

2025年10月発行 第477号

季刊秋号

曙光



CONTENTS

精神疾患の話	2
地域連携室だより	3
栄養課だより	3
行事 納涼秋祭り	4
OT だより	6
デイケアたんぽぽだより	6
安全標語	7
新人紹介	7
訪問看護だより	7



医療法人社団 緑誠会

光の丘病院



精神疾患の話 ～正常圧水頭症について～

頭の中で脳は髄液という水に浮いており、この水が脳を衝撃から守ってくれています。正常圧水頭症とは髄液の再吸収障害が原因で脳室が拡大し、脳を圧迫することで障害を引き起こしているにも関わらず、髄液圧が正常範囲内であることが特徴です。3大症状として、歩行障害や排尿障害、認知障害等の症状をきたします。クモ膜下出血や髄膜炎、頭部外傷等に続発する続発性正常圧水頭症が 70 ～ 80%を占め、原因の明確でない特発性正常圧水頭症が 20 ～ 30%を占め、高齢者の 1 %に発症します。

好発年齢

60 歳以降増えてきます。特に 70 ～ 80 歳代に多く、男女差はありません。

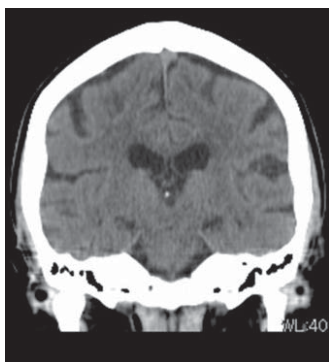
3 大症状

- ① 歩行障害：小刻み、すり足、転倒しやすい、足を広げて歩く。
- ② 排尿障害：過活動性膀胱、尿意切迫、尿失禁。
- ③ 認知障害：物忘れが多くなり、自覚性が低下する。趣味への興味が薄れる。
認知症の 5 %を占める

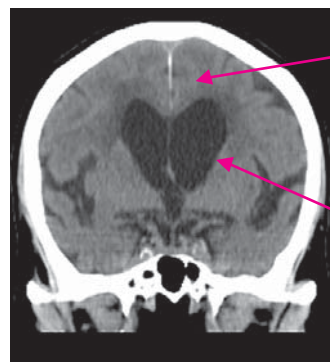
検 査

頭部CT検査：脳室拡大、高位円蓋部の脳溝の狭小化、シルビウス裂や脳底槽は拡大する。
頭部MRI検査：脳室周囲の白質において、T2強調像やFLAIRで高信号を認める。
タップテスト：腰から髄液を 30ml 抜く。正常圧水頭症であれば髄液を抜けば症状が改善します。

【高齢者のCT画像】



<正常頭部CT画像>



<正常圧水頭症のCT画像>

脳溝の狭小化

脳室拡大

治 療

全身麻酔下でシャント手術を行うと約 80%の患者さんで症状が改善を認めます。シャント手術には①V-P シャント：脳室と腹腔をつなぐ方法や②V-A シャント：脳室と心房をつなぐ方法などがあります。

3 大症状が全て認められる患者さんは 60%であり、1 つでも症状があり、頭部CT検査で脳室の拡大を認める場合は疑う必要のある疾患です。

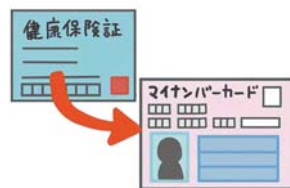


(医師：山根 美智子)

地域連携室だより ～保険証ってどうなるの?(保険証の移行について)～

2024（令和6）年12月2日をもって、保険証の新規発行は終了され、マイナ保険証を基本とする仕組みとなっています。

後期高齢者保険証・国民健康保険証は、7月末で期限満了。会社員等の健康保険証は、有効期限が記載されていない場合も、2025（令和7）年12月1日までしか利用できません。



従来の保険証の期限満了後は、マイナ保険証か資格確認書を病院に提示いただくようお願いしております。

マイナ保険証とは？

マイナンバーカードを取得され、保険証としての利用登録（ひも付け）が必要です。
※カード自体の期限（10年）、電子証明書（5年）の有効期限に注意してください。

資格情報のお知らせ

マイナ保険証をお持ちの方に届きます。機械認証がうまくいかない場合等に使うものです。このお知らせ単体では受診はできないので、マイナ保険証とセットで保管してください。

資格確認証とは？

マイナンバーカードが未取得、マイナ保険証の利用登録していない方が、保険資格を確認できるための証明です。これまでの保険証と似たような外見です。

～制度移行期で複雑ですが、マイナ保険証を持ってなくても受診はできる仕組みとなっています。不明点がありましたら、受付・連携室スタッフへお声かけください。

（※2025年8月時点の情報です。詳細は各自治体等にお問い合わせください）

（地域連携室 精神保健福祉士：新田 美奈子）

栄養課だより ～食と認知症予防の関係～

食を通しての疾患予防・認知症予防については、海外でも注目されています。代表的なものに【地中海食】があります。イタリア・フランスなどの地中海沿岸地域で食べられており、心疾患・生活習慣病の予防効果があり、認知症予防にも関係しているとされています。

地中海食の特徴

1. 果物や野菜を豊富に摂取する
2. 乳製品や赤身肉より魚を多く摂取する
3. オリーブオイル・ナッツ・豆類・全粒粉を摂取する
4. 適量のポリフェノールを摂取する



一部の魚にはドコサヘキサエン酸（DHA）が多く含まれています。野菜や果物には食物繊維や抗酸化作用のあるビタミン・ポリフェノール、大豆にも抗酸化作用の高いイソフラボンや食物繊維が多く含まれています。

これらの栄養素が多く含まれているバランスの良い食生活は認知症の発症リスクを下げると言われています。

（管理栄養士：田邊 みのり）



今年も、納涼秋祭りを開催しました。当日はあいにくの雨模様でしたが、急遽会場を室内に変更して実施することができました。

納涼秋祭りの様子をご紹介します。



屋台の味



当日までの一週間、お祭り気分を盛り上げる特別メニューを患者様に提供しました。焼きそば・たこ焼き・わたあめ等、懐かしい屋台の味に皆様の表情も自然とほころび、食事の時間も一層楽しいものとなりました。

ランタン



会場内に飾られたランタンは、患者様が数か月前からこの日のために制作したペットボトルのランタンです。慣れない作業に戸惑いながらも、色紙を貼り付けたり、ビーズで飾りを作ったりと一つ一つ丁寧に作りました。完成したランタンに明かりを灯すと、温かい光に包まれ、参加された方々を笑顔にすることができました。

花火!!

当院の敷地内から花火を打ち上げました。

患者様にはそれぞれ病棟の室内から花火を楽しんでいただきました。皆さん目を輝かせながら見られており、「わあ、きれい!」「すごい!」といった声が多く聞かれました。



光の丘病院
9月20日(土)
納涼秋祭り

書道!! 初パフォーマンス

今年新たに、『Art 書道家 橋本雅弘』さんに書道パフォーマンスを披露していただきました。



「ひかりのおか」とダイナミックに書き上げ、それらの文字が見事に組み合わせさり「絆」という力強い文字が浮かび上がった際には、会場から大きな拍手と歓声がありました。



外来通路に展示しておりますので、ぜひご覧ください。



「夢」と書いた文字をひっくり返すと「愛」という文字が浮かび上がってきました。

ふくびじん



福太鼓



そして、今年も『ふくびじん』の皆様による華やかな踊りと、『福太鼓』の皆様による迫力満点の太鼓の演奏で、会場は大いに盛り上がりました。患者様のなかには、リズムに合わせて体を揺らしている方や、手拍子しながら楽しまれている方も大勢おられました。

「失語症を呈した認知症患者に対する作業療法実践について」という演題でポスター発表を行いました。スライド発表よりも参加者との距離が近く緊張しましたが、会場から「失語症に関する事例が少ないので勉強になりました」といった感想や質問をいくつかいただきました。

また、多職種の方の講演を見聞きすることで、認知症に焦点を当てた様々な研究や取り組みについて知ることができ、とても勉強になった2日間でした。特に印象に残ったのは自分の母親を20年以上介護された藤川幸之助さんの講演です。「当時、私は母を叱ってばかりいましたが、もっと母の話を聞いてあげればよかった」と自身の体験を交えて語られ、認知症患者様に対する自身の行動や言動が適切であるかどうか改めて考えさせられました。今後も日々の中で、患者様の気持ちに寄り添う関わりができるよう意識していきたいと思います。

(作業療法士：槇原 楓)



デイケアたんぽぽだより

紹介ポスター・チラシをリニューアルしました。

デイケアでは、専門スタッフによる様々なプログラムを通して、心と体のサポートをしています。そのなかで、自分らしい生活を送れるようお手伝いをしています。

「デイケアってどんなところだろう」など興味をもたれた方は、一度見学してみませんか？実際の雰囲気を感じていただき、気になることや不安なことについて、お気軽にご相談ください。

ポスター・チラシは当院外来待合室に設置しています。

気になられた方は外来職員にお声がけいただくか、主治医にご相談ください。

(デイケアスタッフ一同)

光の丘病院 デイケアたんぽぽ

こんな悩みはありませんか？

- ☐ 自分の病気や障がいについて知りたい
- ☐ 運動不足が気になる
- ☐ 生活リズムが崩れている
- ☐ 人付き合いに自信がない
- ☐ 家族以外との交流の場がほしい
- ☐ 楽しみを見つけたい
- ☐ 復学や復職について相談したい

デイケアたんぽぽはこんな所です

こころの不調により、生活の中で暮らしていくさを抱えている方が、地域で生活しながら、プログラムを通してリハビリテーションを行う場所です。

医師・看護師・精神保健福祉士・公認心理師
作業療法士など、多職種でサポートします

1日の流れ

時間	内容
9:00	デイケア
10:00	9:50 朝礼
11:00	午間のプログラム
12:00	11:50 昼食・休憩
13:00	午後プログラム
14:00	13:50 デイケア終了
15:00	14:50 ナイトプログラム
16:00	15:50 夕食
17:00	16:30 ナイト終了

利用の流れ

- 主治医にご相談ください
- 見学や体験の調整を行います
- 手続き後、通所可能となります
※手続きはお手伝いできます

送迎について

方面	送迎手段	頻度
府中・新市方面	アシナタクシー	毎日
駅家・神辺方面	マイクロバス	毎日
松永方面(松永駅)	乗用車	火・木
福山方面(福山駅)	乗用車	水

【ポスター】

光の丘病院 デイケアたんぽぽ 利用者募集中

「デイケア」とは、心の不調により、生活の中で暮らしていくさを抱えている方が、地域で生活しながら、リハビリテーションをする場所です。

デイケアでできること

- 決まった場所に集う練習 (習慣作り)
- 健康管理
- 困ったことを相談
- 仲間づくり
- 楽しみや好きなことを見つける
- 安心できる居場所づくり
- 病気の付き合い方を学ぶ
- 就労支援

利用時間

月曜日～金曜日
 デイケア 9:30～15:30 デイナイトケア 9:30～19:30

☆詳しくはQRコードからごいただけます→

見学だけでも大歓迎！
興味のある方は、主治医・看護師にお声がけください。

問い合わせ 光の丘病院 デイケアたんぽぽ
☎ 084-976-1415

【チラシ】

安全標語

毎年厚生労働省では、7月1日から一週間「全国安全週間」を実施しています。

今年で98回目となる全国安全週間は、労働災害を防止するために職場での安全に対する意識を高め、安全を維持する活動の定着を目的としています。今年も院内で標語を募集し、過去最多の応募がありました。

最優秀賞：小さなヒヤリも進んで提出
皆に広がる安全意識

4病棟：江種 円香

優秀賞：チーム医療 言葉交わし確認し
安全届ける 笑顔の医療

連携室：鍵森 真里那

優秀賞：築こう良好なコミュニケーション
目指そう安心職場

事務部：佐藤 若美

これからも、皆さまが安心して医療を受けられるよう、安全な医療の提供に努めてまいります。

新人紹介



新人さんへの質問：①好きな食べ物は？ ②学生時代の部活は？
③〇〇の秋といえば？その理由 ④私の趣味

【調剤助手】

ひらた ゆの
平田 結乃

- ①グラタン
- ②ソフトテニス部・軽音楽部
- ③旅行 ～出かけるのにいい気候なので！～
- ④ゲーム

訪問看護だより ～訪問看護について～

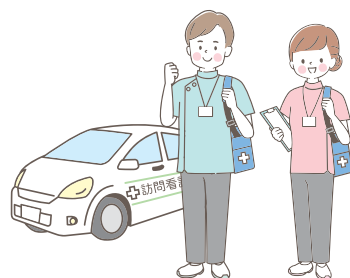
利用できる方：原則、当院外来通院患者様

利用者の方やご家族のもとに定期的に訪問し、ゆっくりお話を伺います。

院内の部署だけでなく、行政・地域包括支援センター・介護サービス・作業所などとも連携をとり、多職種で利用者やご家族を支援いたします。

薬の管理が1人では不安、生活の中での困り事がある、悩み事を聞いて欲しい、人と関わる機会が少ないため誰かと関わりたい、生活リズムを整えたいなどを理由に利用されている方も多いです。

家庭や地域の中でより安定した生活を送れるよう、問題の解決や改善を一緒に考えていきましょう。



※ご利用をお考えの方は主治医、外来看護師、地域連携室にお声掛けください！

（訪問看護スタッフ一同）

外来担当医表

10月から外来担当が
一部変更になりました

診療時間		月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	1診	院長	藤原	院長	石岡	徳岡	石岡
	2診	藤原	城戸 (9:30から)	白川	稲田	山根	徳岡
	3診	阿辻			由田		
午後 15:00~16:30	1診	稲田		中田	石岡	徳岡	
	2診	阿辻	城戸	白川	由田	山根	
	3診						
休診日	日曜日・祝日						

管理者 馬屋原 健

※初診の方は予約制となっております。

あらかじめ、お電話でご予約をお取りください。

※外来担当医表は10月現在

予約や受診に関するご相談は、地域連携室まで

TEL. 084-976-1415

お問い合わせ時間：月～土 8:30～17:00（祝日は除く）

アクセスMAP



当院の理念『3C』

Comfortable Life

人々の生活の中に、安心感をもたらす医療サービスを提供する。

Counseling Mind

カウンセリング・マインドに基づいて、人々に奉仕する。

Community Network

院内により深く、そして地域社会により広く、保健、医療、文化、福祉サービスのネットワークを広げていく。

患者さまの権利

- 良質な医療を公平に受ける権利があります。
- ひとりの人間として、その人格・価値観を尊重されます。
- 病気、治療などについて、十分な説明と情報を受ける権利があります。
- 十分な説明と情報を受けただうえで、治療方法などを自らの意思で決定する権利があります。
- 病気の治療等について、病院外の医師からも診察や意見を求める権利があります。（セカンドオピニオン）
- 自分の病気についての情報開示を求める権利があります。
- 治療の過程で得られた個人情報の秘密が守られる権利があります。

編集後記

朝夕はようやく過ごしやすくなってまいりました。巷ではクリスマスケーキやおせちの予約をちらほら見かけ、1年が過ぎていく早さを実感している今日この頃です。

小学生の頃から、欠かさず年賀状をウン十年書いて送っていますが、最近は年毎に年賀状の需要も減ってきているようです。デジタル時代で便利にはなっていますが、年賀状に限らず何かと日本の古き良き時代の習慣が減りつつある寂しさを感じるのは私だけでしょうか。

（広報委員：門原 前原 桐原）

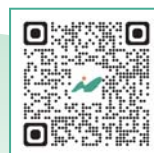


医療法人社団 緑誠会

光の丘病院

〒720-1147 広島県福山市駅家町向永谷302番地
TEL.084-976-1415 FAX.084-976-0954

広島県認知症疾患医療センター
TEL.084-976-1412



二次元コード または
下記ホームページからも
「曙光」をご覧ください

光の丘病院

検索

<http://www.hikarihp.com/>