

～ 医療法人わかば会のケア情報誌 ～

わかば倶楽部



わかばテラス エントランス門松 2015年



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>

- ✓ 2014年12月 活動写真集
- ✓ 里山療法の発展を目指して
- ✓ 新年の「あいさつ」

● 今年1月12日(月)が「成人の日」です。では何故成人の日が祝日になったのでしょうか。一説によると、戦後物資も食料も足りない時代で一番乏しいとされていたのは「人材」でした。良い「国家」を作っていくためには、国民自身が成長していかななくてはならないと考えた当時の役人たちは、「こどもから大人になった自覚を持ってほしい」と願ってこの日を祝日にしたそうです。このように成人の日に込められた先人の想いを知ることが、成人になる第一歩なのではないでしょうか。今年の長崎県の新成人者数は14,765人です。

里山レシピのご紹介 冬瓜のコンポート ヨーグルトソースかけ 1人分 61Kcal



- 材料 (約4人分)**
- 冬瓜・・・正味 300g
 - レモン汁・・・小さじ2
 - 砂糖・・・大さじ4
 - ラム酒・・・小さじ1
 - ヨーグルトソース
 - 低脂肪ヨーグルト・・・大さじ1と1/2
 - 砂糖・・・小さじ2
 - ブルーベリージャム・・・小さじ1

ワンポイントアドバイス
◎電子レンジを使用せず、鍋で作ることもできます。その場合は冬瓜が煮崩れしやすいのでひたひたの水で煮て、煮過ぎないように注意してください。

作り方

- ① 冬瓜は皮を厚めにむき、皮側に格子状に切り目を入れて、厚さ7mmのいちょう切りにする。
- ② 耐熱容器に入れ、ゆるめにラップをして電子レンジで5分加熱し、煮汁ごと保存用のビニール袋にうつしてAを加える。液が全体にまわるようにして口を閉じ、冷蔵庫で冷やす。
- ③ ヨーグルトソースの材料と②をあえて器に盛り、ブルーベリージャムをかける。

冬場の食中毒に注意 ～ノロウイルスによる食中毒が多発～
ノロウイルスの感染経路は、ほとんどの場合、経口(口から体内に入ること)感染です。日頃から、食事前やトイレの後などにおいて、石けんなどでしっかり手を洗いましょう。

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)
- 有料老人ホームわかばハウス (Tel 0956-22-6535)
【介護】小規模多機能ホームわかばハウス

わかば会の理念
wakaba-gokoro
わかばこころ



和をもって、一人ひとりの施設づくり



環になって、患者さまとの健康づくり



話によって、みんなで育む関係づくり



2014年12月



スイートピーの苗植え



掛屋剛志クリスマスコンサート



デイサービス風祭り クリスマスケーキ作り



わかばレジデンス クリスマス会



全員で一本締め



里山かりんとう饅頭づくり



大もちつき大会



クリスマス ステンドクッキー&トナカイパンづくり



デイケアセンター ゆず湯



小規模多機能わかばハウス ケーキづくり

Wakaba Terrace 活動写真集



しめ縄づくり



チャンジューバンド演奏会



コーラス会



医療法人わかば会
大忘年会の様子
12月27日(土) 職員約170名が集い、医療法人わかば会の大忘年会を開催しました。今年も大いに盛り上がり、一年の幕を閉じました



余興優勝のレジデンス・ハウスチーム

新年のごあいさつ

新年あけましておめでとうございます。皆様には、さわやかな新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。昨年中、当法人に賜りました数々のご厚情とご支援に對しまして、職員一同心より御礼申し上げます。

二〇一五年も、医療法人わかば会の理念である「わかばこころ」を念頭におき、皆様に安全で質の高い医療・介護を提供できるように努力してまいります。本年も、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

医療法人わかば会 理事長 浜野 裕

里山療法の発展を目指して

わかば会は2008年に病院の屋上を菜園として緑化し、高齢者のリハビリの「環」として園芸療法を取り入れ、以後、園芸活動を通じて数量認識能力の研究を行ってきました。2010年9月に有料老人ホームわかばテラスを開設して以降、本格的な園芸療法（里山療法）に取り組んでいます。わかば会の研究は、2010年には第1回アジア慢性期医療学会で「園芸療法による高齢者の数量認識能力の改善効果について」を発表し、ベストポスター賞を受賞しました。2011年はNHK長崎でその治療効果が放送されました。また、第61回日本病院学会で「園芸活動と里山の散策による自律神経機能の改善及びNK細胞活性の改善について」を、第4回九州アルツハイマー型認知症研究会で「薬物療法と非薬物療法（里山療法）の併用の効果」と認知症治療開始後一年以上経過した症例についての検討」を発表しました。



第4回九州アルツハイマー型認知症研究会



現在の和室外部



日本庭園イメージ

このような活動が長崎大学環境科学部教授五島先生の目にとまり、今年1月からアメリカと香港の大学と共同で、認知症の患者さんに対する非薬物療法の研究を実施する予定です。

五島教授は、平成26年度に長崎大学環境科学部教授として就任されましたが、それまではアメリカニュージャージー州立ラトガーズ大学において8年間庭園鑑賞の治癒効果に関する研究に取り組み、アメリカにおいて多くの論文を発表されてきました。中でも2009年から2013年にかけて実施された認知症病棟患者を対象とした和風庭園鑑賞治癒効果に関する研究結果は、ナショナル・ジ

オグラフィックのニュースオッチでも世界的に報道されるなど、高い評価を得られています。自然によるリラクゼーション効果については、多くの既存研究により証明されていますが、実際どのような自然環境が最も効果的かは未だに明かではありません。一方で、和風庭園の鑑賞がアメリカ人の終末期認知症患者に有効であることが、アメリカでの研究で明らかになりました。この結果を踏まえ、今回の研究は、日本庭園における美的要素を分析し、高齢者の非薬物療法に最も効果的な緑地デザイン検証を行います。実際に、わかばテラスの和室前のスペースに小さな日本庭園を造設して研究を進めていく計画です。

また、里山療法に関してもさらなる発展を目指し、今まで取り組んできた活動内容をより具体化し、継続して楽しんでいただけるようなプログラムづくりと、効果を実証するデータ収集を進めていきたいと考えています。



いきいきサークルでの調理活動



日本庭園イメージ