



特定医療法人社団

# 鵬友会 ニュースレター

鵬友会ホームページ アドレス  
<http://www.hovukai.org/>

第181号

発行:2021年5月15日

発行責任者:

特定医療法人社団 鵬友会

## 『横浜ほうゆう病院、20年』

横浜ほうゆう病院 事務部長 前沢 恒一



2001年4月、横浜ほうゆう病院は認知症に特化した207床の精神科病院として、横浜市旭区に開院しました。今から20年前の出来事です。皆様はその頃何をしていましたか？私は精神保健福祉士として当院に就職し（ご興味のある方は鵬友会ニュースレター第56号をご覧ください）、オープニングスタッフとして忙しいながら充実した日々を送っていました。20年前の出来事を振り返ると、2001年は21世紀に突入した年でした。毎年、その年を表す漢字ひと文字が発表されますよね。この年は「戦」でした。アメリカ同時多発テロ事件から起こった対テロ戦争は、2001年を象徴する事件として多くの人々に衝撃的な出来事でした。また、この年に発足した小泉内閣と抵抗勢力の構造改革をめぐる戦いなどもまだまだ記憶に新しいところです。当院も認知症専門の医療機関としての「戦」が始まった年になりました。

開院した4月以降、入院患者は順調に増加し、年末には207床がほぼ満床となりました。その後、2004年には「『痴呆』に替わる用語に関する検討会」報告書（厚生労働省）において「認知症」という新用語の提唱がなされ、今ではすっかり「認知症」が定着しています。また当初の「ほうゆう病院」という名称ですが、同名の病院が全国に複数存在することから、2008年4月には現在の「横浜ほうゆう病院」に変更し、現在に至っています。

開院から、「やっと」「ようやく」「早くも」「まだ」20年。どれも当てはまりそうです。当時

も今も認知症に特化した医療機関は全国的にも多くはありません。県内では当院を含め3か所。横浜市内では当院が唯一の専門病院となります。役割も増えました。開院から1年後には医療保険の重度認知症デイケアを定員24名で開所、2011年には外来患者の増加に対応するべく外来部門を拡大、デイケアを25名定員とし、年間営業日数も240日程度から300日以上に増やしました。また同年、入院ベッド数を215床へ増床し、増加するであろう患者への対応体制を整えました。さらに2017年9月には泉区における「認知症初期集中支援チーム」活動を開始、2020年12月には旭区・保土ヶ谷区を担当区とする「認知症疾患医療センター」に指定されました。

USJ（ユニバーサルスタジオジャパン）と東京ディズニーシー、ご存じでしょうか。有名なテーマパークですよね。実はどちらも2001年に開業しています。開業以来、訪れる人に楽しい時間を過ごしてもらうことをモットーに、新アトラクションなどを取り入れ、USJでは、コロナ禍で延期されていたマリオのアトラクションが開業し話題となっています。業種はまったく違えど、現状にとどまらず常に社会のニーズを掴み、それに対応する努力を怠らない。何だか当院もこの2つのテーマパークと同じように見えませんか？

ちょっと言いすぎですが、20年前も現在も「認知症なら横浜ほうゆう病院」と言ってもらえる病院にするべく、努力と模索の日が続きます。これからも皆様に頼られる病院を目指してまいります。

# コロナ禍における認知症予防 Q&A方式

認知症の高齢者は環境の変化に対応しづらいことが知られていますが、コロナ禍の影響により症状が進む人が増えるのではないかと心配されています。今回、コロナ禍における認知症予防について、専門医や厚労省の発言、文章を基にQ&A方式で掲載させていただきました。

**Q** 65歳以上の4人に1人が認知症とその予備軍と言われています。その予備軍と言われる軽度認知障害の方々、さらには健康な高齢者の方々も、新型コロナウイルスをきっかけに認知機能が悪化すると心配されているということですが。

**A** 大変心配されています。新型コロナウイルスの感染は防げたけれども、認知機能が悪化して多くの方が認知症になってしまったということでは困りますので、今、このような生活の中での認知症予防の大切さを、多くの方に知っていただきたいです。

**Q** 「軽度認知障害」というのは、認知症ではない、その予備軍ということですが、こうした方々がさらに悪化する可能性があるということですか。

**A** 軽度認知障害の方というのは、だいたい放っておくと5年以内に約50%の確率で認知症になると言われていて、それが加速する可能性があります。専門医の指導のもと予防対策を行うと、1割くらいの方は正常に復帰し、4割くらいの方は軽度認知障害で認知症にならずにとどまっておくことができるとおっしゃっている専門医の先生もいます。予防対策が重要です。

**Q** 認知機能の低下を防ぐにはどうしたらいいのでしょうか。

**A** 「運動と知的活動とコミュニケーション」この3つをまんべんなく行うことで認知機能が改善すると言われてしています。

具体的には、まず「運動」は、1日30分以上、運動や体操をし、3密にならない環境での散歩等を行うことによって、神経栄養因子と呼ばれる神経細胞の働きを良くしたり、弱っている神経細胞を助けるようなホルモンが分泌されます。

「知的活動」は、頭を使って指先を動かすような活動です。具体的には、塗り絵をしたり、今だとマスクを縫ったりと、指先を使うので脳の活性化にとってもいいと思います。強制的にしないというのではなくて、本人が楽しく取り組んでもらうことが大事だと考えています。

最後は「コミュニケーション」。お顔がみえてお話ができるというのが、コミュニケーションとしては最善だと思います。しかし、家族と同居していない場合は、こまめに電話をしてビデオ通話という手段も使うのもいいかと思います。

**Q** 直接触れ合うことがなかなか難しい、ソーシャルディスタンスに配慮しなければならないという新たな日常が来ています。認知症の心配のある高齢者の方々に、家族や周囲の人たちができること、他にどのようなことがあるのでしょうか。

**A** ぜひ皆さんに知っていただきたいことは、高齢者の方が自粛生活を3~4ヶ月送っておられると、なかなか元の生活パターンに戻すのは難しいです。運動、知的活動、コミュニケーションをやっていただくことが大事ですが、それもなかなか難しいということがあります。家族や周囲の方は、声かけや励ましをぜひしてあげていただきたいと思います。