

医療と介護の情報誌 [ケアキュア]

2019.06

No. 43

Care Cure

ケアキュアとは？

care(介護)とcure(医療)を合わせた造語です。医療と介護で地域を支えたいという願いを込めて。

特集

認知症を知る。

知っているようで知らない、
認知症のこと。



医療と介護で楽しい人生を、ずっと。

 豊資会

令和元年を迎えて

豊資会グループ 代表
医療法人豊資会 理事長

かの もとのり
加野 資典



年号が令和と改まりました。新しい時代も平和で素晴らしい日本であってほしいと願います。

時を同じくして、5月に豊資会の創業の地である古賀市の加野クリニックをリニューアルしました。

二階の旧病棟部分を透析室として改修し、拡張移設しました。患者さんのアメニティにも配慮した明るい透析室になったのではないかと思います。今後の増患に備えて透析患者の送迎を充実させる仕組み作りを計画しています。筋力低下を防ぐためのリハビリも進めていきたいと思っています。

また、一階の外來部分も改装し、泌尿器科外來の終日診療を始めました。

レントゲン装置を新しくして、膀胱の内視鏡検査も出来るようになりました。これからは膀胱腫瘍の内視鏡検査と術後のフォローアップもクリニックで出来るようになりました。加野病院の混雑の緩和に貢献してくれるものと期待しています。

加野病院は新しく二名の医師を迎えました。腎疾患の指導医の片淵先生が入職されたので、腎疾患の診断、治療が充実し、東医療センターの腎疾患部とも密な関係が生まれました。また、泌尿器科へは浦先生が戻ってきてくれました。他の泌尿器科医と共に泌尿器科のレベル向上が図れるものと期待しています。

クリニックは訪問診療、訪問看護、訪問介護など在宅医療にも取り組んできましたが、今回の改装で訪問看護の事務所を移動しました。在宅医療の要としての訪問看護の活躍で今以上にシームレスな連携が取れ、地域包括ケアを支えるようになればと願っています。

今後ともグループ全体の協力で医療介護のオンリーワンを目指していきたいと思えます。

加野クリニック新装オープン



透析室

リラックスして透析を受けていただけるよう、フロアを広く使い、明るく落ち着いた空間にしています。



外來待合室

明るく清潔感のある待合室。小さなことでもお気軽にご相談ください。

泌尿器科	土・日・祝日休診	月	火	水	木	金
午前	9:00 ~ 12:30 (受付 12:00まで)	○	○	○	○	○
午後	13:30 ~ 17:00 (受付 16:30まで)	○	○	○	○	○

人工透析	日曜休診	月	火	水	木	金	土
午前	9:00 ~	○	○	○	○	○	○

問 加野クリニック

所 古賀市花見南1丁目2-15

☎ 092(944)1212

1980年から古賀市で診療を続けてきた加野クリニックは、5月に内装の改修工事を行いました。それに合わせて、新たに午後の外來診療を開始。多くの方に快適にご利用いただけるように、透析のベッド数をこれまでの32床から、段階的に47床まで増やします。開業時からのモットー「迅速・正確・気配り」に、より磨きをかけたいきます。詳しくは、お問い合わせください。

教えて恩塚院長！

前立腺肥大症

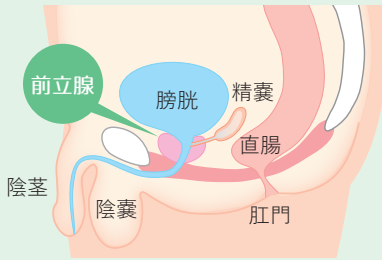


加野病院院長
恩塚 雅子

男性で、「尿が出づらい」、「頻繁に尿意を感じる」、「排尿後も尿が残っている感じがする」などの症状は、前立腺肥大症かもしれません。今回は、前立腺肥大症について解説します。

そもそも 前立腺ってなに？

前立腺は、膀胱の下で尿道をぐるりと取り囲んでいる男性だけにある臓器です。前立腺が肥大すると、尿道を圧迫して排尿トラブルの原因になります。



どんな働きがあるの？

全ての働きは解明されていませんが、精子を保護したり、精子に栄養を与える「前立腺液」を分泌しています。

前立腺肥大症とは

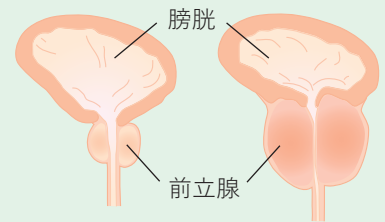
良性の腫瘍であり、がんではありません。前立腺は、若い頃はクルミほどの大きさです。加齢とともに大きくなる傾向があり、中高年になると前立腺肥大症を発症する危険性があります。80歳代では、約8割が発症するといわれています。

なぜ起こるの？

原因は、はっきりしていませんが、加齢、男性ホルモンが関与しているといわれています。また、遺伝や食事、メタボリックシンドロームなどが関連している可能性が示唆されています。

前立腺の変化

左：通常の前立腺
右：肥大した前立腺



治療はどうするの？

大きく分けると、内服薬を使った治療と手術による治療があります。内服で効果が不十分な場合・症状が強い場合・尿閉や血尿、結石などの合併症がある場合は手術を考慮します。

経尿道的前立腺切除術 (TURIP)

最も標準的で広く行なわれている手術です。尿道から内視鏡を挿入して、切除ループで肥大した部分をくり抜くように、少しずつ切除します。尿道から行なう手術なので、お腹に傷が付きません。

術後、3日間ほど尿道にカテーテルを留置します。入院期間は、概ね9日程度です。

光選択的前立腺レーザー蒸散術 (PVP)

これまでは、TURIPが標準的な手術法でしたが、現在では、特殊なレーザーを使った体への負担が少ない手術も可能です。尿道から内視鏡を挿入して、肥大した前立腺組織にレーザーを照射して蒸散させます。TURIPと同等の治療効果ですが、切除しないので出血が少なく、術後の痛みも少ないのが特長です。その他にも入院期間が短く済むなどのメリットがあります。



認知症とは、一度正常に発達した認知機能が後天的な脳の障害によって低下し、継続的に（およそ6カ月以上）生活に支障が出ることをいいます。高齢化が進み、認知症になる人は年々増加していますが、何となくのイメージで認知症を理解したつもりになっていませんか？
今回は、決して他人事ではない認知症について解説します。



その物忘れ、加齢？
それとも認知症？

認知症でなくても、人は加齢とともに物忘れが現れるようになります。例えば、通常は食べた食事のメニューを忘れてもヒントがあれば思い出せますが、認知症の場合は食べたこと自体を忘れてしまいます。体験そのものを忘れてしまうのが認知症の物忘れです。

認知症のサイン

- 何度も同じことを聞いたり言ったりする
- よく知っている場所で迷うようになった
- ささいなことで怒りやすくなった
- だらしなくなった
- 置き忘れ、しまい忘れをする
- 持ち物を盗まれたと言うようになった

どうして認知症になるの？

認知症とひとくくりにされませんが、原因はさまざまです。大きく分けると、変性疾患と呼ばれるものと血管性認知症とに分けられます。前者はアルツハイマー型やレビー小体型などが含まれ、脳内に特殊なたんぱく質がたまり神経細胞が死んでしまうことが原因で起こると考えられています。
血管性認知症は脳梗塞・脳出血などが原因で起こる認知症で、高血圧・糖尿病などがあると発症のリスクが高まります。

● アルツハイマー型認知症

特殊なたんぱく質が脳内にたまることにより、脳の神経細胞が減少する。経験したことを記憶することが難しくなります。

● 血管性認知症

脳梗塞や脳出血など、脳の血管障害が原因で起こる。高血圧や糖尿病、心疾患などさまざまな病気が原因になります。

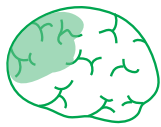
● レビー小体型

脳（大脳皮質）や脳幹部に特殊なたんぱく質がたまり、神経細胞が死んでしまう。幻視や筋肉のこわばりなどの症状も現れます。

正常な脳

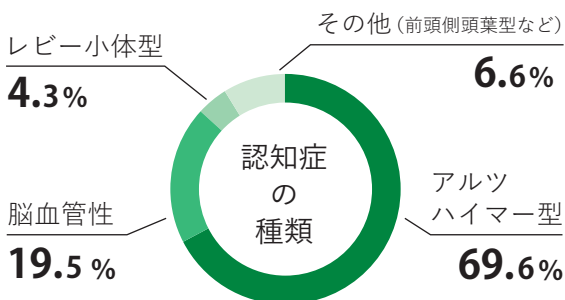


アルツハイマー型
脳の神経細胞が減少。
脳が萎縮する。



血管性認知症
血管が詰まって一部の細胞が死んでしまう。

データで見る認知症①



軽度認知障害 (MCI) について

認知症は突然現れるわけではなく、時間をかけて少しずつ進行します。認知症ではないものの、正常でもない状態を軽度認知障害 (MCI) といいます。

MCI は、時間とともに進行し、何もしないと4年以内に約半数が認知症を発症するといわれています。

認知症の予防

認知症を完全に予防する方法は、分かっていません。血管性認知症は、脳梗塞などの血管の病気が原因なので、高血圧・糖尿病・高脂血症などがあると発症しやすく、生活の改善や適度な運動が予防につながります。運動については、活動性が高いことはアルツハイマー型に対して防衛的に働くという知見もあります。運動が効果をもつ理由としては、脳血流の増加作用や神経成長因子への刺激などが考えられます。また、簡単な計算や人とのコミュニケーションで脳が活性化することも分かっています。科学的エビデンス（根拠）に基づく予防法といわれています。

データで見る認知症②

20%
認知症

2025年には65歳以上の5人に1人が認知症に
(厚生労働省調べ)



※非認知症

※ただし、正常でも認知症でもない軽度認知障害等を含む

認知症の予防に。
楽しい交流の場に。

「60歳からの認知症予防。」
脳の健康教室、開講中

所 古賀市花見南区公民館
問 脳の健康教室 / 担当 川畑
☎ 080 (2775) 9421

身近な人が認知症になつたら

健康な人でも、これからやろうとしていたことを忘れてしまうことがあります。これが頻繁に起こった場合を想像してみてください。イライラしてストレスを感じたり、不安な気持ちになるのではないのでしょうか。認知症の本人は自覚がないと思われがちですが、これは大きな誤りです。本人にとつて、とてもつらい病気だということを理解することが大切です。周囲の人は、失敗を指摘するのはなく、どうすれば不安を感じさせずに解決できるかを優先して考えるなど、本人の気持ちに寄り添った対応心がけてみてください。自分が認知症になったときに、どのように接して欲しいかを考えてみるのもひとつの方法です。

自由に。
寄り添いながら

有料老人ホーム WITHUS
ウイザスどんぐり

オープン

古賀市グリーンパークの一角に佇む、複合施設ハイマートどんぐりの森。今年1月、どんぐりの森一階に有料老人ホーム「ウイザスどんぐり」がオープンしました。コレクティブハウスの思想を取り入れた安心で快適な住まいです。鍵付きの個室でプライベートを守りながら、ときには共有スペースでおしゃべりをしたり、困ったときには助け合ったり。お食事は豊資会こだわりの、管理栄養士の手作りです。ウイザスは「With us (私たちと一緒に)」から生まれた名称です。あたたかいコミュニティがあなたを待っています。お気軽にご相談ください。

☎ 所 古賀市青柳町803番地
080 (1705) 5583



大きな窓のある、明るくて心地よい空間をご用意。快適も安心も揃っています。

ゆとりあるお部屋を
入居しやすい料金で

多くの方にご検討いただけるよう、入居しやすい料金設定(約8.9万円〜)で、お部屋は約10畳。ゆとりある空間で自由にお過ごしいただけます。

透析が必要な方への
バックアップ

水分管理や医療機関との連絡調整などの生活支援を行なっています。食事でも手作りの療養食をご用意。急な体調の変化などのご相談もお受けします。

加野病院リハビリセンター 骨盤底筋体操教室



3月18日(月)、新宮町湊区公民館にて、産後の女性を対象とした骨盤底筋体操教室を行いました。骨盤底筋は骨盤の底にあり、膀胱や子宮、直腸などを支えています。加齢や出産などで筋肉が弱まると臓器が下がり、尿漏れの原因になることも。教室では、自宅でも簡単にできるトレーニングやストレッチを行いました。骨盤底筋を鍛えることで、姿勢やスタイルの改善にも繋がります。もちろん女性だけでなく男性にも効果がありますので、ぜひ続けてみてください。

デイサービスどんぐり 青柳小学校のみなさんへぞうきん贈呈



5月13日(月)、古賀市青柳小学校にて、雑巾の贈呈式を行いました。この雑巾は、小学校の皆さんに使っていただこうと、デイサービスどんぐりのご利用者様が手縫いで作られたものです。デイサービスどんぐりでは、2年前から下校時に横断歩道を渡る児童のみなさんをご利用者様と一緒に見守り声掛けをする地域交流を行なっていて、今回の贈呈式もその一環です。活動を通して交流や社会貢献ができ、ご利用者様の笑顔の元にもなっています。

新ドクター紹介



内科
かたふち りつこ
片瀨 律子

2019年3月まで国立病院機構福岡東医療センターで腎臓内科医として勤務してきました。このたび、同年4月1日付で加野病院に赴任させていただきました。腎臓専門医としての経験を生かしながら、これまで患者様から教えていただいた最も大切なこと、すなわち”患者様の人生”を第一に考えた腎臓病の医療と一緒に育んでいけたら良いな、と思っています。



泌尿器科
うら しんたろう
浦 慎太郎

2年ぶりに九州大学病院より戻ってまいりました。悪性腫瘍に対する腹腔鏡手術はもちろん、結石や排尿障害などの良性疾患にも幅広く対応させていただきます。

2019年度豊資会グループ入社式



4月1日(月)、今年から採用を開始した総合職を始め、介護職・リハビリスタッフなど合計8名が入社しました。少しずつ成長を重ねながら、新たな豊資会の歴史を作っていくであろう新社会人です。皆さんの活躍を期待しています。



新宮町 地域のお医者さん

なかよし脳神経クリニック

院長 中山 義也 先生
なかやまよしや

JR新宮
中央駅から
徒歩1分

——診療で特に気をつけていることはありますか？

専門は、頭痛と物忘れを主にしていますが、他の症状で相談に来られる方もいらっしやいます。私が出来ないところは、ご本人のご意向をお聞きした上で他院へ紹介するなど、患者さんが困ることが無いよう気を付けています。

—— 休日は何をされていますか？ 趣味や特技などはありますか？

元々は、ゴルフとテニスをしていましたが、開院してからは忙しくてなかなかストレスが発散できていません。以前、同僚とクリニック（大塚パーククリニック）を開院したときはジムに通ったりもしていました。

—— 受診に不安がある方へ、メッセージなどあればお願いします。

当たり前のことですが、何か心配なことがありましたら、まず気軽に相談にきていただければと思います。私の分かる範囲で治療の方向性をつけさせていただけます。軽い頭痛だからと放置された後に来院されて、実際には重い症状だった方もいらっしやいますから、気になる場合は、早めに来ていただければと思います。

なかよし脳神経 クリニック



診療科目 | 脳神経外科・内科
| 心療内科・精神科

診療時間 | 平日：9時～18時
| 土曜：9時～16時

※13時～14時は昼休み

休 | 日曜祝日・年末年始

所 | 新宮町中央駅前1丁目1-18

☎ | 092(941)5121

カラダにうれしい
かんたんレシピ

ほうしキッチン

監修
管理栄養士
原口みつえ

「若竹のクリームグラタン」

筍（たけのこ）は、野菜の中ではたんぱく質が多く、食物繊維やカリウムも多く含まれます。便秘改善や、大腸がん予防、コレステロール低下、高血圧予防にも効果があります。

作り方

① 筍は一口大の薄切りにし、熱湯にくぐらせてザルにあげる。固いところがあれば湯がいておく。じゃが芋を薄切りにし、ラップをして電子レンジで4分加熱する。

② しめじは3センチ長さ、玉葱はみじん切りにする。わかめは水に戻して3センチ長さに切り、水気を絞っておく。

③ フライパンにオリーブ油を熱し、筍・じゃが芋・しめじを強火でさっと炒め、塩・こしょうで調味して取り出す。

④ ③のフライパンにオリーブ油を熱し、玉葱を炒め透き通ったらバターを加えて小麦粉をふり入れ弱火で炒める。さらに牛乳を少しずつ加えてのばし、とろみがつくまで混ぜながら加熱して塩・こしょうで味を整えソースを作る。

⑤ ④に②を加えてひと混ぜしたら耐熱皿に移して、わかめを入れチーズをかける。オーブントースターに入れて7～8分焼き、チーズがキツネ色になったら出来上がり。

材料（4人分）

塩わかめ・・・	20g	こしょう・・・	少々
ゆで筍・・・	100g	玉葱・・・	80g
しめじ・・・	80g	有塩バター・・・	20g
じゃが芋・・・	150g	小麦粉・・・	大さじ2
オリーブ油・・・	小さじ2	牛乳・・・	300cc
塩・・・	少々	ピザチーズ・・・	40g

栄養量 (1人分)	熱量	たんぱく質	塩分
	213kcal	7.5g	1.4g



豊資会は、介護職を目指す人を応援します。

介護の資格取得のための研修事業を行っています。詳しくは、ホームページをご覧ください。お問合せ ☎ 0120 (658) 441

研修	概要	開講時期	開講実績
介護職員初任者研修	基本的な知識や技術、考え方を身につける	年2回開講 次回2019年秋開講	2015年より計8回開講
介護福祉士実務者研修	介護福祉士国家資格 受験時に必須	次回2020年春 開講予定	2018年より計2回開講

受付中

第2期 介護福祉士実務者研修

- ヘルパー2級・初任者研修修了の方 ▶ 令和元年6月14日(金)まで
- ヘルパー1級・基礎研修修了の方 ▶ 令和元年7月31日(水)まで

外来予定表 2019年6月現在

加野病院(新宮)						※赤字は女性医師		加野クリニック(古賀)			
月	泌尿器科			内科		腎臓内科		泌尿器科			
	午前 9:00~12:30		午後 13:30~17:30	午前 9:00~12:30	午後 13:30~17:30	午前 9:00~12:30	午後 13:30~17:30	午前 9:00~12:30	午後 13:30~17:00		
月	浦	佐藤	小西	—	長崎	—	片淵	片淵(予約)	○	○	
火	浦	北田	恩塚	佐藤	—	原田	—	片淵	片淵(予約)	○	○
水	小西	佐藤	浦	—	松本	—	片淵	片淵(予約)	○	○	
木	小西	恩塚	後藤	武居	片淵	—	片淵	片淵(予約)	○	○	
金	小西	浦	恩塚	—	片淵	—	片淵	—	○	○	
土	九大医師	常勤医師	常勤医師	—	九大医師	九大医師	—	—	—	—	

- 加野病院 日・祝日休診 ●加野クリニック 土・日・祝日休診 ●受付は診察終了時間 30分前迄 ●加野病院 武居医師の午後診療 14:30より
- 加野病院 片淵医師 第2月曜・第2火曜日休診 ●腎臓内科 午後診療は予約制 ●手術等の都合により担当医が変更になる場合あり

脳の健康教室

二字熟語 漢字穴埋め問題 ※答えは右下にあります。
□に共通する漢字を入れて、二字熟語を完成させましょう。

脳の健康教室は、いつまでも元気に過ごしたい方への脳の活性化を目指す教室です。受講者の約4割が認知機能改善、約6割が認知機能を維持しています。無料体験もできます。お気軽にお問い合わせください。

[会場] 花見南区公民館 福岡県古賀市花見南2-23-7
[お問合せ] 080(2775)9421 担当 | 川畑

①

照
不 □ 日
暗

②

広
巨 □ 吉
空

③

平
不 □ 風
服

④

公
水 □ 等
均

⑤

命
法 □ 嬢
和

医療・介護のお問い合わせは、豊資会コールセンターへ ☎ 0120-658-441

加野病院	新宮町中央駅前 1-2-1	092-962-2111	ハイマート花梨	古賀市花見南 2-14-15	092-940-7200
加野クリニック	古賀市花見南 1-2-15	092-944-1212	ハイマートどんぐりの森	古賀市青柳町 803	092-943-7810
ハイマート橘	新宮町中央駅前 1-2-1	092-962-2188	ふれあいセンターりん	古賀市青柳町 801	092-940-2002
ルーエハイム安心	古賀市花見南 2-11-1	092-943-2130	余香庵	古賀市今の庄 1-2-12	092-940-1722
ハイマート杏	宗像市田野 1370-2	0940-38-7500	ハイマート桑の実	古賀市駅東 2-11-14	092-942-1983



ホームページ



フェイスブック

本誌の表紙写真を募集しています。
お名前(ニックネームも可)を添えて、
Eメールでお送りください。

▶ info_hphou4@houshikai.or.jp

脳の健康教室 こたえ | 令和元年にちなんで、元号に
使われた漢字を集めました。

㊦ ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬