

やすらぎ

2019.
Vol.15

栗田病院グループインフォメーション——P11

栗田病院レビュー——P9

ほのぼの通信・つばさ通信——P8

健康レシピ——P7

栗田病院グループ施設紹介——P5

くりたのげんば——P4

特集——P1

誤えん性肺炎 「オーラルフレイル」最前線



がんばろう! 日本 

栗田病院グループインフォメーション

栗田病院グループスタッフ募集

栗田病院		社会福祉法人 長野南福社会	
募 集 職 種	看護師【常勤・パート】……… 若干名 看護助手【常勤】……… 若干名 ※夜勤業務可能な方大歓迎!	募 集 職 種	介護職員【常勤・パート】……… 若干名 看護職員【常勤・パート】……… 若干名
勤 務 時 間	日勤／8:30～17:00 夜勤／16:30～9:30 ※上記時間以外もご相談ください。	勤 務 地	勤務地についてはご相談ください。
給 与 ・ 休 日	規定による (日勤常勤のみでも正社員となります)	勤 務 時 間 給 与 ・ 休 日	法人規定による シフト勤務による週休2日制
お問い合わせ	☎026-226-6510 (人事課直通) mail:jinji@kuritahp.or.jp	お問い合わせ	☎026-217-2397 (法人本部／久保) mail:honbu@minamifukushi.or.jp

●職場見学等、お気軽にお問い合わせください

栗田病院外来担当医表

(2019年11月1日現在)

内科外来													
曜日		月		火		水		木		金		土	
第1診察室		一由		交代制		倉石(章)		一由		三井		休診	
専門外来〈完全予約制〉													
曜日		月		火		水		木		金		土	
		児童・思春期		睡眠		児童・思春期		物忘れ		アルコール			
第2診察室		吉川		荒井		吉川		田中		稲田		休診	
心療内科・精神科外来													
曜日		月		火		水		木		金		土	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
第3診察室		(初診)予約 渡邊	—	(再診)予約 中田	(再診)予約 中田	(初診)予約 吉川	(初診)予約 吉川	(再診)予約 安達	(再診)予約 安達	(初診)予約 安達	—	—	休診
第5診察室		(初診)予約 小島	(初診)予約 小島	(初診)予約 荒井	—	(再診)予約 荒井	(再診)予約 荒井	(初診)予約 矢崎	(初診)予約 矢崎	(再診)予約 吉川	(再診)予約 吉川	—	
第6診察室		(再診)予約 金山	(再診)予約 金山	(再診)予約 矢崎	(再診)予約 矢崎	(再診)予約 田中	(再診)予約 田中	(再診)予約 萬羽	(再診)予約 萬羽	(初診)予約 竹内	(初診)予約 竹内	—	
第7診察室		(初診)予約 倉石(三)	(初診)予約 倉石(三)	(再診)予約 竹内	(再診)予約 竹内	(再診)予約 倉石(和)	(再診)予約 倉石(和)	(初診)予約 田中	(初診)予約 田中	(再診)予約 倉石(三)	(再診)予約 倉石(三)	(再診)予約 倉石(和)	
第8診察室		(再診)予約 稲田	(再診)予約 稲田	(初診)予約 金山	(初診)予約 金山	(初診)予約 萬羽	(初診)予約 萬羽	(再診)予約 小島	(再診)予約 小島	(再診)予約 渡邊	(再診)予約 渡邊	—	

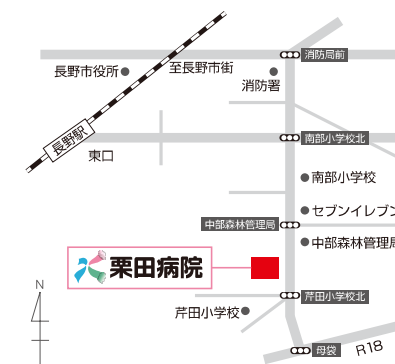
栗田病院

■診療科目／内科・心療内科・精神科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・歯科・小児歯科

■診療時間／月～金曜日 午前 8:30～12:30(8:30～12:00)
午後 13:30～17:00(12:30～16:30)
(受付時間)
土曜日 午前 8:30～12:30(8:30～12:00)

※初診(予約制)／月～金曜日:原則午前中のみ ※()内時間は受付時間

■休 診 日／内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科／土・日・祝休日
心療内科・精神科／土(午後)・日・祝休日
歯科・小児歯科／水(午後)・土(午後)・日・祝休日
健診センター／土・日・祝休日



〒380-0921 長野市栗田 695 TEL.026-226-1311 (代) FAX.026-224-8673
地域連携室専用／TEL.026-224-3961 健診専用／TEL.026-226-0007 歯科専用／TEL.026-269-0011
HP <http://www.kuritahp.or.jp>

誤えん性肺炎 ～オーラルフレイル最前線～

「肺炎」なのに「歯科」？

「肺炎」なのに「歯科」なの？そんな疑問符が頭の中につきましたか？

「誤えん性肺炎」とは「誤えん」が原因で起こる肺炎のことです。「誤えん」とは、食べ物や飲み物、自分の唾液が本来進むべき食道から胃へ進まず、気道から肺のほうへ進んでしまうことを言います。そして、現代の死亡原因の第3位に肺炎が浮上してきたのは、誤えん性肺炎の増加によるのです。

なぜ誤えんが起きるのか

私たちの身体は気道に食物や飲み物が進入しようとする、「ムセ」という反射が起きて排出しようします。「ムセ」の力が弱くなったり、「ムセ」が出なくなってしまうたりして、しばしば誤えんが起きます。そして、原因として「オーラルフレイル（口の虚弱）」が今盛んに取り沙汰されています。

内閣府2016年6月の閣議決定の中の一文をご紹介します

「具体的な施策」

◆高齢者のフレイル（虚弱）段階での進行防止（フレイル対策）のため、地域における介護予

防の取組を推進するとともに専門職による栄養、口腔、服薬などの支援を実施する（2016年度より）。また、フレイルの前段階（プレフレイル）からの予防対策として、虚弱な高齢者でも容易に参加できる、身近な場での住民主体による運動活動や会食その他の多様な社会参加の機会を拡大する。あわせて、後期高齢者医療における保健事業の在り方を検討し、事業の効果検証を行ったうえでガイドラインを作成し、2018年度からフレイル対策の全国展開を図る。

◆新しい運動・スポーツの開発・普及等や職域における身近な運動を推奨することで、取り組みやすい健康増進活動を普及するとともに、介護予防の現場などで高齢者の自立への動機付けを高めることのできる、運動・スポーツを取り入れた介護予防のプログラムの充実に取り組む。あわせて、老化メカニズムの解明等を進める。

以下まだ内容は続きますが、ようは「皆さん健康で長生きしましょう。」そのために国は考えて研究しましたよ。と、東京大学 高齢者社会総合研究機構（ジェントロジー・総合老年学）の教授 飯島勝矢 先生の研究チームの研究結果から閣議決定されたのです。

おすすめ予防法

当院歯科では「あいうべ体操」を皆さんにお勧めしています。3回の食前に10回ずつ行うことが基本ですが、ご自分のペースで習慣的に行うことが効果的です。そして、口のまわりだけでなく体調の良い変化も期待できます。もともとは気道を広げ口呼吸の患者さんを鼻呼吸に導く為の体操として内科医師によって考案されたものなのです。

あいうべ体操の効果

あいうべ体操を行うと、口呼吸から鼻呼吸へ自然と変わります。鼻呼吸は気道を塞ぐことがない為、口呼吸が原因の睡眠時無呼吸症候群の改善に繋がります。さらに、舌の筋肉が鍛えられることにより、イビキが改善すると言われています。また、口を閉じることで口の中の乾燥を防ぎ、だ液の殺菌作用が上がります。

あいうべ体操の方法

- ①「あ」口を大きく開ける
縦の楕円形に近くなるようにして、喉の奥が見えるくらい口を大きく開ける
- ②「い」口を横に開ける
ほおの筋肉が両方の耳の前に寄る感じがするくらいが目安。首に筋が浮き出るくらいに
- ③「う」口をとがらせる
思い切り唇を前に突き出すようにする
- ④「べ」と舌を伸ばす
舌の先を下あごの先端まで伸ばすような気持ちで、舌を出す

「歌う」こともトレーニングになります。カラオケや歌声喫茶、お風呂場などで大いに歌いましょう。
「おしゃべり」はもっとも有効なトレーニングと言えます。
気のあった友人とランチやお茶をしながら、楽しくおしゃべりしましょう。
「おいしくご飯が食べられますように」



栗田病院歯科・小児歯科
歯科医師 大井晃子

予防はどうしたらいいか

口がしっかり機能するようにケアし、不調があれば歯科医師へ相談しましょう。唇、舌、頬の筋肉を鍛えることをお勧めします。この筋肉が協力して動くことで、唇で食物を取り込み、舌と頬で歯の上に食物を集め、舌で喉に食物を送り込むという、一連の「えん下」ができるのです。「誤えん」とはこの「えん下」を誤（あやま）る、すなわち「やりそこなう」ことなのです。



あいうべ体操

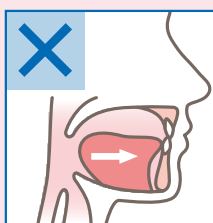
人間本来の鼻呼吸で
免疫力をアップ！

口を大きく「あ～い～う～べ～」と動かします

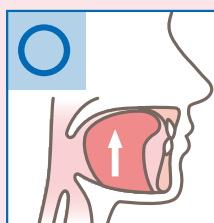
1セット 4秒前後 / 1日30セット(3分間)を目標にスタート！



●出来るだけ大きめに、声は少しでOK！ ●あごに痛みのある場合は「い～う～」でもOK！
お風呂で、トイレで、通勤途中に、親子で。いつでもどこでも思い出したらやってください。



舌が下がっている



適正な舌の位置

あいうべ体操で舌を鍛えて
正しい位置に！

- ★ペロの位置は上あごにぴったり！
- ★ため息は厳禁！
- ★ペロは「あいうべ体操」で！
- ★しっかり伸ばして健康に！

あいうべ体操について詳しく知りたい方は公式サイトへ

<https://mirai-iryou.com/aiube/>

出典：みらいクリニック 院長 今井一彰 先生



『誤えんを知る』

栄養科の取り組み

◆はじめに

「入院中の楽しみは、食事です。」と話して下さる患者さんがいます。
 食べる事は、元気の源。健康の糧です。献立をみては、楽しみに待っている食事である様に努めています。

病院の食事は、栄養量の面（エネルギーや蛋白質、ビタミン、塩分量など）を満たし、また、年2回行なっている嗜好調査結果を踏まえ、嗜好面でも出来るだけ人気の高いメニューを取り入れています。

◆口腔ケアの大切さ

解剖学的にえん下の仕組みや誤えんのことを学んでいく中で、口腔ケアの大切さを学習しました。

加齢や病気などで、のどや舌の筋肉が衰えてくると食べ物うまく食道に送り込めず、誤って気道に入ることを「誤えん」と呼びます。

口の中には、肺炎の原因となる病原菌がひそんでいる事もあり、これらの病原菌が食べ物と共に肺まで入ると肺炎を起こします。これが「誤えん性肺炎」です。

◆栄養科の取り組み

年々患者さんの年齢も上がってきています。1人で食べられていた患者さんも高齢化に伴い、飲み込む力が弱まってきた時、病院では「きざみ食」・「ミキサー食」とろみをつけた「とろみ食」を用意しています。

食べたり飲んだりしにくい食材

①さらさらした液体



水、お茶、ジュースなど

②お口の中でまとめにくい物、バラバラになる物



ひき肉、豆類、こんにゃくなど

③バサバサしている物、乾燥している物



焼き芋、パン、カステラ、焼き菓子など

④粘度の高い物



もち、だんご、とろみ剤の誤使用など

⑤噛み切りにくい物



肉、いか、たこなど

⑥お口の中やのどに付着しやすい物



最中の皮、ウエハース、海苔、煮豆の皮など

口への取り込み、咀嚼、食塊形成しにくい食品はミキサーにかける。あんかけにする、とろみをつけるなどの工夫をして食べやすくしています。

1日の中で、水分を摂取する事はとても大切です。お茶をうまく飲み込めない方には、病棟で、とろみをつけたとろみ茶を作って出しています。

栄養委員会の中で研修会を開き、とろみが濃くなると、実際に飲んでみて、口の中で飲み込みにくく、べたつきを感じる、またお茶の味も落ちる事がわかりました。

病棟では、とろみの濃度を一定にするために、お茶の量、とろみ剤の量を測って作るようにしています。

普段から、のどや舌、口の中の筋肉を鍛えておくためにも、食事はよくかんで食べる事をお勧めしています。1口で30回かむのが良いでしょう。

口の中の雑菌を減らすために、また口の中の筋肉に刺激を感じるためにも、食後の歯磨きをし、清潔にしましょう。入れ歯もきれいにしておきましょう。

えん下困難になった時には、病棟の看護職員、歯科の職員とも連携をとり、少しでも長くできるだけ口から食べられるように、工夫しています。

くりたのげんば

歯科衛生科

このコーナーでは、当院各部署が担うそれぞれの機能についてご紹介していきます。

当院には様々な種類の病棟の他、歯科センター、デイケアセンターなどがあり、患者さんの病状に合わせて治療を行なっています。今回は歯科治療を行なう歯科衛生科を紹介します。

●歯科衛生科の特徴

歯科・小児歯科を診る歯科センター内の部署で、歯科医師、歯科衛生士、歯科助手が在籍しています。

精神科や内科の外来とは建物を別に構え、歯科専門の外来として、「誰でも美味しくご飯を食べられま



歯科センターの外観



歯科センター診察室

●歯科の取り組み

外来の患者さんへの保険診療及び保険外のホワイトニングなどの施術はもちろん、入院中の患者さんの治療や、病棟から依頼があれば病棟まで行き、患者さんのベッドサイドで口腔ケアなども行なっています。

●スタッフの特徴

笑顔の絶えないスタッフです。小さなことも相談、連絡し円滑に業務が進むように配慮しています。



歯科衛生科スタッフ

大井先生からひとこと

口腔内環境が不衛生な方にこそ、「歯磨きをする」と食事が美味しい」「歯磨きをする」と気持ちがいいといった体験をしてほしいと思っています。

当院に入院されている患者さんに対して、も口腔ケアを含めた治療を行なっており、患者さんだけでなく、ご家族からも喜ばれています。

特別養護老人ホーム

真島の里

「真島の里」は長野市真島町に社会福祉法人長野南福祉会が開設した特別養護老人ホームです。

●真島の里 施設案内

真島の里は、要介護1～5に該当する方で、認知症に伴う記憶障害や見当識障害、徘徊・不安・せん妄等の症状のある方、加齢等に伴い食事・排泄・入浴等に介護が必要な方を対象とした施設です。

ご利用者様のQOL（生活の質）と生活機能の維持、向上を目指し利用者さんが元気になるよう「自立支援ケア」による取り組みを行っています。

真島の里では、症状の進行度合いに応じて、よりきめ細やかに対応できるよう、「あゆみ」「ひかり」「のぞみ」「ゆうし」の4つのグループを整えました。

それぞれハード、ソフト両面から専門的なサービス提供に努め、安心・安定した生活が送れるよう援助しています。

あゆみ

歩行、食事、排泄等ができる方

ひかり

認知症はあるものの意思疎通が取れる方

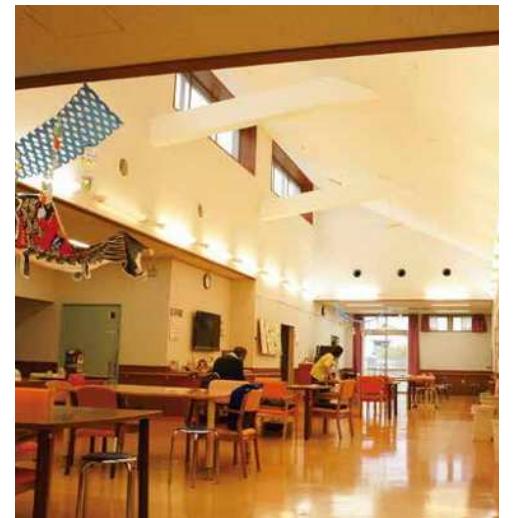
のぞみ

ほぼ寝たきりとなっている方

ゆうし

徘徊等認知症状が顕著で細やかな介護を必要とする方

利用者さんがより健康に、かつ喜びをもって生活していただけるように、真島の里では、旬の食材を取り入れ、栄養のバランスのとれた食事を提供し、利用者さんの身体状況や栄養嗜好などを考慮した四季折々のメニューで利用者さんの健康保持に努めています。



●真島の里 施設概要

運営主体
社会福祉法人長野南福祉会

施設名称
特別養護老人ホーム 真島の里

事業の種類と定員
介護老人福祉施設／定員90名
短期入所生活介護（ショートステイ）／定員10名

所在地
〒381-2204 長野市真島町真島563-2

電話
026(285)5571
FAX
026(285)5573



特別養護老人ホーム

七二会荘

●七二会荘 施設案内

七二会荘は平成22年4月に広域連合から移管されました。身体上または精神上著しい障害があるため、食事・入浴・排泄・徘徊等に介護が必要なお年寄りが対象です。また、利用者の心身の状況やご家族（介護者）の社会的理由などによって、一時的に入所（ショートステイ）することもできます。居宅介護支援事業も行っています。

●施設の特徴

七二会荘は本入所70名、短期入所4名、合計74名の定員の特別養護老人ホームです。

建物は2階建て、居室は4人1部屋の従来型多床室で3グループから構成されています。施設の真ん中には地域の交流イベントや利用者様の憩いの場となっている中庭もあり、夏には、地域の子供からお年寄りまで大勢参加する夏祭りを開催するなど、多くのボランティアの皆さんと地域の皆様に温かく支えられて運営しています。

●居宅介護支援事業

居宅介護支援事業所とは、要介護（1～5）の認定を受けた方が最適な介護サービスを受けることができるようサポートをしてくれる専門家、ケアマネジャーが所属する場所です。自宅で介護保険サービスを利用するために必要なケアプランを、ケアマネジャーが作成・管理するようになります。自宅で介護を受けている要介護者が、適切に居宅介護支援サービスを利用できるように、居宅介護支援事業所に所属するケアマネジャー（介護支援専門員）がサポートします。



七二会荘 盆踊り

●七二会荘 施設概要

運営主体
社会福祉法人長野南福祉会

施設名称
特別養護老人ホーム 七二会荘

事業の種類と定員
介護老人福祉施設／定員70名
短期入所生活介護（ショートステイ）／定員4名

所在地
〒381-3163 長野市七二会己1857

電話
026(229)2373
FAX
026(229)3788



健康レシピ 「時間栄養学」からみた食事時間の工夫

＊「時間栄養学」とは

健康と食事を考えると、「量」や「内容」に注目されがちですが、実は「時間」もとても重要である事が、体内時計の機能から明らかになってきました。体内時計については、2017年にこれを発見したアメリカの博士3人にノーベル賞が授与され、話題となりました。人を含むほとんどの生物は、地球が自転する事で起きる昼夜のリズムに合わせて代謝や睡眠などの活動を整えています。

この体内時計と栄養との関わりを探る新しい学問が「時間栄養学」です。

～時間栄養学による食事の工夫～

1. 朝食を食べて代謝スイッチON

体内時計は、日光を浴びたり、起きて2時間以内に食事をとることで1日の始まりを認識します。また、パンやご飯だけでなく、蛋白質や乳製品、野菜などバランスの良い食事が必要です。

3. 夕食は軽めに、20時までに。

20時以降の食事は脂肪を溜め込む働きがあるため太りやすい時間帯です。どうしても20時以降の食事となる場合は、炭水化物や油ものを減らし、野菜中心の食事にしましょう。

2. 高カロリーな食事は昼食に。 おやつは14時～15時に。

日中は活動量が多く、エネルギーを消費しやすいので、高カロリーのものや間食をするなら昼時がオススメです。

4. 12時間の間に3食を。 生体リズムを大切に。

朝食から夕食までが12時間に収まっていれば、体は持って生まれたリズムで動いていると考えられるそうです。

栄養満点！ スパニッシュ オムレツ

蛋白質を含む卵、チーズ、ベーコンや、食物繊維、ビタミンを含むブロッコリー、トマトの入ったスペイン風のオムレツです。お好みに合わせて、じゃが芋、青菜、ソーセージなど色々な材料を組み合わせで作れます。



材料(3人分)

- ベーコン 100g
- ブロッコリー 150g
- トマト 100g
- 卵 6個
- 牛乳 80ml
- チーズ 60g
- 塩・こしょう 少々
- オリーブ油 小さじ1

◆作り方

- ①ブロッコリーは、小房に分け茹でておく。
- ②ベーコンは1cm角に切る。
- ③トマトは1.5cm角に切る
- ④卵、牛乳、チーズを混ぜたところへ、ブロッコリー、ベーコン、トマトを加えてざっくり混ぜる。
- ⑤フライパンにオリーブ油を熱し、④を流し入れる。
- ⑥全体を大きく混ぜながら、半熟になるまで火を通し、平らにならす。
- ⑦ふたをして弱火で5分ほど焼く。



監修：栄養科 管理栄養士
田原 良子

栗田病院の2つのデイケア「ほのぼの」と「つばさ」についてのご紹介のページです！

◆時間 月～金(祝日は除く) 6時間
◆稼働日 月～金(祝日は除く)
◆連絡先 026(26)1331(代)

◆スタッフ 医師・看護師・作業療法士
◆保険制度 医療保険(他サービスと併用可)
◆連絡先 026(26)1331(代)

活動の一部を紹介します

運動プログラム

- ヨガマットを使用し、体操を行った後、輪投げやボーリング等のレクリエーションを行っています。
- えん下体操(バタカラ体操)も行っています。



ベアストレッチ



セラバンド

手芸

- 画用紙を千切ったり、巻いたり、上手に指先を使って作業を進め、作品を完成させました。



紙巻き



折り紙

重度認知症デイケア ほのぼの 通信

一日の過ごし方

重度認知症デイケア「ほのぼの」は、在宅で暮らす認知症の方が、日中を楽しく過ごしていただけるようお手伝いをしています。一人ひとりのペースや体調などに合わせて、手作業や運動などを行っています。いろいろな活動を楽しむことで、認知症の進行予防に繋がります。

精神科デイケア プログラム紹介

若者サークル「SWITCH」

若い利用者さん対象のプログラムです。同世代の仲間と過ごす中で、病気や障害を抱えながらも自分らしく生きる方法を模索していきます。

【活動内容】

フリートーク

日頃の困りごと、
やってみたいこと
就職活動等々
なんでもおしゃべり♪

計画

フリートークで出た
やってみたいことに
ついて全員で計画

実行

外出イベント・
創作活動・
作業所見学等々
全員で実行

【これまでの活動】



茶臼山動物園遠足



陶芸に挑戦!!



焼き芋大会



ミーティングの様子

精神科デイケア つばさ 通信

デイケア活動紹介

精神科デイケア「つばさ」は、心の病を抱えた幅広い年代の方が社会復帰・復学・就労等を目的に利用しています。プログラムから自分に合ったものを選び、活動していく中で生活リズムや心身の調子を整えていきます。利用開始時から担当スタッフがついて少しずつ日々の活動に慣れるようフォローしていく為、体力や人付き合いに自信が無い方も安心してご利用いただけます。

◆時間 月～金(祝日は除く) 6時間
◆稼働日 月～金(祝日は除く)
◆連絡先 026(26)1331(直通)

◆スタッフ 医師・看護師・作業療法士
◆保険制度 医療保険
◆連絡先 026(26)1331(直通)

■先生の紹介



医師
小島 美江
(こじま よしえ)

資格：精神保健指定医

前任の総合病院では、リエゾンチームの一員として勤務していました。当院でも同様の仕事ができればと思っております。よろしくお願い致します。



医師
矢崎 健彦
(やさき たけひこ)

資格：精神保健指定医
日本精神神経学会 精神科専門医・指導医

春から栗田病院に勤務させていただいております。慣れないことも多くご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願い致します。



医師
安達 正士
(あだち まさし)

資格：日本心身医学会認定専門医

7年ぶりに戻ってまいりました。よろしくお願い申し上げます。

■接遇・倫理向上委員会 活動

接遇・倫理向上委員会では、1・4・7・10月の朝にあいさつ運動を行っています。

朝から明るいあいさつを行うことで、職場の雰囲気をも明るくし、活発な交流を目的としています。

毎日の挨拶を習慣づけ、印象のいい病院作りを心掛けています。



専門外来のお問合せ先



栗田病院

〒380-0921 長野市栗田695

TEL.026-226-1311(代)

FAX.026-224-3971(地域連携室直通)

■栗田病院 専門外来のご案内

栗田病院では2019年4月より専門外来の機能強化に取り組んでおります。

「児童・思春期外来」「睡眠外来」を新設し、地域の皆様に寄り添える医療の提供に一層取り組んで参ります。

予約制となっておりますので、受診のお問い合わせは電話にてお願いいたします。

〈専門外来〉

日	月	火	水	木	金	土
	児童・思春期	睡眠	児童・思春期	物忘れ	アルコール	
			白樺会(午前)		雷鳥会(午前)	

- 診療時間／ 8:30～17:00
- 白樺会／10:30～11:30(毎週水曜日)
- 雷鳥会／11:00～12:00(毎週金曜日)

児童・思春期外来 **新設**

児童・思春期外来は10代までの方たちの相談の場です。

「やる気が出ない」「もっと痩せたい」「生きているのが辛い」「学校でいじめられている」など、とても幅広い相談に丁寧に対応いたします。

医師 吉川 領一

精神保健指定医
日本精神神経学会 精神科専門医・指導医
日本児童青年精神医学会 認定医
●所属学会／日本精神神経学会
日本児童青年精神医学会

睡眠外来 **新設**

睡眠外来は、様々な睡眠障害に対して適切な検査・診断・治療を行います。

「夜眠れない」「朝起きられない」「日中眠くて困る」など、「眠り」についての悩みに対して丁寧に対応いたします。

医師 荒井 勇輔

●所属学会／日本精神神経学会
日本睡眠学会
日本時間生物学会

物忘れ外来

「最近物忘れが増えて来た」「もしかして認知症かも」とご心配の方、ご家族は、ぜひ当院の物忘れ外来にご相談ください。

適切な診断・治療を提供し、医師、看護師、ソーシャルワーカーなど多職種で協働し様々なケアの提供を致します。

また、物忘れだけでなく

●居ない人の気配を感じたり幻が見えたりする

●夜寝ているときに寝言が大きく、時には手足を激しく動かす

といったことが認知症によって起こることがあります。そのような症状に

お困りの方もお気軽にご相談ください。

アルコール外来

アルコールをやめたい方、減酒したい方、アルコール関連の問題でお悩みの方、そのご家族もお困りのことがありましたらご相談ください。

外来診療だけではなく、アルコール関連についての勉強会である「白樺会」、ミーティング形式の「雷鳥会」への参加もお勧めしております。

同じ悩みを持つ当事者によって続いている伝統ある会ですので、ぜひ参加してみてください。

医師 稲田 志穂子

精神保健指定医
日本精神神経学会 精神科専門医・指導医
●所属学会／日本精神神経学会

