

広報

はまなす

第91号
(季刊冬号)

平成30年

2月発行

2018年 冬

小野

高齢者の誤嚥性肺炎

～元気で長生き～

土崎病院 病院長 小野 栄二

加齢とともに基礎疾患の進行をきたし、種々の身体機能の低下が起こります。

特に嚥下機能の低下により誤嚥性肺炎を発症する機会が大変多くなります。基礎疾患が特になくても90歳以上になると自然に機能低下をきたし、いわゆる老衰状態に移行して、やはり誤嚥性肺炎を起こしやすいこととなります。

日本呼吸器学会は、昨年4月に「成人肺炎診療ガイドライン2017」を発表しましたが、その中で誤嚥を繰り返して、頻回に誤嚥性肺炎を発症する慢性疾患の終末期にある高齢者や老衰状態にある高齢者に対しては、場合によっては積極的な治療を差し控える選択肢もあり得ることを提示しました。これは、以前のガイドラインにはなかった事でした。

現在、癌などの悪性疾患などで治療の効果が期待できない状態になった場合、積極的な治療はせずに、緩和ケアを主体とした治療に切り換えることが普及していますが、誤嚥性肺炎でも一定の条件下では、同様の治療方針を選択し得ることもであると提示したものです。

しかし、どのような場合にこの様な選択をするのか具体的には示されておらず、何回繰り返すのが条件に合致するのか、老衰もどの程度の状態から老衰と言うのか、具体的な定義が示されておらず、現場

での総合的な判断に委ねられていると思われます。しかし、いずれにしても患者さん本人の意思が最も大事であることは言うまでもありませんが、基礎疾患の進行で本人が意思を伝えられない状態だったり、認知症などで意思を確認できない場合などは、家族の意思を尊重することになります。更に医療者側は、本人や家族に情報を提供するだけで、決して説得しない方が良いと思われます。

実際には、重篤な状態で本人も意識がなく、肺炎の治療が延命そのものでしかない場合などに家族に状況を説明して、治療方針を決定してもらう様な場合が最も多いと想定されます。

高齢者の誤嚥性肺炎というタイトルで書きましたが、現在、日本を含む多くの国で高齢者は65歳以上と定義されています。しかし、この定義には明確な根拠があるわけではありません。近年、この高齢者の定義が現状に合わない状況が多くみられ、特に65～74歳の現在前期高齢者とされている人々は、心身共に健康が保たれている人が多く、まだまだ若く活動的で高齢者扱いするにはあまりにも不適切な状態と言わざるを得ません。日本老人学会が提唱している様に、75～89歳を高齢者とし、90歳以上を超高齢者と定義するのがふさわしいかと思います。

書もまた楽し



土崎病院友の会会長 藤原 毅

まずもって会員の皆様とご一緒に新年を寿ぎます。

文房四宝(書の筆、墨、硯、紙)の説明などが主体でスタートした「書もまた楽し」も今号でその8を数えることとなりました。今号は、今年の干支文字、犬のつく用語や犬に関する故事、諺のほんの一部に加えて前々号から12年ごとに巡ってくる「戌年」の流行語と出来事など(明治7年から平成6年まで)について適宜述べます。

今年「戌戌(つちのえいぬ)」です。戌は十二支の十一番目、方位は西から北へ30度の西北西の方角、時刻は現在の午後8時頃、またその前後二時間位を戌の刻と呼ばれております。因みに東の方位は卯、西は酉、南は午、北は子となります。

ここで文字に関するクイズをいたします。下の図は古代文字です、どう読み、どう書いた文字でしょうか。答えは次のページの末尾にあります。

◎戌・犬のつく用語・故事・諺

「屈戌(くつじゅつ)」門や窓の蝶番の金具。「犬も歩けば棒に当たる」でしゃばると思わぬ災難に遭うという戒め。また、じっとしていないで何でもいからやってみると思わぬ幸運に遭うことのとえ。「犬は3日飼えば三年

<クイズ>



恩を忘れず」動物の犬でも、その恩を忘れないのですから、もっと高い考えや知識のある人間は、恩知らずであってはならない、という戒め。「犬に論語」どんなに道理を説いて聞かせても無駄になることのとえ。「犬の遠吠え」臆病者が影で空威張りをしたり、他人を非難することのとえ。「一犬形に吠ゆれば百犬声に吠ゆ」一匹の犬が物の形を見て吠えだすこと、百匹の犬が物の形を見て吠えだすことから、一人がいい加減なことを言い出すと、それを本当のこととして世間の人々が伝え広めてしまう。「犬にも食わず糞にも置かず」気前よく犬に与えたりもせず、糞に大切にしまっておくわけでもない。けちな人のやり方をたとえて言う。「犬の子を屋根に上げたよう」どうしようもない手も足も出ないこと。「犬の川端歩き」金銭を持たないで店頭をぶらつくこと。歩き回っても何の得るところもないことのとえ。「犬は骨で叩けば吠えない」犬は肉のついた骨で叩かれれば、後で食べられると思って吠えないという意から、利得を目前にすると人は侮辱を甘んじて受けてしまう。「犬も食わぬ」誰も好まず、相手にしないこと。「犬も尾を振る」犬でさえ、人を見れば尾を振って愛嬌を見せる。人もあまり無愛想で愛嬌のないのはよくない。「犬馬の勞」自分が他人のために勞をいとわず尽くすことを謙遜している言葉。「犬牙」犬の牙が食い違っていることから、食い違いのこと。「犬食い」テーブルの上に食器を置いたまま顔を近づけて犬のように食べること。このようにして食べるのをマナーとしている某国の都市もあるようだ。「犬猿」犬と猿から仲の悪い者のたとえ。

◎「戌年」の流行語と出来事

1874年(明治7年)

(流行語)「有司専制」藩閥政府の役人の専制ぶりを非難した。「天賦人材」福沢諭吉ら自由民権論者が、人間は生まれながらにして自由平等の権利が与えられているという説を唱えた。「炊きころび」判任官程度の下級官吏に雇われた飯炊きの下女が妾を兼ねてつとめることをいった。

(出来事など) この年は、東京に女子

師範学校が設立、三宅島の大噴火、東京にガス街灯(京橋一芝金間85基)が点灯、徴兵令、地租改正、小学校維持費負担過重反対などで各地で農民一揆が発生した。

1886年(明治19年)

(流行語)「西洋フハッション」ファッションのことを訛っていった。「ワルス」鹿鳴館ではやったワルツのこと。

(出来事など) 東経135度の子午線時を日本標準時と決定。万国赤十字条約に加盟。教科書用図書検定条例が公布。会計年度を4月1日から改正した。願い事があるときにお伺いを立てると占ってもらえる「狐狗狸(こっくり)さん」各地に伝わる。

1898年(明治31年)

(流行語)「著作権」著作権法の改革をめざして名称を著作権法に変えて法の起草を開始した。

(出来事など) キュリー夫妻ラジウムを発見。公立学校に学校医を設置。高村光雲作の西郷隆盛像が上野公園に完成した。「金色夜叉」が出版された。

1910年(明治43年)

(流行語)「逆徒」大逆事件の被告・幸徳秋水らに対して帝国臣民であるのに天皇暗殺をはかったのは「逆徒」だと世間は決めつけた。

(出来事など) ハレー彗星出現。逗子開成中学生12人が転覆して水死した。「真白き富士の根」の歌は開成中ボート惨事の追悼歌といわれる。

1922年(大正11年)

(流行語)「恋愛の自由」自由恋愛に走った事件が続いて起きて「自由恋愛の象徴」とか「恋愛の自由」とか言われた。

(出来事など) 摂政裕仁親王と久迩宮良子女王との結婚勅許、アインシュタインが来日した。最初の婦人政談演説会が開催された。文部省が女子教員、保母の産前産後休養を有給として認める訓令が出される。平和記念東京博覧会が開催された。

1934年(昭和9年)

(流行語)「開襟シャツ」温度、湿度の高い日本にふさわしいノーネクタイのシャツとして作られたもので、白いシャツの襟を上に出して着る人が多かつ

た。

「国防色」カーキ色のことで、陸軍が非常時に向けて国民服の色を統一仕様と決定した。「忠犬ハチ公」全国的に有名になった「忠犬ハチ公」の銅像がつくられ、4月21日に除幕式が行われた。「漫才」吉本興業が新橋演舞場で漫才大会を開催したのが「漫才」の文字が使われた最初である。「明鏡止水」帝国人絹会社事件で嶋山一郎が答弁で「明鏡止水の心で善処する。」と無実の身を証明する意味で使った。以後政治家が身の潔白を申し立てるときに常套的に使うようになった。

1946年(昭和21年)

(流行語)「あっ、そう」民生視察のための天皇全国巡幸が始まり天皇が国民に気軽に話しかけられ、その答えを聞いて「あっ、そう」といわれた。「アプレゲール」太平洋戦争後の若者を指し、これまでの価値観と異なった行動をする若者を蔑称して言った。「カストリ雑誌」カストリ雑誌は屑紙を再生した仙花紙で発行された雑誌のことで、以来、安直で安価なものをカストリ文化といった。「ご名答」クイズ番組「話の泉」で、回答者が正解すると「ご名答」といった。「戦後派」太平洋戦争中に幼年時代を送って戦後成人した青年を指す。「チャリンコ」少年スリのこと。浮浪児が激増し、生活のため様々な犯罪の手先となった。「ノガミ」隠語で東京の上野のこと。「幽霊人口」食糧難のため、架空名義を登録、配給物を余分に受ける人が続出した。東京都だけでも20万人もいたといわれる。

(出来事など)新円が発行され旧円封鎖の金融緊急措置令が施行された。給与は500円までを新円、それ以上は封鎖預金として銀行に預入となった。マンガ「サザエサン」が新聞に連載開始された。警察官の帯刀をやめて警棒を携帯した。医師国家試験・インターン制度が採用された。

1958年(昭和33年)

(流行語)「圧力国体」日本遺族会が予算編成時に、政府、与党に連続陳情して軍人恩給の大幅増額に成功してから流行した。以来、米価に対する農協などもいわれている。「イカす」石原裕次郎が「嵐を呼ぶ男」などで使った「洒落ている」という意味の言葉。「ご清潔でご誠実」皇太子との婚約が発表された正田美智子さまが、記者会見で皇太子の印象を「とてもご清潔な方」「ご誠実でご立派な方」と答えた。「ながら族」ラジオやテレビをつけながら又は音楽を聞きながら勉強するのが習慣になった若者で、日本医大の教授が「ながら神経症」と名付けた。「ベット・タウン」大都市周辺の住宅地域、勤め人が夜寝るだけに帰るといふ意味からの和製英

語。他に和製英語として「ハイティーン」16才から19才までを指すものもある。

(出来事など)アメリカ初の人工衛星の打ち上げが成功。安保条約改定交渉を開始した。一万円札が発行された。東京タワーが完工した。

1970年(昭和45年)

「ウーマンリブ」女性の手による女性解放運動。「ハイジャック」航空機の乗っ取りで、(よど号)事件以来流行語となる。「ソーレツ社員」60年代の「モーレツ社員」に対して70年代は壮烈の意味で言われた。「ミニコミ」マス・コミュニケーションに対して、少数を対象にした情報伝達の和製英語。「一坪運動」成田空港建設に反対する革新団体の戦術で、空港地内に一坪ずつの土地を持つ運動。「歩行者天国」主要な道路を自動車の乗り入れを禁じて歩行者の自由にまかせることで、東京で4か所実施され好評を得た。「情報公害」情報が多すぎるため受ける心理的害のこと。「ドっちらけ」しらけるを強めた言葉。70年安保闘争後の若者の空虚な心理状態を指す。

(出来事など)主婦連などがチクロ食品不買同盟を結成。日本山岳会の松浦輝夫、植村直己の両隊員エベレスト登頂。全国初の光化学スモッグ発生。作家の三島由紀夫、市ヶ谷の自衛隊内で割腹自殺。消費者5団体、カラーテレビの価格協定に反対し、一年間買い控えを決定した。公害論、環境論、都市問題論が盛んになった。

1982年(昭和57年)

(流行語)「風見鶏」中曽根首相のニックネーム。また定見をもたず周囲の意向に合わせて処理をはかる人のことを言う。「ネクラ・ネアカ」表面は明るく振る舞っているが、根は暗い性格の人をネクラといい、一方ひょうきんで明るく調子のいいのがネアカといった。「ほとんどビョーキ」テレビで山本晋也が使った言葉で、日常感覚でついてゆけない異常な行動や光景をあらわす。「なぜだ!」三越の取締役会で岡田茂社長の解任案が16対0で議決され、うろたえた社長が「なぜだ!」と呼んだことから。

(出来事など)三越本店の古代ペルシャ秘宝展、ほとんどニセ物と判明した。東北新幹線大宮～盛岡間が開業した。500円硬貨発行された。全日本民間労働組合協議会が結成された。

1994年(平成6年)

(流行語)「価格破壊」内外価格差の縮小を目指して、消費財を中心に商品の価格が低下し続ける現象で、平成不況下の中で顕在化した。「フェミ男」中性的なファッションをまとい、フェミニン(女性的)の匂いのする10代の

男子たち。体系的に細身で無で肩、柳腰で70年代型のサイケ調ファッションを好む。「就職氷河期」学卒者の就職難が社会問題化し「どしゃぶり」という言葉では表現できなくなり「就職ジャーナル社」が造語した。

(出来事など)酒税法改正で地ビールが解禁された。英仏海峡(ユーロ)トンネルが開通した。製造物責任(P.L.)法案が成立した。向井千秋が乗ったスペースシャトル「コロンビア」が帰還した。猛暑と水不足で農作物被害は597億となった。市立中学生がいじめを苦に自殺し、遺書が公表され社会の関心事となった。

今年は「犬笑う」年であることを心から願っております。

拙文をご一読いただきありがとうございます。

クイズの文字は古代漢字の「𠂔」です。𠂔は郷+音で成り立っております。「𠂔」は「音が鳴りわたる」という意味から考えても𠂔の文字の構成要素に音が組み込まれているのは納得されます。もう一つの郷にはどんな由来があるのでしょうか。郷にあたる部分に人の形をしたものがあります。これはごちそうが並んだ食卓をはさんで二人が向き合っている姿を表しております。郷の本来の語源は、「ごちそう+向かい合った人」なのです。二人がテーブルをはさんで向かい合い食事をしながら楽しく会話(音)をしている情景です。相手を知り自分を伝えるコミュニケーションの根本を見事に表した一字です。古代漢字って面白いですね。

<戌と犬>



「戌」の甲骨文



「戌」の金文



「犬」の甲骨文



「犬」の金文



院内学習会「植物療法について」 を聴講して

図書研修委員・地域福祉部 **加藤 志美**

土崎病院では、月に1回職員向けに院内学習会を開催しています。接遇、倫理、個人情報保護等医療職として必要な研修を主としていますが、今回は「癒しの環境」というテーマでフィトセラピー（植物セラピー）について学習会を開催しました。講師にIFA国際アロマセラピストの伊藤壽美子さんを招き、植物のパワー、癒しについて講演頂きました。人間には生まれながらにして「自然治癒力」が備わっています。しかし現在人は周囲の助言や命令、期待など周囲の価値観に沿って生きる事に慣れてしまっています。そのため自律神経が乱れがちになっています。植物は自ら動くことが出来ないため、紫外線や虫など外敵から身を守るために防御戦力を発達させてきました。その植物の色や香りの一部が人間にとっては抗酸化作用、抗炎症作用、抗菌作用などの働きをしてくれるのです。植物療法とは、植物の化学成分を用いて自然治癒力に働きかける療法です。代表的な物にハーブがあります。ハーブには抗酸化作用があり、生活習慣病の予防に役立ちます。日常生活での実践が最も簡単なのがハーブティです。有

効成分が消化管を経て吸収され、血液に乗って全身を巡ります。アロマテラピーは、芳香療法と訳されます。使用するのは、100%天然の芳香成分精油のみです。植物の原料から得られる精油は自然界の濃度より100倍濃いため、原液で肌に塗布せず1%濃度に希釈して使用します。ディフューザーという、香りを拡散する機械を使うことで、鼻から芳香成分が取り込まれます。取り込まれた芳香成分は、人間の本能行動や喜怒哀楽といった部分で強く影響を受けます。またマッサージなど皮膚への刺激は、間接的に脳を刺激することにも繋がります。外国ではすでに医療としてアロマテラピーを使用している国もありますが、日本ではまだ癒しやエステのイメージで捉えられているのが現状です。学習会では、様々な精油の香りを嗅いだり、精油をたらししたディフューザーを使用することで、いい香りに包まれ、またハーブティも頂きました。日頃から精油を使用したり、いい香りの中で生活することは難しいとは思いますが、植物の持つ力を理解することは、日常生活を送る上で非常に有意義な事だと感じました。

医療法人 運忠会
土崎病院 病院長 小野 栄二
TEL : (018) - 845-4121

内科・外科	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00 ~ 12:00	●	●	●	●	●	●	△
午後 14:00 ~ 17:00	●	●	●	●	●	●	△

外科の診察は午後予約制です。また水曜午後は休診です。

心療内科	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00 ~ 12:00		●	●	●	●		
午後 14:00 ~ 17:00	●						

泌尿器科	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00 ~ 12:00			●	●			

皮膚科	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00 ~ 12:00		●					

歯科	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00 ~ 12:00	●	●	●	●	●	●	△
午後 14:00 ~ 18:00	●	●	●		●		

禁煙外来	月	火	水	木	金	土	日
午後 15:30 ~ 16:30				●	●		

禁煙外来は予約制です。018-845-4121 までお問い合わせください。

～東北老健大会に参加して～

介護老人保健施設なぎさ リハビリ科 三浦 絵里
作業療法士



平成29年10月20日・21日に『東北地区 介護老人保健施設大会 in 秋田』が秋田ビューホテルにて行われました。今大会は『笑顔がいっぱい 老健ってイイねがっ!!』という秋田らしいテーマで開催され、東北6県から沢山の方々が参加されました。1日目は様々なテーマに分かれた研修会と研究発表、2日目はハーバード大学医学部准教授のジョン・J・レイティ氏による特別講演と、全国老人保健施設協会会長の東憲太郎氏による基調講演が行われました。

1日目は『認知症予防・介護予防とADL体操』というテーマの研修会に参加し、実際に体を動かしながら、運動の方法や効果などを学びました。ここで一つ、研修会で学んだ知識をご紹介します。みなさんは、「深呼吸をして下さい」と言われたら、実際どのように行っていますか？多くの方が、「息を大きく吸って吐く」という方法をイメージすると思います。小さい頃から慣れ親しんできたラジオ体操でもそのような場面が見受けられ、体に馴染んだ深呼吸の方法になっているのではないのでしょうか。しかし、より効果的に深呼吸を行うためには「吐いてから吸う」という手順で行った方がたくさんの空気を吸うことができ、よりリラックスできることでした。次回から深呼吸を行う際は、是非取り入れてみていただければと思います。

研究発表ではリハビリで良い成果が出た症例のリハビリ内容と経過について発表させていただきました。症例の経過をまとめることで、普段のリハビリ

や利用者の方との関わり方などを振り返る機会にもなり、とても充実した経験となりました。発表を聞いて下さった方から、「とても良い発表だった」とお言葉を頂き、本当に嬉しかったです。また、他施設からも沢山の演題が発表され、自分では思いつかないような研究や介入を行っていたり、自分と同じ悩みを持つ人だったり、様々な演題を聞く機会となり、とても勉強になりました。

2日目の特別講演では『脳を鍛える運動』というテーマで、「脳機能を維持するためには運動が効果的である」という内容のお話を聞くことができました。認知症を予防するために、脳トレーニングをしている場面をよく見かけますが、研究では『学習』よりも『運動』の方が、より脳機能を鍛える効果があったそうです。内容がとても興味深く、約2時間の講演があっという間でした。同時通訳での講演は、なかなか聞く機会がないため、その点もとても新鮮に感じました。

2日間という短い期間でしたが、とても有意義な時間を過ごすことができました。日々の仕事と同じような繰り返しになってしまうことが多いですが、このような機会に参加でき、とても良い刺激をもらえた2日間となりました。今回の学会で学んだことを、日頃の業務にも生かしていけるよう、頑張りたいと思います。

ダットサン試乗会



土崎病院事務部総務課
能登屋 裕太

突然ですが皆さん、「地域のカーライフを支えて80年・秋田日産」という、サングラスをかけた男性が、真っ赤なクラシックカーで疾走するコマーシャルをご覧になったことはありますか？

その車は、1938年式ダットサン・ロードスターと言って、実は当院のグループ法人である医療法人久盛会が車両提供しているのです！元々は、やはり関連施設である社会福祉法人久盛会・三楽園に展示されていました。

昨年10月から11月にかけて、連忠会職員を対象に、お昼休みを利用して試乗会が行われました。ダットサンが土崎病院に到着すると、職員も興味津々で、ボディを触ったり写真撮影をする等、反応も様々でした。「三楽園に展示されているのは知っていたけど、走らせることができるとはコマーシャルを見るまで知らなかった」という職員もおりました。

ここで、実際に試乗した職員の感想を一部ご紹介します。

「80年前の戦前にこのような車が出来ていることにビックリです。」

「味があってデザインも良いし、とても感激しました。」

「エンジンの音や匂いに歴史を感じた。」

「ウインカーを出す際の手動レバーが可愛すぎる。」

「エンジン音や内装がレトロでジブリ映画に出ているようでした。」

後日教えていただきましたが、博物館に展示されていてもおかしくないくらいの貴重な車だそうです。お昼休みのひととき、仕事のことを少し忘れて昭和の風を感じた試乗会でした。



作品介绍

介護老人保健施設なぎさ
通所リハビリテーション・介護福祉士

小林 純子

通所リハビリテーションでは、主に土曜日ご利用の皆様と一緒に、季節に合わせた様々な作品作りをしています。完成した作品は、通所リハビリフロアに飾り、利用者さんの目を楽しませ、会話が弾むきっかけともなっております。これからも皆様と楽しみながら、色々な作品作りにチャレンジしていきます。

編集後記

東洋医学では、自然界の流れ的に、冬は遅く起きる方が良く、春になってきたら早寝早起きをして、朝日を浴びる習慣を作ると良いそうです。

春は芽吹く季節。人間の体も、寒い時期に凝り固まっていたものが、発散へ向かいます。季節の変化に上手に乗って体調を整える様にしていきたいですね。

まだまだ寒いですが暖かい春を待ちましょう。(山下)

