



中部メディカル 訪問看護ステーション

中部メディカル新聞

令和 8 年 9 月
第 160 号

利用者さま、ご家族さまへ情報をお届けします



世界認知症月間



9 月は「世界認知症月間」です。

訪問時に「最近物忘れが・・・」とお聞きすることもチラホラ。認知症は特別な病気ではなく、誰もがかり得る身近な状態です。住み慣れたご自宅で安心して暮らし続けるためには、症状への正しい理解と、ご本人・ご家族の双方を支えるも視点が欠かせません。日頃の関わりや見守りにおいて、次のポイントを意識してみましょう。

ー自分でできる・家族が気づく 認知症初期症状チェックー

- ☐ 同じ質問や同じ話を何度も繰り返す
- ☐ 物を置いた場所を忘れ、いつも探している（「盗まれた」と言う）
- ☐ 今日の日付や曜日、約束の時間が分からなくなる
- ☐ 慣れた道で迷ったり、買い物の計算・管理が難しくなったりする
- ☐ 好きだった趣味や身だしなみへの関心が薄れた
- ☐ 怒りっぽくなった、または急に元気がなくなった



★ 判定の目安

2 つ以上当てはまる場合や、以前と比べて「急に変わった」と感じる場合は、加齢による物忘れだけでなく**初期のサイン**かもしれません。早めの相談が大切です。



サインに気づいたら・・・

否定せず気持ちに寄り添う：記憶違いや失敗があっても、頭ごなしに否定したり訂正したりすると、ご本人の不安や混乱を強めてしまいます。まずは言い分を肯定的に受け止め、安心感を与える声かけを心がけることが大切です。

服薬管理の工夫や日常のケア、ご家族の介護負担軽減など、お困りごととは一人で抱え込まずに主治医、ケアマネジャー、訪問看護の際にお気軽にご相談ください。



(三宅・管理者・看護師)

中部メディカル新聞は皆さまの情報をお待ちしております

中部メディカル新聞 第 160 号 (2026 年 9 月) 発行日/2026 年 8 月 31 日 編集・発行/中部メディカル 訪問看護ステーション



看護師 Quiz みちくさ



秋に関するクイズを出題します！



第一問 「マツタケ」は一般的にどのような木の根元に生えることが多いでしょう？

- ①サクラ ②アカマツ ③イチョウ

第二問 「柿」には「甘柿」と「渋柿」がありますが、元々の野生の柿はどちらだったでしょう？

- ①甘柿 ②渋柿 ③半々ぐらい

第三問 「お月見」の時期にススキを飾るの理由は为什么呢？

- ①稲穂に似ているから(豊作祈願)
②虫除けの香りがするから
③月の光を反射して明るく見えるから

(原田・看護師)



中部メディカル 訪問看護ステーションの理念

- こころを大切に** (ご本人とご家族のこころを大切にします)
- 連携を大切に** (地域のケアチームと親密で良好な関係を築いていきます)
- スピードを大切に** (出来る限り早く対応して信頼されるステーションを目指します)



中部メディカル 訪問看護ステーション

〒463-0048
名古屋市守山区小幡南三丁目 17-31
カーサ・ルーチェ B-3
TEL 052-792-9802
FAX 052-792-9803
NO.2361390186





中部メディカルのスタッフ便り



7月より入職いたしました、**言語聴覚士**の熊澤佑介と申します。以前は総合病院に勤務し、患者様のリハビリテーションに携わってまいりました。言語聴覚士は耳慣れない職種かもしれませんが、会話や飲み込みの訓練のほか、脳梗塞や脳出血の後遺症による認知機能の変化に対する支援も行っています。特に食べることは生活の基本であり、楽しみでもあります。皆様が安全においしく食事を続けられるよう、寄り添ったサポートを心がけてまいります。

趣味は登山、キャンプ、ドライブです。8月、以前の職場で立ち上げた登山部のメンバーと富士山に登りました。当日は天候が心配でしたが、山頂では雲を抜けた青空と景色を望むことができ、清々しい気持ちで日本最高峰に立つことができました。写真のTシャツは、退職後にもかかわらず、登山部の皆さんがOBとして贈ってくださったオリジナルTシャツです。背中**「身体機能面に著変なし」**の言葉どおり、これからも安全第一で登山を楽しんでいきたいと思ひます。どうぞよろしくお願いいたします。



(熊澤佑・言語聴覚士)



スタッフのほっと一息



先日少しでも早起きして、息子と小幡西園までサイクリング&クワガタ探しをしてきました。その帰り道、わたしの心は休憩♪休憩♪

今回はそんな日に立ち寄った『喫茶あきし乃』さんを紹介します♪

こちらは素材にこだわって作ったマフィンや自家製ジュースが頂けます。モーニングには飲み物代だけでトッピング付き(小倉あん、ジャム、

ハチミツ)のバタートーストか日替わりサンドイッチから選べます。たまごサラダとヨーグルトも付いてかわりにモーニングが頂けます。因みに写真は息子の注文したかき氷です。アイスクリームをトッピングして大満足!マンゴーシロップがたっぷりかかってとっても美味しくて頂きました。



(山中・看護師)



* 入浴の効果 *



日本では古くから「湯治(とうじ)」といって、健康や治療のために温泉が使われてきました。様々な調査や研究からも入浴頻度が上がるほど要介護リスクが減ることが報告されています。

今回は、入浴の効果をご紹介します!



【温熱作用】

湯船で体を温めることで、血液やリンパ液の流れがよくなり、代謝が活発になります。筋肉のコリや緊張が和らぐため、痛みの軽減も見込めます。さらに、心身ともにリラックスして、良質な睡眠も期待できます。

【静水圧作用】

湯船につかると体全体に水圧がかかります。横隔膜が上に押し上げられるため、肺の容量が減って呼吸数が増加し、肺の機能を活性化。さらに体表面の静脈にも水圧がかかり、重力によって下半身に溜まりがちな血液が心臓に戻りやすくなります。足のむくみ解消も期待できます。



【浮力作用】

入浴時は浮力によって重力の影響を受けにくくなり、筋肉や関節にかかる負担を軽減できます。筋肉の緊張もほぐれるので腰痛の緩和にも効果的です。さらに、浮遊感によるリラックス効果も望めます。

日本では昔から入浴剤代わりに植物や果物を入れる習慣がありますね。9月は「菊湯」がその代表です。菊は長寿や健康を願う花として親しまれ、香りや効能でも私たちを癒してくれます。旬のものと一緒に入浴して、季節を感じてみてはいかがでしょうか。

(安田・看護師)



私の18のビリーフ5 チームワーク



私たちは、子育て中の職員も安心して働けるよう、急なお休みや人員変更にも柔軟に対応できる環境づくりを大切にしています。そのため、利用者様の状態や支援内容、予定の変更などを日頃から丁寧に共有し、誰か一人に任せる

のではなく、チーム全体で支える意識を持っています。決められたルールだから行うのではなく、一人ひとりが周囲に目を配り、**自ら進んで助け合う姿勢**こそが、より良いチームワークにつながると考えています。

(熊澤佑・言語聴覚士)

