

～第7回 看護の日開催～ 今年のテーマは「認知症」

5月13日（金）に28名の地域の方々に参加して頂き、看護の日のイベントを開催しました。

看護の日は、地域社会全体で、『看護の心』『ケアの心』『助け合いの心』を育むきっかけとなるよう1990年に制定されました。近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ5月12日に制定されています。

はじめに、『認知症についての診断と予防』というテーマで、当院の藤田晃司医長による講演を聞いて頂きました。認知症の症状には、「新しいことが覚えられない」「場所や時間の判断がつかない」「怒りっぽくなる」などがあります。

この様な認知症を早期に発見をするための1つに長谷川式認知症テストというものがあります。長谷川式認知症テストの内容や、認知症の症状の進行を遅らせるお薬について、また認知症を予防するために私たちが日頃できる事や気を付ける事についてのお話もあり、みなさん熱心に聞いておられました。

認知症の予防には、適度な運動や学習、コミュニケーションが有効ということで、講演の後には、座ったままで行える『認知症予防体操』を行いました。左右や上下で拮抗的な運動をすることで、脳が活性化される運動です。頭と体を同時に使う体操で、皆さん真剣に行っておられました。簡単なようで意外と難しい体操なのですが、上手く出来ている方が多かったです。この

ような運動は継続して行うことが大切なので、ぜひ自宅でも行っていただきたいと思っています。



体操の後には、健康チェックと健康相談を行いました。身長・体重・血圧・骨密度の測定を行い、日頃気になっている事や、健康チェックの結果から、栄養相談・健康相談を多くの方がされていました。日頃の生活習慣を見直す良い機会になったのではないかと思います。最後は、栄養科による手作りお菓子「黒ごまケーキ」を食べながら参加していただいた皆さんで楽しくお話して頂き、和やかな雰囲気イベントを終えることが出来ました。

これからも親しみやすい病院になるように努力していきたいと思っています。参加していただいた皆さん有難うございました。（看護部一同）



新しい病院ロゴマークが 決まりました！！！！

今月から病院のロゴマークが新しくなりました。このマークには「皆さまの心と体のよりどころ」となれるよう、リハビリテーション医療を核とした、患者とともに歩む医療を実践する当院の思いが込められています。このような思いをイメージしていただければ幸いです。

