

～ 医療法人わかば会のケア情報誌 ～

# わかば倶楽部

✓ 認知症サミット後継イベント開催

—新たなケアと予防のモデル—

✓ わかばいきいきサークル始動

✓ 小規模多機能ホームわかばハウスの活動 他



わかばテラス芋掘り

● ～かぼちゃとゆず湯～ 冬至にかぼちゃを食べるとい習慣は、野菜が不足しがちなこの時期に、ビタミンやカロチンを摂るとい合理性があり、昔の人は「冬至までとっておいたかぼちゃを食べると魔よけになる」といっていたそうです。また、この日ゆず湯に入ると風邪を引かない、という言い伝えも合理性があります。ゆずの香りのお湯にゆっくり浸かることでリラックスし、体も温まります。肌を引き締め強くする作用もあるので、厳しい寒さに負けない体づくりのための知恵といえます。

December 2014 Vo.45 12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>

## 里山レシピのご紹介 おからブラウニー 1人分 65Kcal



材料を混ぜてオーブンで焼くだけというシンプルな作り方で、こんなにかわいらしいおやつになります。

この1切れになんとバナナ1本分の食物繊維が入っています。それくらいおからは食物繊維が豊富な食べ物です。

材料 18 cm×18 cmの耐熱容器 1個分 (約15人分)

- 卵・・・・・・・・・・・・・・・・・・2個
- 砂糖・・・・・・・・・・・・・・・・・・大さじ1
- バナナ・・・・・・・・・・・・・・・・・・2本
- ラム酒・・・・・・・・・・・・・・・・・・大さじ2
- 市販の板チョコ(ビター)・・・・・・・・1枚(65g)
- ピーナッツバター・・・・・・・・大さじ1
- ココア・・・・・・・・・・・・・・・・・・大さじ3
- おから・・・・・・・・・・・・・・・・・・1カップ



### 作り方

- ① ボウルに卵を割り入れてほぐし、砂糖を加えて、泡立て器で色が白く、もったりした状態になるまで泡立てる。
- ② バナナ1本をフォークで粗くつぶしてボウルに入れ、ラム酒を加えてからめる。
- ③ ボウルに板チョコとピーナッツバターを入れて湯せんで溶かす。
- ④ ③にココア、おから、②を加えてよく混ぜ、①を加えてゴムベラでさっくり混ぜ合わせる。
- ⑤ 耐熱容器に④を流し入れ、残りのバナナ1本を輪切りにしたものを表面に並べ、180℃に予熱したオーブンに入れ、約25分焼く。

### 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)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  
わかばごころ



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

# 里山療法

SATOYAMA RYOHO

## わかばいきいきサークル

- 主な活動内容
- ・ 手工芸
  - ・ 自然木工芸
  - ・ 竹細工
  - ・ 園芸
  - ・ 野菜の栽培
  - ・ 収穫
  - ・ 料理 etc

11月より、わかばテラス入居者を対象に、テラス地下1階のスペースを活用して「わかばいきいきサークル」を始動しました。活動内容は利用する人自らが考え、楽しい時間を過ごしていただく事です。料理や手工芸、おやつ作りや体操などメニューは様々で、得意不得意に関わらず皆さん楽しんでいただいています。スタートしたばかりで手探り状態ですが、これから意見を出し合い、楽しいサークルをつくって行きたいです。

### わかばいきいきサークル始動



# 里山療法クラブ

SATOYAMA RYOHO CLUB

11月の里山療法クラブでは、季節に応じた様々な活動を実施しました。その中でも利用者様に一番満足していただいたのは干し柿づくりです。



栗クッキーづくり



玉ねぎの苗植え



梅ヶ枝餅づくり



干し柿づくり

10月31日のハロウィンの日、仮装をしたわかば保育園の園児たちが、各部署に出発しました(笑)



### 小規模多機能ホームわかばハウスの活動



清水地区公民館まつり



柚木よかもん市



大活躍したわかば保育園の園児たち



清水地区公民館まつり



柚木よかもん市で花の苗を購入

当院では11月よりインフルエンザの予防接種を開始しています。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。



# 認知症サミット日本後継イベント開催

## — 新たなケアと予防のモデル —

2014年11月5~7日

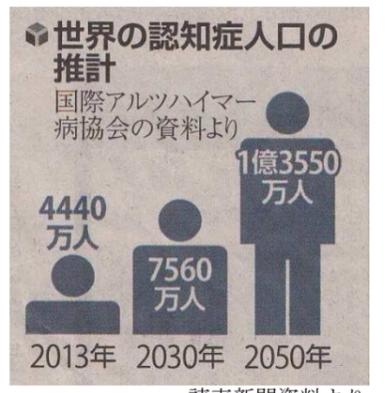
世界的な課題である認知症に各国が協力して取り組むため、昨年12月、ロンドンで主要8カ国が集まり「G8認知症サミット」が開かれました。その後継イベントとして、先月11月5日~7日にかけて、六本木アカデミーヒルズにおいて「認知症サミット日本後継イベント」が開催されました。世界100か国以上から、300人以上の方々に参加され、新しいケアと予防のモデル」をテーマに活発な議論が交わされました。6日の本会議開会式においては、安倍内閣総理大臣から挨拶があり



我が国の認知症施策を加速するための新たな戦略を策定すると名言があり、これを受けて、塩崎厚生労働大臣から、新たな戦略の施策に当たっての3つ基本的な考え方が発表されました。その内容を抜粋してご紹介します。まずひとつ目は、団塊の世代が75歳以上となる2025年を目指して、認知症地域包括ケアシステムの実現です。

二つ目は、認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて、省庁横断的に認知症に関わる施策全般の総合的な戦略をしていくという事です。具体的には、普及啓発、生活しやすい環境の整備、生活の支援、就労・社会参加支援、安全確保、ICTの活用、介護者への支援、研究開発の推進、そして国際連携等の課題を含めて考えていきます。

三つ目は、認知症の方御本人やその御家族の視点に立って施策を推進していくことです。これまでの認知症施策は、認知症の方を支援する側の視点に偏りがちであった



読売新聞資料より

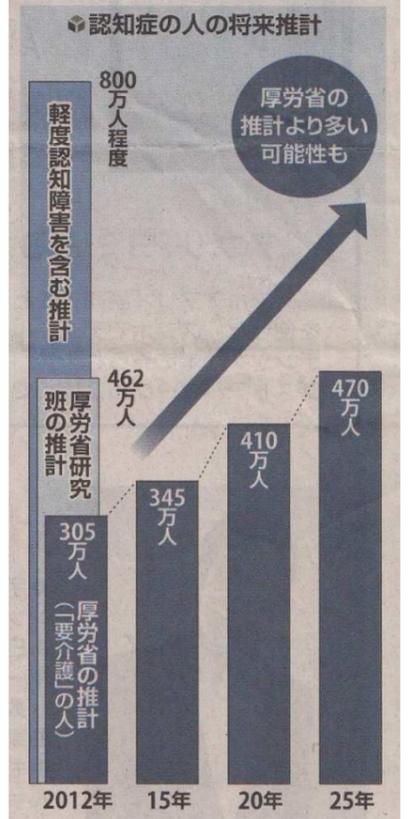


日経新聞資料より

たと思われず。本イベントで認知症の方御本人が自らの言葉でそのメッセージを世界に向けて発信されました。こういったことは、認知症に関する社会の見方を変えるきっかけとなりました。それと同時に、多くの認知症の方に希望を与えたことと思います。認知症の方御本人やその御家族にしか分からない視点を大切にしながら、認知症施策を推進していきます。」という内容です。

次の後継イベントは、来年2月にアメリカ政府の主催により「アルツハイマー病研究」をテーマに開催される予定です。

当法人でも、平成15年から介護事業に着手し、認知症の患者様、利用者様に対し、治療及び介護サービスを提供してまいりました。しかし、今回の認知症サミットで声が上がったように、今までは「支える側」の視点で施策が作られ、それに準じてサービスが提供されてきたように感じます。私たちが今、力を入れている非薬物療法（山療法）の中にも、もっと利用者様の声を反映し、改善できる部分があると実感しました。これから、ご本人やご家族に焦点をあて、その声を生かしたサービスの提供に務めてまいります。



読売新聞資料より