

節分ですね

みなさまご存じのとおり、2月3日は節分ですね。



みなさまは、大きな声で豆まきをしていらっしゃるでしょうか。私は、小学校6年生くらいまでだったでしょう。大人になってからは豆をまくことすらしなくなってしまいました。そんな中、わたしの母親は毎年、大きな声で豆まきをしています。気がつけば、歳の数だけ豆を食べるのもだんだんきつくなってきた、自分の年齢を実感しています。

家に入ってくる災厄を追い払うために「鬼は外」といいながら玄関から外に向かって豆をまき、家の中に福を招き入れるために「福は内」といいながら家の中に豆をまきますよね。ハロウインのカボチャちゃんも災厄を追い払う目的で、家の玄関に置かれるそうです。欧米の風習にも同じような意味があることを知り、親しみを覚えました。

今年は久しぶりに、母親に負けないように大きな声で豆まきをしてみようかと思っています。

リハビリテーション課

小林 宏樹

特集『胃瘻』第2回「食べるための胃瘻」

今回のテーマは「食べるための胃瘻」です。胃瘻を作るともう二度と口から食べられなくなるのではないかと思う方がいます。しかし、胃瘻と口腔ケア、摂食嚥下リハビリテーションによって再び口から食べることが可能となる方がいます。そのために胃瘻が果たす役割と口腔ケア、嚥下リハビリテーションについてご紹介します。

病気により口から食べられず、低栄養や脱水となってしまう場合があります。しかし胃瘻があればそこから必要な栄養、水分を取り入れることができ、再び口から食べるための体力、気力を得ることができます。また、胃瘻は誤嚥（食べ物が気道に入ってしまう）の危険を減らし、十分な栄養をとることが可能です。

薬によっては注射薬がないものがあり、口から食べることが困難になると必要な薬を摂取できなくなることがあります。そのような場合でも、胃瘻を用いて必要な薬剤を投与し、病気の治療をすることができます。薬によって体調が回復すれば、口から再度食べるためのリハビリテーションに備えることができます。

胃瘻に加え、口腔ケア（口腔清掃）も口から食べるための備えとしてとても大切です。口腔ケアは感染症を予防させ、口腔ケアを行ったグループは行っていないグループと比べ、肺炎による死亡数が半数であるという報告もあります。

摂食嚥下リハビリテーションには、唇や舌の運動や呼吸訓練、発声訓練など様々な方法があります。また、実際に食べ物を使うこともあります。胃瘻からの栄養・薬物摂取とリハビリテーションによって3食、口から食べられるようになる方もいます。摂食嚥下リハビリテーションは主に言語聴覚士（ST）が行います。嚥下リハビリテーションについて詳しく知りたい方はぜひSTにお尋ねください。

胃瘻は口から食べることをあきらめさせるものではありません。胃瘻からの安定した栄養と薬剤の摂取は体力を回復させ、それと同時に気持ちも前向きなものになることでしょう。

胃瘻は再び口から食べるために、非常に有効なものであると言えます。

文責 言語聴覚士 水谷真衣

*参考文献：「嚥下障害とPEG」

編集：三原千恵 フジメディカル出版



チーム紹介⑧

2階



皆様こんにちは。2階は、利用者様同士の交流も多く、職員、利用者様ともに賑やかに… それを通り越して騒々しいときすらありますが日々楽しく過ごして頂いております。

まだまだ寒い日が続きますので、皆様が体調を崩さないよう毎日を過ごして頂けるよう職員一同健康管理に努めてまいります。また日々の生活の中で疑問点、相談などございましたらお気軽に職員まで声をかけて頂ければ幸いです。

(写真左奥より) 東城、保谷、鈴木、佐々木、高比良、中島、吉田、香本、小西、山尾、川口、鈴木、宅田、橋口、石塚、長埜、福島、遠間

↓ (左より) 松浦、柿崎、赤羽、弥永



クリスマス会



入所のクリスマス会の様子です。職員の出し物等で盛り上がりました。

クリスマスディナー
クリスマス会
での食事です。



平成25年 リハビリ課 目標



私のふるさと自慢

今回は私の故郷である長野県諏訪市を紹介します。諏訪市は長野県南信地方の市で、諏訪湖に隣接する工業都市です。また、上諏訪温泉、諏訪大社の上社（本宮）、霧ヶ峰高原を抱える観光都市でもあります。なかでも全国的に有名なのが【諏訪湖祭湖上花火大会】と7年に一度行われる【御柱祭】です。

湖上花火大会は毎年8月15日に行われ、総打ち上げ数は国内最大とされていますが、一番の良さは音にあります。周囲を山に囲まれた地形のため、10号玉花火の爆裂音が山々に響きわたり、反響した余韻が内蔵まで届く臨場感は都内の花火大会では味わうことはできません。



御柱祭は7年に一度4月と5月に行われる日本三大奇祭の一つです。起源は五穀豊穡などを祈願するもので平安時代以前から行われていました。皆さんもニュースで屈強な男達が御柱と呼ばれる大木に跨っているのを目にしたことはありませんか？これは【木落し】と呼ばれ、傾斜約30度、距離100mの坂を滑り降りる行事です。過去に幾人もの死傷者を出してきました。諏訪大社（上社）では美しさを重視し、諏訪大社（下社）では勇敢盛大さが重視され、最後まで振り落とされずに無事乗り切った者は「英雄」と賞賛されます。そのため昔から『男見るなら七年に一度、諏訪の木落し、坂落とし』と歌われています。

次の御柱祭は5年後の2018年に開催されます。

少しは諏訪市に興味が出てきたでしょうか？二つの祭りは一見の価値があります。立川駅からは「あずさ」に乗って約1時間40分。日帰りもできる距離です。皆さんも機会があれば是非、諏訪市にお越しください。

作業療法士 山田尚平