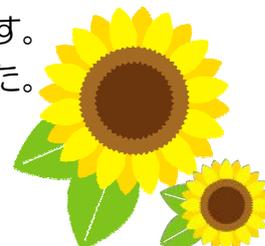


1. ごあいさつ

青空がとても眩しく感じる今日この頃、皆様、いかがお過ごしでしょうか。日頃、当院の地域医療連携室をご利用いただきましてありがとうございます。今回、地域医療連携室だより～For you～を発行し一年が過ぎました。

今後も「あなたのために」を念頭に、情報発信を続けてまいりますので宜しくお願い致します。



—心がけたい—

水分摂取の工夫



高齢の方は、体温調節が上手くできず、汗をかきにくかったり、暑さやのどの渇きを感じにくくなっています。そして、若い年代の方に比べ、身体の中の水分量が減少しているために、より脱水症状を起こしやすい傾向があるので注意が必要です。

『水分摂取の工夫』について当院の福江管理栄養士に聞いてみました。

「お茶を飲んで」と言ってもすすまない...

冷たいスポーツ飲料や牛乳など、別の飲み物を試してみてもいいでしょうか。好みにあったものは飲んでもらえるかもしれません。

味噌汁や飲み物を口に溜めて時間がかかる...

飲み込み（嚥下）の力が低下して飲み込みにくくなり、自然と水分摂取が進まない場合があります。水分にとろみ調整食品でとろみをつけたり、飲むゼリーなどは飲めるかもしれません。

水分が多い食品にはどんなものがありますか？

ところてん、きゅうり、すいか、豆腐、ゼリー、アイスクリーム等にも多くの水分が含まれています。

中には、“トイレが心配”と水分を取りたがらない方もいらっしゃいます。「一緒にお茶しましょう」と誘ってみるのも一つの方法です。また、認知症の方は脱水症状から認知症状が悪化する場合があります。持病により水分や塩分の摂取に制限がある方もいらっしゃいますので、生活の様子や症状を主治医の先生に相談するようにしましょう。今年は例年にない暑さです。熱中症、脱水を予防し、この夏を乗り切りましょう。

3. 七夕会

7月3日、4日に七夕会を行いました。
アンサンブルほうゆう（音楽好きの職員による有志）が
演奏会を行い、患者さんと一緒に“たなばたさま”と
“夏の思い出”を一緒に歌いました。
次回はクリスマスにお会いしましょう♪♪



4. 認知症家族講座

6月19日、今年度、第1回目の家族講座を行いました。当院の名誉院長である藤澤医師により、「認知症の人を知る」をテーマに①脳の構造 ②認知症と他の精神疾患との違い ③認知症についてお話をさせていただきました。たくさんのご参加ありがとうございました。

認知症家族講座

当院では認知症の患者様と寄り添う家族を中心に
地域の方々を交え認知症について学び合う会を設けております。
*毎月第3土曜日 13時より受付 開始 13:30~15:00 (予定)
横浜ほうゆう病院 外来ホールにて開催

～今後の講座予定～

- 7月20日「在宅生活に支障をきたす認知症の症状と対応」
講師：看護師 認知症ケア専門士 原科 美津枝
- 8月17日「認知症の方の、家族でもできるリハビリテーション」
講師：作業療法士 井上 亜希子
- 9月21日「認知症の方を介護する家族の疲労と対処」
講師：老人看護専門看護師 村山 由子
- 10月19日「認知症の方の在宅生活を支えるお薬の使い方」
- 11月16日「在宅生活に支障をきたす認知症の症状と対応（仮）」
- 12月21日「在宅生活を支えるための社会資源」

*10月以降の講師は、現在調整中

5. お知らせ

市民向け医療・福祉講座

今年度も 11/22 (金) に実施する予定です。詳細は後日お知らせ致します。

*次号(秋号)は10月頃の発行を予定しています。
本たよりについてのご意見・ご要望は
地域医療連携室までお願い致します。



—認知症疾患専門病院—

〒241-0812 横浜市 旭区 金が谷 644-1
TEL: 045-360-8787(代) FAX: 045-360-8788
ホームページ: <http://www.hoyukai.org/yokohama-hoyu/>
地域医療連携室 担当: 工藤 奥田