

泉崎南東北診療所 10月診療のご案内

【お願い】発熱症状、強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）、味やにおいを感じない（味覚障害）などの症状がある方は、医療機関を受診する前に必ずかかりつけ医または県の「受診・相談センター」（電話0120-567-747）へ連絡してください。

	月	火	水	木	金	土	日/祝祭日
午前 受付時間 8:30～ 11:30	小林利男 整形外科・内科	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	総合南東北病院 心臓血管外科	休診
		内藤 梓 消化器内科・外科		内藤 梓 10/8.13.20.27診療 消化器内科・外科	榎本彩乃 眼科	内藤 梓 第2.4土曜日診療 消化器内科・外科	
				八木正樹 10/20診療 小児科	予約制(事前に電話または窓口 でご予約下さい)		
午後 受付時間 13:30～ 16:00 (水曜は 14:30まで)	北原正樹 内科・形成・ 皮膚	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科 14:30受付終了	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 第1土曜日診療 整形外科・内科	休診
	緑川博文 10/3のみ診療 心臓血管外科	内藤 梓 消化器内科・外科		内藤 梓 10/13.20.27診療 消化器内科・外科		内藤 梓 第2.4土曜日診療 消化器内科・外科	
	月曜日午後 (14:00～16:30)			八木正樹 10/20のみ診療 小児科		小鹿山博之 第3土曜のみ診療 内科・脳外科	

※都合により診療時間や医師の変更がある場合がありますので、詳しい診療案内等はお問合せ下さい。
電話53-2415 電話受付時間 8:30～17:00

※火・水曜日の午後の整形外科（小林利男先生）は集団コロナワクチンの接種実施により不在となる場合がありますので事前にお問い合わせください。

※日曜・祝祭日・年末年始の休日の当番医は0248-23-9909（しらかわ情報センター）で確認いただけます。

インフルエンザ予防接種のご案内



診療所にて、インフルエンザワクチンの接種を開始予定です。

ワクチン接種の開始日や日程等の詳細につきましては、次号の広報誌でのご案内をさせていただきます。

なお、各市町村によって実施期間や料金等（接種に伴う費用の助成）が異なりますので、詳細は各市町村へお問合せ下さい！

～編集後記（広報委員のつぶやき）～

だんだん朝、晩と涼しくなり秋らしくなってきました。秋は食欲の秋と言いますが、美味しい食べ物がたくさんありますね。コロナ禍で、制限がかかったりと、なかなか外に出かけるのが少なくなりストレスもかかっています。美味しい物を食べ、ストレスをためないよう笑顔を絶やさずに過ごしていきましょう。

広報委員会 舟山

◆個人情報保護方針に基づき、写真等は了承を得て掲載しています



回覧用

いずみざき南東北

第 148 号（令和 4年 10月発行）

ホームページも随時更新中なので、ぜひご覧ください！

<http://www.izumizaki-rehabili.com/>



No.4282-ISO 9001
No.E2123-ISO 14001
ISO9001・ISO14001 認証取得

◆泉崎南東北診療所
◆泉崎南東北
リハビリテーション・ケアセンター
住所：泉崎村大字泉崎字山ケ入56
電話：0248-53-2415

◆泉崎南東北居宅介護支援事業所
◆泉崎南東北訪問看護ステーション
住所：泉崎村大字泉崎字山ケ入101
(泉崎村総合保健福祉センター内)
居宅電話：0248-54-1888
訪問看護電話：0248-53-3533

◆BPSDって何？

BPSDとは...認知症に伴う中核症状(脳の神経細胞が壊れてしまうことで起きる認知機能の障害)や記憶障害などの症状が現れることで、精神的な落ち込み、焦りや不安、不調や不快、ストレスなどの心理状態が原因となって出てくる行動・心理症状のことをさします。

【具体的な症状】

●精神症状・・・不安・抑うつ・妄想・誤認 ●行動症状・・・徘徊・多動・不潔行為・収集癖・暴言暴力
《 過活動状態のBPSD 》興奮・厳格・物取られ妄想・大声・弄便・攻撃性・過干渉・帰宅要求・昼夜逆転・徘徊・異食・過食・
《 非活動状態のBPSD 》うつ症状・喪失感・不眠・意欲低下・拒食・摂食障害
☆認知症になると中核症状は必ず誰にでも現れる症状なのですが、BPSDは必ず現れる症状ではありません。認知症の介護で介護する側が対応に苦勞するのは中核症状ではなくBPSDです。

【BPSDが悪化する要因】環境・身体・心理・介助者など要因はさまざまです。例として・・・

- 居住環境の変化
- 認知症であることが恥ずかしく引きこもる
- 騒音・雑音・温度・湿度・状況が分からないことへの不安
- 能力が徐々に失われていく喪失感・尊厳を損ねるケアや無視、放置・空腹や排泄などの気づきのない介護

【BPSDの対応】認知症の進行を止めることはできませんが、行動・心理症状は適切なケアを行えば軽減することができます。適切な方法で対応できればBPSDを軽減させることができます。

《何度も同じ言葉を繰り返すBPSDの場合》

ダメな声かけ・・・「だからさっきも言ったでしょ」「何度も同じこと言わないで」「昨日も聞きました」「何回行くの」「どこに行くの」
いい声かけ・・・「どうされました」「〇〇は用意していますので大丈夫ですよ」「時間があるので〇〇しましょう」「なににお困りですか」「お体の不調はありませんか」

など、安心できる声かけを行い、焦らずに話を聞きながらしばらくそばにいてあげましょう。本人は毎回初めてのつもりで話をしているので、介助者も初めて聞くつもりで相槌をうってあげるといいです。

本人は自身に置かれた状況が分からなくなり、不安に思い、誰かに助けを求めています。落ち着いたら別の活動に誘って気分転換を促してあげましょう。

BPSDの背景には必ず本人なりの理由があるので、それを探り本人の気持ちに寄り添った対応をすることが大切になります。本人が安心できるように、混乱しないように対応することで、穏やかな日常生活を送ることができます。

《お知らせ》

新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、次のような取り組みを行っております。ご理解とご協力をお願いいたします。

【診療所】

- 診察を受ける方および付き添いの方全員のマスク着用、手の消毒、検温をお願いしております。
- 診療所内の消毒と換気を毎日実施しております。

【老健施設】

- 原則として、入所者への面会・外泊を禁止しております。
 - 通所リハビリ利用者に毎日の体調確認と検温を実施しております。
 - 施設内および送迎車両の消毒と換気を毎日実施しております。
- ※泉崎公開講座の開催は当面見合わせます。何卒ご了承下さい。



10月号もくじ

- 1 コラム
- 2 診療所
- 3 看護
- 4 通所
- 5 入所
- 6 リハビリ
- 7 編集後記
- 8 お知らせ

通所リハビリ

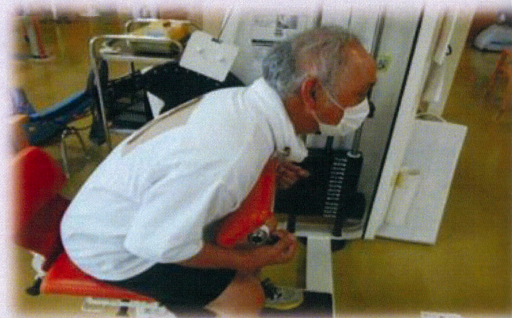


利用者様に季節感を感じて頂けるようスタッフが作成しました♪♪♪♪

マシン紹介

⑥ トーソフレクション

立ち上がり・着座動作の改善、姿勢の改善のために行います



一緒に運動してみませんか？
お気軽にご相談、ご連絡下さい。
お待ちしております。

リハビリテーション

棒体操してみませんか？～健康維持のため

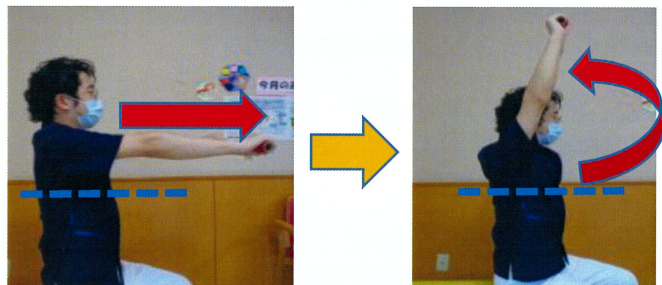
○棒体操の効果○

- ① 廃用症候群の予防 (全身を動かす)
- ② 全身の柔軟性を保つ (主に肩まわり)
- ③ 自律神経の活性化 (質の良い睡眠)
- ④ 脳の活性化、猫背予防



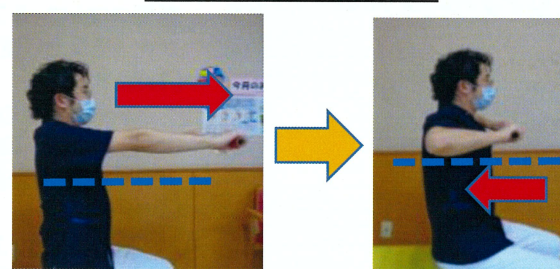
まずは **10回×2セット**
マネしてやってみましょう。

① 腕の上げ下げ



伸ばした状態で上げ下げ

② 肘の曲げ伸ばし



伸ばした状態で曲げ伸ばし

入所

