



医療法人社団 徳耀会

Medical Corporation Tokuyokai

令和6年8月218号 発行  
徳耀会 医科・歯科・介護

医科・歯科・介護通信

G Hゆとりあ  
利用料変更について

令和5年1月より諸々の  
事情、決まり次第、御連  
絡させていただきます。

心療内科精神科 田村先生



パーキンソン病のリスク要因、併存疾患  
および前駆症状のスペクトルを広げる

この研究は、パーキンソン病（PD）の新規診断患者と、年齢、性別、地域、および初診年でマッチした対照群を対象に、PDのリスク要因、併存疾患、および前駆症状との関連を調査する症例対照研究です。研究は2011年から2020年までのドイツの法定健康保険のデータを使用しました。研究結果によると、PDと関連するリスク要因および前駆症状には、外傷性脳損傷、高血圧、嗅覚障害、パラソミア、レストレスレッグス症候群、睡眠時無呼吸症候群、てんかん、偏頭痛、双極性障害、統合失調症、聴覚障害、皮膚疾患、消化器疾患、炎症性疾患、糖尿病などが含まれました。また、診断の5〜10年前からこれらの関連が見られました。この研究は、PDの初期の脳外および脳外病理の理解に寄与し、リスクのある個人を特定するのに役立つ可能性があります。

最近、パーキンソン病やレビー小体型認知症などの神経変性疾患の前駆期概念が広がりをみせています。これまでは、典型的な運動障害や認知症の症状が始めてから診断されていた病気が、画像検査等の発展に伴い、中核的な臨床症状がなくても早期診断されるようになってきています。現在では、高齢発症のうつ病もその前駆症状の一つであるという考えが受け入れられつつあります。しかし、早期診断には不安やストレスも伴うため、患者さんや家族方々への適切なサポートが重要です。

梅雨が明け、夏本番を迎えました。皆さまどうぞご自愛ください。

(DOI: 10.1001/jamaneuro.2022.3902より一部抜粋)

夏と口内環境について

歯科医師 立浪先生



梅雨も明けて、かなり暑い季節がやってきましたね。真夏本番となり、気温が高い日が続いています。夏は室内と室外の温度差が激しく、体調を崩しやすいくなります。また、夏バテすることで口内のバランスも崩れて、口内環境の悪化につながる可能性があります。身体の水分がなくなってくると、口の中はネバネバして乾燥した状態になります。すると喉の乾燥や口臭の原因となってしまい、口内環境の悪化に繋がります。虫歯や歯周病などの進行を早めてしまいます。

また疲れが溜まると、歯や歯茎の痛みや腫れを引き起こしてしまい、歯のトラブルにも繋がります。お口の中の変化は身体からのサインになりますので、注意してトラブルが起きる前に歯医者へ受診しましょう。

転倒予防（自宅環境）について

訪問リハビリ 理学療法士 小林先生



毎日暑い日が続いており、屋外へ行くより冷房の効いた自宅で過ごす時間が増えているのではないのでしょうか。

今回は転倒予防（自宅環境）についてです。転倒の原因は身体的な内的要因が50%、自宅環境等の外的要因が50%といわれています。私は仕事上、住宅に何うことが多いのですが、中には身体状況に合っていない住宅環境で生活されているケースもあり、転倒の原因となってしまう状態を見ることがあります。自宅内での動線の確認を行い、どこに危険性があるのかを確認しながら、家具の位置を少し変えたり、的確な場所に手すり等を設置することで転倒は減らすことができます。

また、床材に滑り止めをつけたり、足元に照明の設置する、スリッパを履かないようにする等、見直せるところは多々あります。慣れた環境を変えることへの抵抗感はあると思いますが、しかし、転倒してもたまたま運良く怪我がなく済んでいるだけのこともあり、いつ重大な怪我につながるかわからないのが転倒です。

もし自宅内での環境に不安に思っている方がいましたら私たちセラピストにご相談ください。

映画鑑賞について思うこと

グループホーム 看護師 岩田看護師



映画『ルックバック』を鑑賞しました。事前にどのような内容なのか詳しく調べなかったのですが、引きこもりの子が友情によって日常生活が送れるようになる、というような心温まるお話だと思っていました。

そうしたら！色々な考察が出ている中で、私が1番共感した内容をお伝えしようと思います。作中の藤野はこの作者、京本は京アニの犠牲者。作者にとって、友人がそれ以上だった人を理不尽な力で失った、その悲しみの作品。作者の熱量や情念、魂の圧のようなものを感じました。当時酷い事件だとは思っていましたが、自分の生活からは遠い、どこか他人事のように感じていました。あの事件でこんなにも苦しんでいる人がいるのだと実感しました。映画を見て興味を覚えた方には、この考察の人のサイトをお教えしたい気分です。

## 医療スタッフコラム



小倉衛生士

【歯の役割について】

今回は歯の役割についてお話ししたいと思います。

歯の役割としてまず思い浮かぶのは、食べ物を飲み込みやすいように細かく噛み砕くことだと思います。

しかし歯にはそれ以外にも様々な役割があります。

発音を助ける、歯があることで正確な発音ができる、表情を作る、咀嚼筋や表情筋が鍛えられ豊かな表情がつけれる、体の姿勢やバランスを保つ、噛み合わせが良いとバランスが安定する、ものを噛むことで脳に刺激を与える、よく噛むことで肥満を防止でき、記憶力をよくし、ストレスが解消されて心が安定される等このように歯は重大な役割を担っているのです。

逆に歯がなくなってしまうとどうなるのか…歯を失うと…

- ①食事がしづらくなる
- ②噛み合わせが悪くなる
- ③発音しづらい、話しづらい
- ④顔の輪郭が変わる
- ⑤歯を見せて笑えない

等が起こります。たった1本歯を失うことからお口全体の崩壊が徐々に始まっていきます。

大人の歯は一度失うと二度と生えてきません。歯を失う主な原因は虫歯や歯周病です。

それらを予防するには日々の歯ブラシと定期検診を受診することが大切です。

ずっと自分の歯で噛めるように歯の健康を守っていきましょう。



精神科往診の様子

☆8月 心療内科ご案内

8月16日金曜 河口心理士 休診

8月24日土曜 田畑先生休診

中島先生(女医)休診

|        | 午前                 | 午後                 |
|--------|--------------------|--------------------|
| 月      | 車地                 | 田畑                 |
| 火      | 白井                 | 白井                 |
| 水      | 阿部                 | 田村                 |
| 木      | 榎本                 | 榎本                 |
| 金      | 車地                 | 車地<br>田村           |
| 第1.3土曜 | 上里<br>田畑<br>稲川(女医) | 上里<br>田畑<br>稲川(女医) |
| 第2.4土曜 | 上里<br>田畑<br>京野     | 上里<br>田畑<br>京野     |
| 第5土曜   | 上里<br>田畑           | 上里<br>田畑           |





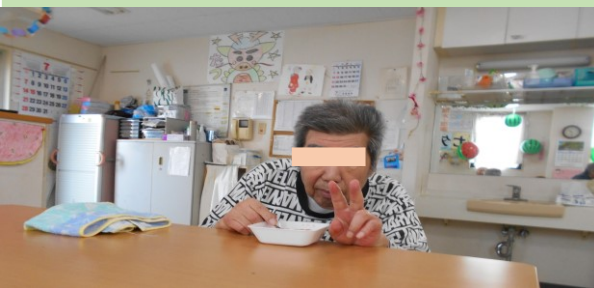
# スイカ割り



# 今月の私



# 七夕



# 食事会



ゆとりあでは、夏が来たのを感じて頂く為、7月に毎年恒例行事が2つあります。

1つ目は、七夕の日に合わせて「スイカ割り」をしています。今年は、当日が日曜日でしたので、7/5に実施しました。重さや匂いなどを感じて頂き、割った後は食後のデザートやおやつに小分けして少しずつ食べました。とても甘くておいしかったそうです。

2つ目は、足立区の花火大会に合わせて7/19に食事会を実施しました。枝豆、からあげ、握り寿司もオーダーして、縁日のように楽しんで頂きました。

横尾副施設長

2F

SKさん 7/5スイカ割りをしました。本物の小玉スイカを触って、大きさを確かめていました。

T.Yさん 7/19の食事会では普段食べない握り寿司を食べました。美味しいと喜んでいました。

M.Kさん 色塗りの作業をしている時、「ハイビスカスの色は？」と尋ねられ「赤だよ」と答えていました。

ISさん 目が見えにくいとの訴えありますが、声をかけて注意して頂いたり、本人も場所を把握されているので様子を見ながら生活されています。

K.Hさん ふらつきが強い時あり、杖を忘れないよう声をかけてサポートしています。

S.Hさん 少しでも自分で食べてもらえるよう盛り付けたり、手引きしながら一緒に細かく歩いたり工夫して過ごしています。

S.Uさん 部屋にこもりがちにならないよう声掛けしています。熱中症予防にエアコンを使用したり、室温調整に気を付けています。

T.Tさん 夏のイラストのぬり絵を手伝ってもらいました。ひまわりやあさがお等の花のイラストが大好きの様です。

K.Kさん なるべくリビングでの作業を増やして、暑い部屋にこもらないように工夫しています。

3F

MIさん 7/7の七夕の日に星型のおやつとサイダーを用意して楽しみました。

T.Iさん 食事もおやつも嬉しそうに喜んで食べています。体操や音楽を聞いてよく歌っています。

K.Aさん 七夕にまつわるエピソードを思い出しながら短冊に願い事を書いて雰囲気を楽しみました。

A.Mさん 七夕で割ったスイカを食後やおやつに少しずつ食べました。甘くて美味しかったそうです。

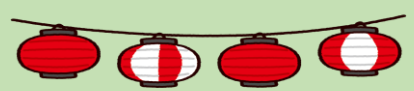
T.Sさん 食事とおやつ以外の時間は、部屋で寝ている事多いです。誘って食前の体操を促しています。

M.Sさん なるべくリビングで洗濯物をたたんだり、テレビを見たり、音楽を聞いたり涼しく過してもらっています。

S.Kさん ぬり絵や食事の小分けなど様々な作業手伝って下さいます。食事会のお寿司喜んでいました。

K.Tさん 食後の食器洗い、ハミガキ、自分で出来る事は考えて取り組んでいます。トイレにも自分で行けるよう訓練中です。

# 七夕 提灯づくり



# 介護 コラム



榎本施設長

梅雨が明け、夏の猛暑が続いています。暑いのに手足が冷える事はありませんか？「冷え」かもしれません。冷房の気温を下げ「ひんやり」外から室内に入ると気持ちがいですが、その半面身体の中から温めることも必要ですね。「冷え」から肩こりやむくみ、免疫下の低下等を引きおこし、体調を崩しやすくなると言われています。食事や運動によって基礎体温を上げるよう工夫していきましょう。

最近、コロナ感染者が全国的に増加しつつあります。ご家族様関係者の皆様におかれましては、どうぞご自愛くださいませ。

追伸 介護負担割合証及び後期高齢者被保険者証がご自宅に届いているかと存じます。新しい保険証についてはGHゆとりあ施設長宛てにご郵送くださるようお願いいたします。



山崎介護職員

もう8月!! 毎年このあたりから月日が過ぎ去るのが早く感じられるもので、うかうかしていたらあっという間に年の瀬に!!という事はありませんか。今回は8月別名「葉月」を調べてみました。名の由来は旧暦の8月が現在の9月～10月上旬にあたることから「葉が落ちる、葉落ち月」が転じた説や稲穂が膨らみ、張ってくる時期なので「稲張り月」「張り月」「葉月」となった説等、様々な説があります。夏バテしないよう元気に過ごしてください。

令和6年8月218号 発行  
徳耀会 ゆとりあ

医療法人社団 徳耀会  
グループホーム  
ゆとりあ  
120-0003 足立区東綾瀬3-13-11  
http://www.tmhc.jp/  
Tel 03-5616-1094  
fax 03-3605-1092

| 8月イベントスケジュール |             |            |            | 木<br>1      | 金<br>2      | 土<br>3      |
|--------------|-------------|------------|------------|-------------|-------------|-------------|
| 日<br>4       | 月<br>5      | 火<br>6     | 水<br>7     | ぬり絵         | 頭の体操        | 体操          |
| お話し会         | タオル体操       | お話し会       | ぬり絵        | 音楽鑑賞        | 食レク         | お口の体操       |
| 11<br>盆踊り    | 12<br>頭の体操  | 13<br>昔話   | 14<br>体操   | 15<br>お口の体操 | 16<br>歌を歌う  | 17<br>タオル体操 |
| 18<br>盆踊り    | 19<br>折り紙   | 20<br>防災訓練 | 21<br>お話し会 | 22<br>ぬり絵   | 23<br>音楽鑑賞  | 24<br>体操    |
| 25<br>手遊び    | 26<br>タオル体操 | 27<br>風船   | 28<br>脳トレ  | 29<br>映画鑑賞  | 30<br>ボール遊び | 31<br>ぬりえ   |