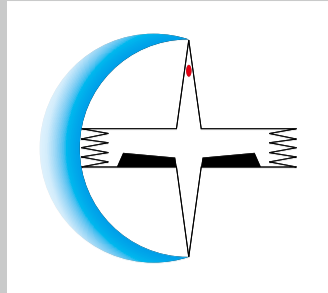


クレイン

社会福祉法人 鶴心会



通所リハビリテーション
訪問リハビリテーション
訪問看護ステーション

漢方の話 其の二



今回は、漢方を理解するために、必要と思われる事柄について、出来るだけ簡単に説明する事にす。しかしその前に、先月の3才男児の手術例について、その後のエピソードを少しご紹介しておく。私がクレインに来てしばらくしてからである、この手術例について話す機会があった。その時、クレインで介護士として働いている齋藤美雪さんが、その兄は私の弟ですと言ったのである。聞けば2才年上で当時の事も覚えていると言う。その後弟は、心臓に少し問題が出た事があったが、その後は元気で現在は調理師として働いている。62才ということ

で術後59年を過ぎた。世の中には縁という言葉があるがこれも一つの縁と言えるかも知れない。今月の話に戻る。漢方とは、その名の示す如く漢の医学である。元々日本にあったものではない。最初は朝鮮を通して伝えられたが奈良・平安時代になってからは、遣隋使、遣唐使などの交流を通して直接中国から伝えられた。現存する日本最古の医書「医心方」は平安時代(984年)に丹波康頼により編纂された。この時代は、隋、唐医学の模倣が主であったと言われ、この後室町時代の中期に白河の人、田代三喜が明に行き金の医学を学んで日本に持ち帰った。後世、金、元の大家と称せられた。李東垣(りとうえん)朱丹溪(しゅたんけい)の名を取って李朱医学と呼ばれたもので

三喜の高弟の曲直瀬道三(まなせどうさん)が受け継ぎ、ここから全国に広がったと言われている。ところで、金、元および明の医学は、中国の三大古典の一つ「黄帝内経(こうていだいけい)の全編に一貫して流れる古代中国の哲学思想「陰陽五行説」を基盤とした観念論的色彩の濃いものであるが、道三はしっかりと見識をもつて、実用的で簡約なものに改めたといわれている。そして、この医学の流れが、この後江戸時代に越った古方派に対して、後世方派と称せるといわれているものである。古方派とは、後期後漢の人、張仲景が著したと言われている「傷寒論」を最高に重視し、ここに医学の原点を求めようとする流派である。江戸時代中期以降の医学はこの「傷寒論」の精神に帰れと主張する古方派により大勢が占められた。ここでは、代

表して吉益東洞(1702~1773)についてだけ紹介しておく。東洞の生国は現在の広島であるが、19才の時に京都に上った。44才までは大変な貧乏で、内職に人形作りをしていた。その時に、当代の第一人者として京で名声を博していた山脇東洋に認められ、漸く世に出る糸口を掴んだと言われている。ここからは私の私見であるが、東洞は、常識では測るのが不可能な、飛び越えた逸物、大物である。東洞の医説は「万病一毒説」で「万病は唯一毒、衆薬は皆毒物なり。毒を持つて毒を制す、毒去つて体佳なり」と主張した、かくして強い作用をもつ薬剤を用いて病を攻撃した、もしそのために激しい反応を起こした時は、それを瞑眩といい、病に薬が命中した時には、必ず毒によって瞑眩して病が治ると説明した。瞑眩について、東洞の「医事惑問」という書物に、慢性の胃腸病がたった一日分の薬で瞑眩を起こして治った例をあげている。水の様な下痢が続き、嘔吐もひどく危篤の状態になる患者に生姜瀉心湯(半夏瀉心湯)の中で乾姜を半分にし、生姜を加えたもので本元は穏やかな薬)三貼を用いた後、ひどい嘔吐と下痢があり病人は気絶してしまった。家族はもう死んだと思ったが、東洞にもう少しこのまま様子を見る様にと言い帰ってしまった。するとその夜の12時頃、病人は夢か

らさめたように眼を見開き親族が集まっているのはどういうわけかと聞いた。皆は驚き、もう死んだと思つて集まっていたのだと言うと、病人は昼頃はひどく吐いたが、その後は少しの苦しみもない、もはや気力も良くなったのでお帰り下さいと言つて皆に帰つてもらつた。この後、病人は腹がすいたと言つて茶漬けを3椀食べ、快く寝た。翌朝はますます丈夫になり長年の病を忘れてしまった。この様に東洞は、病人の生死を越えた思い切つた治療をし、大胆、剛腕で自分の治療に絶大な自信を持っていた。又、現在の腹診の創始者でもある。しかしながら、東洞の唱えた「天命説」は、徳川時代の医者にもっとも激しい論争を巻き起こした。「天命説」とは、医者のとめは病苦を救うに有り、その病人が死ぬか生きるかは天のつかさどるところで、医者のおぼろげな所ではないかと主張したのである。現在、もっともメディアに攻撃される考え方であるが、当時でも反対派の鋭い圧力があり、アンチ東洞派の亀井南冥は「天命はしらぬ」と言うが命つきて病なおりにき

ついで迷惑」という歌を作つて東洞をからかっている。又、東洞は多くの著作を残しているが「方極」をホイップして完成です。このホイップクリーム、なかなか難しいため、お一人ではできない方も大勢いらっしゃると思います。そんな時にはスタッフが介入し、できるだけ利用者様がご自分でトッピングできるようにサポートいたします。利用者様からは「きれいにできたよ」、「あ、思ったよりかき過ぎちゃった」など、反応は様々。続きはクレイン新聞2面☆

美味しく楽しい
〜おやつレク〜



3月24日(火)、毎月恒例のおやつレクが行われました。この日は既存のおやつが出るだけでなく、利用者様にトッピングなどの「仕上げ」を楽しんでいただきました。

今月のおやつレクでは、土台の『チョコケーキ』に、アポロチョコを乗せ、仕上げに生クリームをホイップして完成です。

このホイップクリーム、なかなか難しいため、お一人ではできない方も大勢いらっしゃると思います。そんな時にはスタッフが介入し、できるだけ利用者様がご自分でトッピングできるようにサポートいたします。

利用者様からは「きれいにできたよ」、「あ、思ったよりかき過ぎちゃった」など、反応は様々。続きはクレイン新聞2面☆

歌詞クイズ

北国の春(千昌夫)

『北国の春』の1番の歌詞の中で、地元を離れた主人公が、故郷を思い出すきっかけとなった出来事は何でしょう。

- ① 母親から小包が届いた
- ② 同郷の仲間に出会った
- ③ 酒に酔った
- ④ 失恋した

解答はクレイン新聞2面☆

クレイン医師 中村 常太郎

また、「私はできねえから、あんながやってくれ」と、目の前のチョコケーキが仕上がるのを真剣に見守ってくださる利用者様もいらっしやいました。

余談ですが、このトッピングに使ったアポロチョコ。スチームコンベクションオーブンという機械で百七十度に設定し、5分間加熱したそうです。熱したそうです。すると、まるまでビスケットのような食感のアポロチョコに変化します。筆者も余ったアポロチョコを1つ頂いたのですが、これが本当にアポロチョコかと驚きました。食感はサクサクで口溶けも良く、これなら歯が悪い方にも、非常に食べやすいと感じました。



通所だより

座布団作り と 手作業



通所では利用者様の身体機能・認知機能の維持向上・社会的交流の促進・生活の質(QOL)を高めるなどの目標を掲げてレクリエーションを行っています。今月は座布団作りをしています。職員がダンボールで台紙を作り、利用者様が編み込み、そして座布団を作っています。

ついで一句

鶯の足 長々浸る
田の温み

佐藤 勁 様

プラントの

庭に咲いたる 白い花

甘い香りに しばし佇む

鈴木 康之 様

心を込めて 手作業療法作品紹介



上野先生の

認知症見立て塾!



その 33

今回は認知症の人に利用されることが多い抗認知症薬を題材に、薬の作用・副作用とその使い方についてご説明しましょう。最近開発された新薬は作用機序が全く違うので別の機会にご紹介します。

抗認知症薬は、アルツハイマー型認知症の進行抑制を目的に開発された薬です。以前からアルツハイマー型認知症の人の脳では、アセチルコリンという神経伝達物質を利用する神経細胞が減少することが知られていました。ドネペジル(アリセプト)、ガタンタミン(レミニール)、リバスチグミン(リバスタッチパッチ、エクセロンパッチ)は、脳内のアセチルコリンの分解を抑える作用があり、脳内でアセチルコリンを増やす作用がある薬です。アセチルコリンが脳内でふえると脳全体の活動性が上がるので、脳が活性化し、認知機能障害の改善効果が認められることがあります。アルツハイマー型認知症で神経細胞が減少するメカニズムをとめる作用はなく、さらに減少した神経細胞を再生する作用もありません。このように限定的な効果しかない薬物なので、その効果を最大限にする工夫が必要になります。一つのポイントは、認知症の人に合併することが多い抑うつ状態の改善効果を期待して処方することです。特に高齢者では本格的な抗うつ剤は副作用が出やすいため、その代わりに抗認知症薬を利用するのです。さらに、リバスチグミンでは食欲改善効果を期待できるため、アルツハイマー型認知症に合併した食欲不振の改善が期待できます。

どんな薬でもそうですが、問題は副作用です。中枢神経系の神経細胞に効く薬ですが、末梢神経である自律神経系の神経細胞に効いてしまうと吐き気、下痢、食欲不振などの消化器症状や徐脈などの副作用が出る場合があります。こうした副作用を避けるために、少量からはじめてゆっくりと増量することになっています。さらに問題になる副作用は、脳全体を活性化する作用があるため、幻覚・妄想や興奮状態などが認められる人ではこうした精神症状も活発化してしまうことです。重要なのは効果が期待できるケースに対して、副作用が出ないように容量や飲み方を工夫しながら利用することになります。続きは次号にて。

歌詞クイズ・解答

①母親から小包が届いた

1番の歌詞の中に『季節が都会では分らないだろう』と、届いたお袋の小さな包み。あの故郷へ帰ろうかな、帰ろうかな』とあり、母からの贈り物を見て故郷を懐かしく思うという歌詞でした。

ちなみにクレイン入所フロアでは『北国の春』を使って毎日体操をしております。恐らく、入所の利用者様の中では、最も馴染みのある一曲なのではないでしょうか。

市原市認定『通いの場』

つるまいホーププラザ4月開催予定

- 7日：歌声喫茶(ハーモニカ)
 - 9日：カラオケ喫茶(パーシズ)
 - 14日：歌声喫茶(キーボード)
 - 17日：カラオケ喫茶(パーシズ)
 - 21日：歌声喫茶(ハーモニカ)
 - 23日：カラオケ喫茶(パーシズ)
 - 28日：歌声喫茶(キーボード)
- 時間：13時30分～15時30分
参加費：500円(ドリンク・菓子付)
(注：パーシズのみ14時から)
参加料1,000円)
- 市原市発行いちぽ・25ポイント付与
お問い合わせ：つるまいホーププラザ
住所：市原市鶴舞303
電話：0436(88)4001

4月の行事予定

《行事》

1～3日 お花見
(鶴舞公園 散策)



霜崎實個展

略歴
 1950年、千葉県生まれ。上智大学大学院修士課程修了。フルブライト留学生としてコーネル大学大学院博士課程で学ぶ。慶應義塾大学名誉教授。専門は英語学、日本語学、翻訳論。「NHK 高校講座 英語I」講師、放送大学客員教授、高校英語教科書『CROWN』（三省堂）編集主幹を務める。



作品題名：メタモルフォーゼ

20代でアメリカの大学に留学した際には、英文学の授業と並行して、西洋美術史やデッサンの実技の授業を履修するなど、絵画への関心を持ち続けていま

今回の個展では、具象作品から抽象作品までさまざまな作品を展示しています。題材も自然や生命、心の中の風景など多岐

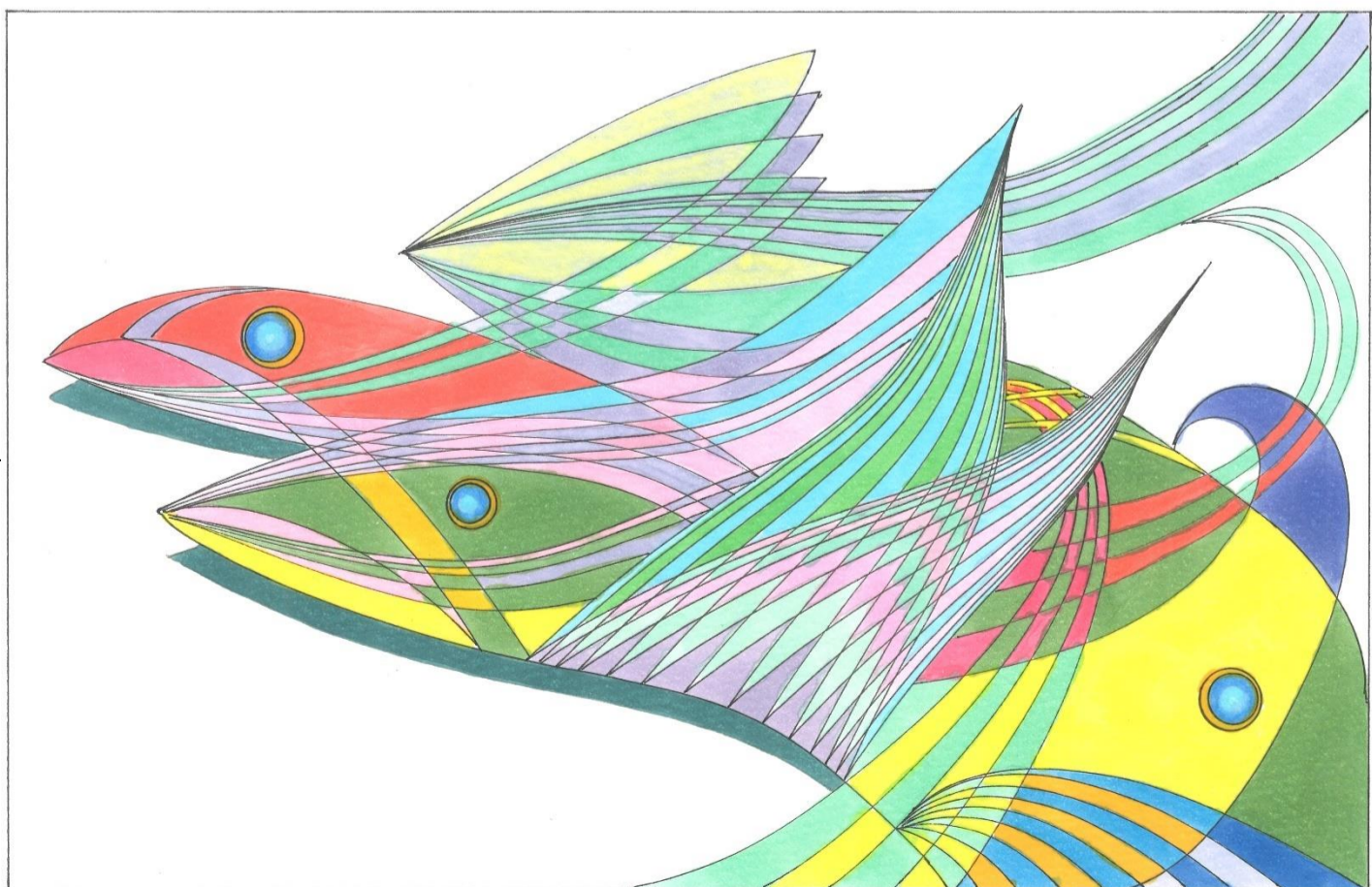
にわたります。ご覧になる方がそれぞれの感じ方で、ときに少し不思議な作品世界を楽しんでいたただけ嬉しく思います。最後に、西山庭園画廊で個展

を開く機会を与えてくださった三好敏弘先生に、心より感謝申しあげます。先生のおかげで、「瓢箪から駒」が現実のものとなりました。

少しご説明します。私は英語と言語学を専門に、大学で長く教えてきました。けれども振り返ってみると、子どもころから絵を描くことへの憧れがあったように思います。中学では美術部に入り、友人たちと石膏デッサンに取り組んでいました。美術準備室の壁には、顧問の鶴岡洋先生によるミケランジェロのダビデ像のデッサンが飾られており、その迫力と技量に強い感銘を受けたことは今でもよく覚えています。

その後、大学で教えるようになると制作の時間はなかなか取れませんでした。ときどき美術館や画廊に足を運び、作品鑑賞を通じて絵画の世界との接点を保っていました。そして定年退職をきっかけに、もう一度作品づくりに向き合ってみようと思ふようになりました。

自分の中でささやかな変化があったと感じています。ひじょうに自然をより注意深く観察するようになったこと、もっひじょうは、創作活動を通してある種の解放感を味わうようになったことです。とりわけ抽象作品では、現実世界のさまざまな制約から解放されて、より自由な表現を楽しむことができます。創作で大切にしているのは、何物にもとらわれずに、自由に描くことです。この自由こそが、私にとって創作活動の醍醐味だと感じています。



作品題名：飛翔の軌跡

絵画世界に遊ぶ

「自然・生命・心象風景を描く」

霜崎 實

霜崎先生初めての個展
 西山庭園画廊にて、霜崎實個展が始まります。「鶴舞写真コンクール」と同時開催で期間は4月5日から5月30日まで。霜崎先生は、クレイン設立発起人の一人で現在も、社会福祉法人鶴心会の評議委員を担っていただいています。我が法人とのつながりは、このように長いのですが、私個人とのつながりでは、ギャラリーみやこに来て頂いたり、私の個展パンフに寄稿して頂いたり、更に長く深いものになります。

霜崎先生は、慶應義塾大学教授として、厳しい教育環境の中で、次の育成に注力するかわらわら、中学校より美術への憧憬捨て難く、退職後積年の思い「イメージ」、アイディアを表現するに至ります。コッソリ描き上げられた作品は200余点に及び、今回そのうちから25点を自選しての展示です。作品は独自の世界を有し、女人はだしの腕前から生まれた作品群による初の発表です。先生の熱量は如何許りでしょうか。御高覧頂けますようお願い致します。
 (三好敏弘)

特別養護老人ホームトータス
 トータスデイサービスセンター
 トータス訪問介護ステーション
 TEL 0436-50-6161

デイサービスセンター鶴舞温泉げんき館
 TEL 0436-88-2655

トータス居宅介護支援事業所
 TEL 0436-50-6511

市原市地域包括支援センター・トータス
 TEL 0436-50-6262

介護老人保健施設クレイン
 クレイン通所リハビリテーション
 クレイン訪問リハビリテーション
 鶴舞訪問看護ステーション
 TEL 0436-88-4500

Web サイトもご覧ください
<http://www.otg.or.jp/>

社会福祉法人
鶴心会
トータス



介護士のきっかけ

初めまして、トータス介護職員の滝澤と申します。少しずつ春らしい陽気となってまいりましたが、トータス・クレイン新聞愛読者の皆様、日々元気で過ごしてはいかがでしょうか。私が何故当職に就いたのかなど、紙面を通してお話ししたいと思います。

私の母親が、二月の寒い時期でしたがお風呂場の中で倒れていました。病名は、脳内出血でした。救急車を呼び、直ぐに病院へ行くだろうと思っていましたが、病院の受け入れ先が中々見つからず救急車の中で救急隊員が色々な病院に受け入れ連絡をしてくれました。六ヶ所目でやっと受け入れ先の病院へ搬送されました。

病名は、脳内出血と言われ右側上下マヒと言語障害で、車いす生活になってしまいました。その年は、野球の長嶋監督も脑梗塞で倒れた時期でした。テレビでは、脳の病気に関する特集があり、倒れる前に病気の前兆があった事を見逃してしまいました。早くに気付いていればと後悔しています。

その後、家で母をヘルパーさんに見てもらいながら、小さな子供を保育所に預け仕事をし、家に帰ったら、子供、父親、母親の面倒を見ていましたが、母親の担当ケアマネから、デイサービスを利用した方が良く促されトータスのデイサービスを利用することになり、夏になった時、家だと熱中症になる恐れがあるから、入所した方が安全だ

と言われ、トータスへ入所する事になりました。

小さな子を連れ母の面会へと来ている内に、林事務長に声を掛けられました。介護の仕事が覚えれば、将来母の介護が出来ると思い、最初はパートで美容室と介護の仕事の掛け持ちで始めました。

配属された場所はシヨートステイと入所者が居る新館二階になりました。初めての介護の仕事、メモとボールペンを持ち、利用者様の名前そしてやって良い事、やってはいけない事、さらにはフロア席の配置と各人のお部屋をメモに書き、家に帰りメモを見直し覚えました。次の新たな仕事として、介助(食事・入浴・排泄)について必死に覚えられました。介護用語は、未だ分からない所はありますが、分からないかったら、仕事仲間聞くのが一番。

その後、コロナが流行し始め、仕事を一本化して欲しいと言われ、長年勤めていた美容室を辞め、トータスの正職員となりました。現在は、新館二階から新館三階へ移り、その後、三階旧館・新館合併となり、私の母を見て頂いた方達と共に仕事をしています。

母が亡くなり、今年の年末で三年となります。母に一言、「私が介護してあげられなくてごめん下さい。」と言いたかったです。そして、母を介護してくれた、三階の職員さん、看護師さんなど、本当に感謝しています。私の話は以上です。

3階介護士 滝澤 順子

企画学部・経営学部

3月のおやつづくり

昔ながらの卵と牛乳だけのプリンにほろ苦いカラメル。ご自身でお皿に型から抜いていただきました。出てくるプリンにドキドキの笑顔から出てきた瞬間のニッコリ笑顔を拝見して職員も嬉しくなりました。



三木体操

3月から月に一度トータスの入所、シヨートステイ、デイサービスのご利用者を対象にリハビリ体操を実施しています。椅子に座りながらの体操なので車椅子の方もご参加いただけます。手足、頭の体操で身体機能の低下を防止しましょう。



バレンタインゲーム



2月14日はバレンタインデーですね。げんき館でもバレンタインにちなんだゲームを行いました。事前準備として、ご利用者と紙コップにハートのシールを貼って、周りはマスキングテープで可愛く装飾しました。ゲームのルールは簡単!

鶴舞温泉げんき館

ゴルフボールに紙コップを被せて、反対側にある点数のゾーンを狙って転がします。どの得点も、テーブルの端に置いたので、強すぎると落ちてしまいますし、弱いと届かず、絶妙な力加減が求められます。一番の高得点、「館長♡♡」ゾーンがあるので、ピタッと止まるように頑張ってください!館長が待っていますよ♡

バレンタインは女性から男性へ気持ちを伝える日なので、女性からチャレンジ!曲を流し、スタートです。「ああ、勢い良すぎかなあ」「力加減が難しいね」と落ちていく紙コップが続出。「館長の愛が強すぎるのね(笑)」と冗談を言いながらも、「今度こそ決めてやるぞ」「中途半端じゃダメだ。ピタッと止まらなさい」とだんだん真剣になってきました。



た。皆さんの声援が良いですね!「もう少し!」「惜しいぞ!との声飛び交います。ピタッと止まった時には「やったー!やったー!」と、もう大騒ぎ。館長のことなど、忘れてしまったようです(笑)。



介護職 井上 芳江

ひな祭りゲーム



3月3日はひな祭りです。げんき館でも可愛いおひな様を飾り、その脇に菊地先生に活けていただいた桃の花と菜の花を飾りました。おひな様はのんき館に飾りましたが、げんき館の玄関にも桃と菜の花を活けていただき、皆様の目を楽しませ、春を告げてくれました。



レクリエーションでは、ひな祭りということで、ひな壇をイメージしたものを作りました。大きいペットボトルにおひな様とお内裏様、小さいペットボトルに五人囃子のイラストを貼り、



輪投げにしました。そして、ピンの輪っかに花びらを付けたら完成です。今年も想像以上に可愛いものができました。当日はCDで「うれしいひなまつり」を流し、雰囲気作りも忘れずに…。どんな人が集まり、男性も女性も、たくさんの方がレクリエーションに参加してくれました。

いざやってみると、これまた意外と難しく…。なかなか入らない方もいましたが、見る方もニコニコ楽しそうな笑顔で一つ入る度にみんなでおおーと大きな声と共に拍手と笑い声が聞こえてきました。

そして、輪っかを投げると、それに付いていた花びらが取れて、時々ヒラヒラと床へ落ちていく様子を見てみると、まるで桜の花びらのようで、「もうすぐ暖かくなってきて、桜の花が咲くんだなあ」と、私の心もポカポカと温かい気持ちになりました。

いろいろと感染症が流行している時季ではありますが、ご利用者の楽しそうな笑顔を目撃し、自分自身の体調管理もしっかりしていきたいと思えました。

介護職 大村 朱音