

～ 医療法人わかば会のケア情報誌 ～

# わかば倶楽部

✓ 日本臨床内科医学会で  
里山療法の研究が受賞

✓ 棚田でもち米が稔りました

✓ わかばテラス「第3回風祭り運動会」開催

November 2017 Vo.79 11月号

編集・発行／医療法人わかば会  
〒857-0016 佐世保市俵町 22-1  
Tel 0956-22-6548 Fax 0956-24-7270  
<http://www.wakabakai.or.jp>



2017年 わかばテラス運動会

● 11月11日は「介護の日」です。平成20年、厚生労働省は、介護についての理解と認識を深め、介護従事者、介護サービス利用者及び介護を行っている家族等を支援し、これらの人たちを取り巻く地域社会における支え合いや交流を促進するために、高齢者や障害者の介護に対する国民への啓発を高める日として決めました。

「いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう」を念頭に、「いい日、いい日」にかけた、覚えやすく、親しみやすいごろ合わせとなっています。

## 里山レシピのご紹介 あごおかき 1人分 88Kcal

長崎名産のカルシウムいっぱいの食材、あごのおかきです。高齢になるとカルシウムの吸収能力が低下するので、おやつをいただくときも意識してカルシウムをとることをおすすめします。おかきを噛むことで脳を刺激するので、認知症予防にも役立ちます。

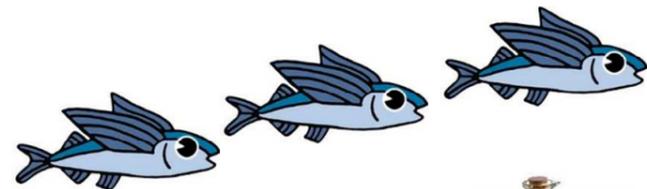


材料 直径14cmのケーキ方(約8人分)

- 切り餅・・・・・・・・・・45g×2個
- オリーブ油・・・・・・・・・・小さじ1
- 天然あごだし・・・・・・・・・・適量
- 天然塩・・・・・・・・・・適量
- あごペースト・・・・・・・・・・適量

### 作り方

- ① 切り餅は厚さ5mm、1.5cmに切り、2～3日風通しの良いところで乾かす。
- ② 乾いた切り餅にオリーブ油、あごだしの順にまぶす。
- ③ オーブントースターの鉄板に②を重ねないように並べ、13～15分焼く。きつね色になりしたら、ひっくり返して焼く。
- ④ 天然塩や、あごペーストを小皿に盛り、お好みでつけられるように出す。



わかば会の理念  
wakaba-gokoro  
わかばごころ

和

和をもって、一人ひとりの施設づくり

環

環になって、患者さまとの健康づくり

話

話によって、みんなで育む関係づくり



### ワンポイントアドバイス

◎アンチョビペーストならぬ「あごペースト」は、天然あごだしと青のり、オリーブ油を混ぜてお好みの味に仕上げましょう。野菜スティックや蒸し野菜など、さまざまな料理に使えます。

### 医療法人わかば会

- 俵町浜野病院 (Tel 0956-22-6548)  
【医療】内科・外科・循環器科・呼吸器科・消化器科・整形外科  
肛門科・リハビリテーション科  
病室(一般病棟26床・療養病棟38床)  
【介護】居宅介護支援事業所・ヘルパーステーション  
デイケアセンター・グループホーム・訪問看護ステーション
- 有料老人ホームわかばテラス (Tel 0956-76-8780)  
【介護】デイサービス風祭り・デイサービス里山療法クラブ
- サービス付高齢者向け住宅わかばレジデンス (Tel 0956-22-6544)  
【介護】小規模多機能ホームわかばレジデンス
- 有料老人ホームわかばハウス (Tel 0956-22-6535)

# わかばテラス棚田でもち米を収穫しました



稲刈りを楽しむ入居者



収穫した稲穂を抱えご満悦の様子

**稲刈り**

10月11日(水)、わかばテラスにある棚田で稲刈りが行われました。今年度は日照不足により例年と比べ稲穂は若干少なめでしたが、立派なもち米を収穫することができました。3週間の天日干しの後、脱穀を行い、12月中旬に恒例の餅つき大会を開催予定です。参加された方々は早く餅が食べたい」と笑みを浮かべながら稲穂を手にしていました。



開会式での選手宣誓



白熱したピンポン玉リレー



最後の競技 くす玉割り

**運動会**

10月18日(水)、わかばテラスで「第3回風祭り運動会」が開催されました。赤組と青組に分かれて点数を競い合う形式で、浜野理事長ご夫妻も車椅子パン食い競争に参加し、理事長が見事に「わさび入りアンパン」を引き当てました。競技中や応援中は皆さんとても真剣で、自分のチームが勝った時は大声で喜び、大変盛り上がりました。最終結果は青組が勝利となり、浜野先生から賞状と記念品が授与されました。

## わかばテラス 風祭り運動会



当院では11月よりインフルエンザの予防接種を開始します。インフルエンザの感染力は非常に強く、日本では毎年約1千万人、約10人に1人が感染しています。インフルエンザは流行性があり、いったん流行が始まると短期間に多くの人へ感染が広がります。必ず予防接種をうけましょう。



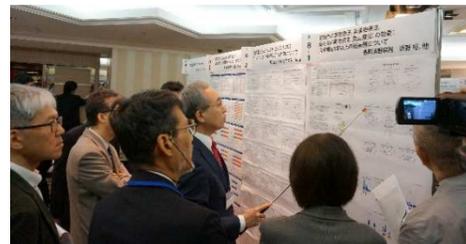
# 第31回日本臨床内科医学学会に於いて

## わかばテラスでの里山療法の研究が受賞

2017年10月8日(日)・9日(月・祝)、ホテルニューオータニ大阪で開催された「第31回日本臨床内科医学学会」で、医療法人わかば会 理事長 浜野裕の発表が、ポスター部門賞を受賞しました。

**演題：認知症の薬物療法、非薬物療法、新たな非薬物療法（里山療法）の効果：治療開始1年以上の経過例について**

**内容：**アルツハイマー型認知症(AD)は近年増加しており、今後もさらに増加すると予測されるが、それに対する有効な治療が確立されていないため、大きな社会問題となっている。現在、ADに対する非薬物治療のエビデンスは極めて少なく、一方エビデンスのある薬物治療は治療開始1年を経過するとその効果は減弱し、認知症は漸次進行してゆく。そこで今回我々は、薬物治療を継続しているADの患者さんに、非薬物療法のため通所介護・通所リハビリに参加していただき、そこでの活動に屋外を散歩したり植物に触れる(植え・育て・収穫し・料理し・それを食べる)活動「里山療法」を加え、認知症に対する効果を検討した。



演題発表



授賞式後の記念撮影



本学会での授賞式



パーティーでのスピーチ



ポスター部門賞受賞



日本医師会 会長・世界医師会 会長 横倉義武 先生