、より専門性を究め良質で適正な医療を提供します。

わたしたちは社会の平和を願い奉仕の精神で地域社会に開かれた病院づくりをめざします。

基本方針

さっぽろ香雪病院は、患者さまの人権を尊重するとともに、ご家族、並びに地域の皆様に安心してご利用いただける医療サービスを提供し、高度な知識と技術の習得に努め、良質な医療の実践をめざします。



〈アクセス〉 ■ 地下鉄東豊線「福住」駅下車
福住バスターミナルより 中央バス（福87）「香雪病院前」下車
■ 地下鉄東西線「大谷地」駅下車 車で約20分
大谷地バスターミナルより 中央バス（大88）「真栄3条2丁目」下車乗換
中央バス（福87）「香雪病院前」下車
■ 駐車場 120台

送迎バス

地下鉄大谷地駅、福住駅から無料送迎バスがあります。
詳しくはホームページをご覧ください。
(<http://www.sapporo-kohsetsu.or.jp/>)

関連事業所

- 1 福住メンタルクリニック・デイケアクルール**
〒062-0051 札幌市豊平区月寒東1条15丁目1-20 メーブル福住ビル3階
TEL.011-853-1889 FAX.011-856-2030
- 2 訪問看護ステーション ラパン**
〒004-0839 札幌市清田区真栄328
TEL.011-375-7515 FAX.011-375-7525
- 3 札幌市障がい者相談支援事業所 相談室きよサポ**
〒003-0022 札幌市白石区南郷通14丁目南4-8 キャッスル大木戸1階
TEL.011-860-1750 FAX.011-860-1760
- 4 ケアプランセンター**
〒004-0839 札幌市清田区真栄323
・相談支援事業所 相談室りっか
TEL.011-802-6880 FAX.011-802-6881
・居宅介護支援事業所 セラヴィ
TEL.011-887-6355 FAX.011-887-6356
- 5 ワークサポート・プティバ**
〒004-0873 札幌市清田区平岡3条1丁目2-5
TEL.011-887-5111 FAX.011-887-5112
- 6 グループホーム イエール福住**
〒062-0035 札幌市豊平区西岡5条1丁目2-8 セントラルステート福住 内
TEL.011-827-7532 FAX.011-827-7531

- 7 ケアホーム イエール真栄**
〒004-0836 札幌市清田区真栄6条1丁目1-1
TEL.011-885-6400 FAX.011-885-4000
- 8 サポート住宅 パティオ真栄(関連会社運営)**
〒004-0836 札幌市清田区真栄6条1丁目1-1
TEL.011-885-0100 FAX.011-885-1800
- 9 高齢者支援複合施設 美しが丘テラス**
〒004-0813 札幌市清田区美しが丘3条8丁目2-1
TEL.011-887-6311 FAX.011-887-6340
・サービス付き高齢者向け住宅
TEL.011-887-6311 FAX.011-887-6340
・訪問介護ステーション 美しが丘テラス
TEL.011-887-6830 FAX.011-887-6340
・デイサービスセンター 美しが丘テラス
TEL.011-887-6876 FAX.011-887-6340
・小規模多機能ホーム 美しが丘テラス
TEL.011-887-6781 FAX.011-887-6340

p1 高齢者デイケアなのはな
～いつも認知症の方のそばで～

p4 【コラム】
・オンライン面会
・新型コロナワクチン接種

p5 福住メンタルクリニック
コロナ禍の辛さ、抱え込まずに

p6 あれみゅうレシピ!
「魅惑のガパオライス」



なのはな1日の流れ

- 9:00 バス送迎でお迎え
- 10:15 バイタルチェック
- 10:40 朝の会
- 11:00 健康体操
- 11:30 休憩・昼食
- 12:30 昼休み・趣味活動
- 13:40 午後のプログラム
- 14:30 おやつ
- 15:30 バス送迎で帰宅

スタッフである精神科医師・看護師は日々の健康管理を、作業療法士は身体・認知機能の維

多職種による チームワークで支えます

え、医療スタッフによる投薬調整、BPSD*への医療対応、緊急時対応を行うことができます。
※BPSD
認知機能の低下に伴う環境や本人の心理面の変化（混乱・不安）に起因する行動・心理症状。興奮、妄想、徘徊、意欲低下等。

持向上のためメンバーにあった活動を提供します。精神保健福祉士はご家族・関連機関やケアマネージャー等との調整を図り、介護福祉士はメンバーが快適に過ごせるよう出て来るように、日常動作の介助を行います。各スタッフは専門分野だけでなく、他職種の分野にも協力しながら、チーム全体で認知症医療を提供しています。
メンバーはご自宅から通所する方以外に、昨今はサービス付



風船スイカ割り



ガーデニング

高齢者デイケアなのはな くいつも認知症の方のそばで

「高齢者デイケアなのはな」の穏やかな1日

午前10時、心地良い音楽が流れるなか送迎バスが到着。少しずつ馴染みのメンバーが集まり今日も穏やかな1日が始まります。

「高齢者デイケアなのはな」は、今年で16年目を迎えます。登録メンバーは50名（2021.8現在）で、主に近隣の清田区・豊平区にお住まいの方が中心です。午前は、体調の確認と体操で体をほぐします。お昼ご飯をはさんで、午後からはメインのプログラム。寺子屋・映画鑑賞・音楽・和紙工芸・ゲームなどを日替わりで行い、天気の良い日はテラスで植物を育て散歩をし

たり、皆でゆったりと楽しみながらリハビリを行っています。今日は夏祭りです。色とりどりのヨーヨーを釣り、ゲームで楽しみ手作りスウィーツを食べ、いつもより賑やかでわくわくする時間を過ごしました。



シュートゲーム

き高齢者向け住宅・住宅型有料老人ホーム・グループホーム等のサポートがついている住宅から通う方が増えています。また、小規模多機能型居宅介護をご利用中の方もいらつやいます。施設側からは、「連絡ノートをやとりすることで、通所中の利用者の様子がわかりやすい」、「薬の調整をして欲しい時にスムーズに主治医と繋いでもらえる」等の声をいただいています。また、ご家族への介護者支援

「高齢者デイケアなのはな」の診療報酬上の名称は、重度認知症患者デイケア。認知症の症状があり診療を受けている人が日中に通う「医療保険」による通所型サービスです。札幌市内には10か所ほどあり精神科病院等に併設しています。認知症の方がお使いいただける通所サービスとしては、他に介護保険による認知症対応型通所介護、通所介護等があり、これら介護保険サービスと併用することができま。自立支援医療が適用されると負担軽減が可能です。
名称に「重度」とつきますが、メンバーによって容態はそれぞれです。日中の6時間、さまざまなグループ活動やリハビリ、レクリエーション、入浴や食事の提供を行います、それに加

として、2カ月に1度、家族会「なのはなの会」を開催しています。日常生活の中で、介護で困ったこと、今後の不安や悩み等が話し合われます。スタッフから病気や社会保障・社会資源等の情報提供や日頃の対処方法について助言をする場もあり、参加者と一緒に考え語りあう中で不安を解消していきます。毎回多くのご家族が参加され、ご家族同士の絆も深まり、回を重ねるごとに活発な意見交換が行われています。



昼食



ゲートボール

オンライン面会

新型コロナウイルスの感染状況に応じて、タブレット端末を活用したテレビ電話形式の面会を実施しております。病院1階からオンラインで病棟へつなぎ、ご家族さまと入院患者さまの面会を行っております。

ご利用方法

- オンライン面会は、当面ご家族さまに限り、1家族につき週1回平日14:00～16:00の間とさせていただきます。
- お一人さま15分程度でお願いします。
- オンライン面会は予約制です。平日11:00～16:00の間で、予約のご連絡をお願いします。

※患者さまや面会される方の体調により、当日面会ができない場合もございます。予めご了承ください。
※許可なく、録音、録画、写真撮影を行うことはご遠慮ください。

オンライン面会の 予約受付については

さっぽろ香雪病院

011-884-6878

受付時間
平日 11:00～16:00

面会当日は病院受付で「オンライン面会にきました」とお伝えください。

今後も新型コロナウイルス感染症の流行状況や社会情勢に応じて柔軟に対応し、患者さまに安心してご利用いただけるよう努めてまいりますので、ご協力をお願い致します。ご不明な点やお気づきのことなどがありましたら、遠慮なくお申し出ください。

詳しくは、ホームページでご確認ください。 [ホームページ http://www.sapporo-kohsetsu.or.jp/](http://www.sapporo-kohsetsu.or.jp/)

新型コロナワクチン接種

医

療従事者を対象とした新型コロナワクチン接種が2月17日に国内で初めて開始されました。当院にも4月28日にワクチンが到着し、同日から職員へのワクチン接種を開始しました。1回目の接種後には大半の職員があとから腕の痛みを感じましたが、2回目の接種後では発熱・寒気・倦怠感・関節痛・頭痛などといった副反応を感じた職員が多くみられました。現在は基礎疾患を持った入院患者さま、当院をかりつけとしていた外来患者さまを対象に希望する方へ順次ワクチン接種を行っています。

当院の一般外来接種としましては、定期受診をされているかかりつけの患者さまに限らせて頂いております。平日9時～17時の間でお電話にて予約を受け付けし、毎週月曜、水曜の13時から接種を行っています。1回目の接種日から3週間後に自動予約で2回目の接種日を入れてさせて頂くので、再度の電話予約等は不要です。接種当日は、ワクチン接種クーポン券、予約票、本人確認書類が必要です。

なお、9月6日時点で当院でのワクチン接種は定員に達したため、現在は予約受付を一旦終了とさせていただいております。

今後のワクチン接種については随時ホームページでご案内いたします。



なのはなスタッフ



手工芸作品

新しい認知症デイケアを追及したい

2020年初めからのCOVID-19感染拡大により、今まで行っていた行事の一部を控えざるを得なくなりました。なかでも、メンバーが楽しみにしていたカラオケ等の「歌う」プログラム

ラムは、飛沫感染防止のため中止となっています。また、定期的を実施してきた外出レクリエーション（回転寿司・ぶどう狩り・流しぞうめん等）や家族会についても一時中止をしています。様々な制限がある中でも感染対策をしながら、今春は送迎時に桜見学に行きました。また運動不足解消のために「エアロビクス」や「歌体操」等新たな活動に取り組んでいます。プログラムについても室内で行うことが多いので、マンネリ化しないよう新たなレクリエーションを作業療法士が中心に考案し、メンバーの身体・認知機能の維持を図りながら、新しい認知症デイケアのあり方を

模索しているところです。

症状が進行すると、出来ることとが少なくなり心理的にも不安定になります。「高齢者デイケアなのはな」では、個々に合った作業や日常活動を提供し、『今』でできていることを確認し大切に捉え、自己肯定感が高まるような関わりが重要だと考えています。また、「うれしかった」「楽しかった」「おもしろかった」等の感情はすっと心に残るといわれています。そんな心揺さぶられるような感情や安心感を「なのはな」に通所することでたくさん感じ、ご自宅に持ち帰っていただきたいと思っています。

厚生労働省では「認知症施策

推進総合戦略（新オレンジプラン）の中で、「認知症高齢者にやさしい地域づくりの推進」を掲げ様々な施策に取り組んでいます。これからますます増加する認知症の方々が、長く住み慣れた場所で生き生きと暮らせるように、私たちはこれからもご家族や地域の関連機関と十分に連携し、「なのはな」らしい支援を追求していきます。

高齢者デイケアなのはな
看護師長 立野 ゆかり

医療法人社団五風会 さっぽろ香雪病院 高齢者デイケア なのはな

定員50名

〒004-0839
札幌市清田区真栄319
TEL.011-884-6878
FAX.011-884-6731

・営業日 月曜～金曜
（土日祝休み）
・時 間 9:00～15:30

・利用開始方法
主治医（精神科医）と相談→デイケアの説明と見学→1日体験→利用決定→通所開始
（ご利用に際しては、当院外来の受診が必要です）

・費用
各種健康保険、自立支援医療が適用されます。

・送迎あり
専用バスでご自宅前まで送迎いたします。

≡ 体験受付中！ ≡

魅惑のガパオライス

気軽に作れる本格タイ料理で
夏の疲れをふき飛ばそう👏

みゅうちゃんオススメ!

あれみゅう レシピ!

材料 (2人分)

- ・サラダ油 大さじ2
- ・鶏ひき肉 300g
- ・塩コショウ 適量
- ・玉ねぎ(みじん切り) 1個
- ・パプリカ赤(1cmの角切り) 1/4個
- ・ピーマン(1cmの角切り) 1個
- ・ニンニク(みじん切り) 小さじ1
- ・生姜(みじん切り) 小さじ1
- ・鷹の爪(輪切り) 1本分
- 【調味料】
- ・ナンプラー 大さじ1
- ・オイスターソース 大さじ1
- ・砂糖 大さじ1
- ・鶏がらスープの素 大さじ2
- ・酒 大さじ2
- ・乾燥バジル 大さじ1
- ・卵 2個
- ・ご飯 2膳

栄養

カロリー (1人分) 約925kcal

ワンポイントアドバイス

レモンがあればくし形にカット。
食べる直前にしぼると
より美味しくなります!!

レシピ提供

ワークサポート・
プティパ

札幌市清田区平岡3条1丁目2-5
TEL: 011-887-5111



作り方



1 Aの材料をそれぞれ切り、Bの調味料を別皿に合わせておきます



2 フライパンにサラダ油を入れ、ニンニク、生姜、鷹の爪を香りが出るまで炒めます



3 ②のフライパンに玉ねぎ、鶏ひき肉を入れて炒めます



4 Bの調味料を入れてよく混ぜ合わせながら炒めます。ピーマン、パプリカを入れ、全体に火が通ったら味をみて塩コショウで味を調えます



5 別のフライパンで卵を目玉焼きにします



6 お皿にご飯をよそい、その上から④をかけ最後に目玉焼きをのせます

福住メンタルクリニック



「ストレス」を覚える人も少なくないと思います。

新型コロナウイルス感染症の国内における感染拡大とその施策を受け、自粛生活、労働環境の変化、日々の感染対策の取り組みなど、わたしたちの生活にも変容があります。生活の仕方、働き方、家での過ごし方、人との付き合い方など多様な局面で変化を求められるようになりましたが、そうした影響

「体動かす機会が減り、なんとなく体調が優れない。夜も眠りづらくなってきた」「体調が優れないため仕事の効率も悪く、モチベーションが上がらない」「在宅ワークに切り替わり、リモートでの会話に難しさを感じるようになった」「自宅にいる時間が増えた分、家族との会話のあり方が変わった」

当院の受診相談内容にもやはり変化が見られます。直面している問題(収入、労働内容など)への不安だったり、漠然とした健康不安など内容は様々ではありますが、何うと「コロナが流行してから不安な気持ちを持つようになりました」ということも多く聞かれます。

など、直接的な原因ではなくともコロナ禍を背景とした不具合を感じる人もいらっしゃいます。新たな生活様式や環境と上手に付き合おうとしながらも、どこか無理をして気付かぬうちにストレスを溜め込んでしまっている場合もあると思います。福住メンタルクリニックでは、診療以外にも心理士によるカウンセリングや併設するダイヤで心身を整えるさまざまなプログラムを行っています。小さな気づきが早期治療に繋がりますので、辛さを抱え込まず、まずはお気軽にご相談ください。

福住メンタルクリニック
精神保健福祉士 大倉 慶子



地下鉄福住駅前

福住メンタルクリニック 心療内科・精神科

〒062-005
札幌市豊平区月寒東1条15丁目1-20 メーブル福住ビル3階
TEL.011-853-1889
FAX.011-856-2030
【月～金】9:30～12:30、13:45～17:00
(水曜日は19:00まで診療)

併設事業所

デイケアクルール

