



きらら納涼祭

8月24日(土)に、第4回「きらら納涼祭」を開催しました。1週間ほど前から盆踊りの曲を流したり、ご利用者の皆様に装飾や展示物制作のお手伝いをしていただいたりと、納涼祭に向けたお祭りムードが高まってまいりました。

今年は、事前の予報で雨の心配もありましたが、皆様の想い、そしててるてる坊主の効果でしょうか、当日は雨に降られることなく、とても過ごしやすい一日であったかと思えます。

皆様の楽しみにしていた模擬店は、今年も大変にぎわいました。特に今回初出店となった“じゃがバター”は、「ホクホクでおいしい!」と大好評でした。やはり、お祭りの雰囲気、そして野外でのお食事、さらにご家族様とのご会食となると、いつも以上に食が進むものですね。皆様が笑顔でたくさん召し上がってられる姿がとても印象的でした。

それから、何といてもきらら納涼祭の名物となってまいりました“よさこい踊り”は、事前のポスターにも注目が集まり、本番への期待が高まった様子でした。当日は、皆様の大きなご声援それにアンコールのお声かけに、踊り手の職員も大いに気合が入り、おかげさまで計6回の公演となりました。後日、ご利用者の皆様へのインタビューでも、口々に「踊りが良かったね」とおほめのお言葉もいただきました。

今年も多くの方々のご協力のもと、大勢のご家族様にもご来設いただき、大盛況のうちに無事、納涼祭を終えることができましたことに、心より感謝申し上げます。

(5階フロア長)

今年の9月で、おかげさまをもちまして、きららも開設丸4年を迎え、納涼祭も第4回目となりました。

常にご利用様が楽しんでいただけるお祭りを、と意気込む中、職員も一丸となって、時節柄の盛大な催しを作り上げることができました。

ご利用者様お一人お一人のあふれる笑みが、お祭りを盛り上げる元気の源となりました。

まだまだ至らぬ点、ご迷惑をおかけいたしました点が多々ある中、一つ一つを反省しつつ、これからのサービス向上へ結びつけていければと考えております。

これからも、楽しい施設作りに向けて、常に創作的でありたいと思っております。皆様からの変わらぬご支援ご協力を、今後とも何とぞよろしくお願い申し上げます。

(編集部)

平成25年10月号(夏秋号Vo.6)
医療法人社団 健陽会
介護老人保健施設 きらら

きららだより

～高齢者は呼吸器感染症（肺炎、咽頭炎）に罹りやすい～

日本人の四大死因（疾患群別）は悪性腫瘍、心臓疾患、脳血管疾患、肺炎で、平成23年度には肺炎死亡率は第3位となり増加傾向にある。いずれの疾患においても高齢者の死亡が大部分を占めている。

（呼吸器疾患の発生機構）

肺炎をはじめとする呼吸器疾患の発症は図1に示すように、人の生活環境、身体的条件、ストレスの三条件が重なって発病する。

高齢者は、次の三点において若い人と異なり、肺炎を惹き起こしやすく、また重篤に陥りやすい。

- ① 老化により呼吸器系および免疫機能が著しく低下している。
- ② 成・老人病を患っていて全身機能が低下している。
- 例えば呼吸器系疾患（喘息、気管支拡張症など）、心臓疾患（心筋梗塞、心臓弁膜症）、脳血管系疾患（脳梗塞、脳出血）、悪性腫瘍（肺癌、結腸癌、乳癌など）、糖尿病、パーキンソン病などがある。
- ③ 成・老人病の治療薬として、副腎皮質ホルモン、抗癌剤などが投与されている。

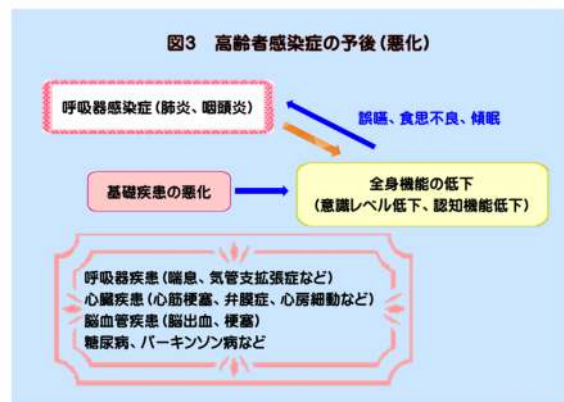
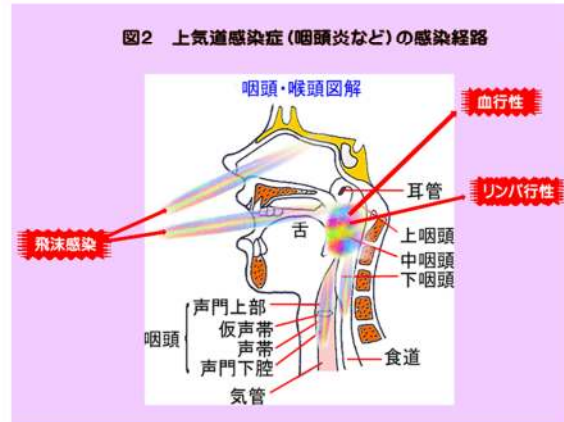
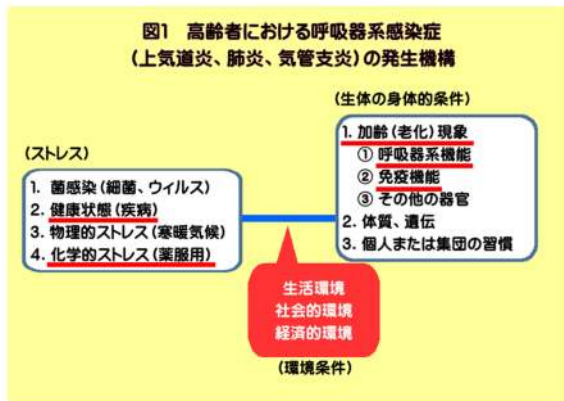
（肺炎の初期症状は上気道炎（咽頭炎）である）図2

飛沫として吸入された病原菌が、まず上気道（鼻腔、咽頭、喉頭）に感染し、風邪を惹き起こし、さらに下気道の気管、気管支さらに細気管支にまで吸入されて増殖した時に気管支炎、気管支肺炎を惹き起こして、咳、喀痰、発熱、呼吸困難などの症状が発現する。

このような呼吸器感染症（上気道炎、肺炎）は、全ての感染症の中だけでなく、全疾患のなかで最も発病率が高い疾病である。

また、上気道炎を惹き起こした病原菌は、同部位より血行性あるいはリンパ行性に遠隔に伝播されて、脳炎、髄膜炎、肺炎など併発することがあるので、少なくとも上気道炎で防止することが重要である。

しかしながら、合併症をもつ高齢者、さらに寝たきりの高齢者では、反復して上気道炎および肺炎を惹き起こし、現在罹患する合併症も悪化して全身状態が徐々に低下する。更に意識レベルあるいは認知機能も低下して、食思低下、嚥下障害、傾眠となり生命が危険となってくる。（図3）



（呼吸器感染症への対応）

高齢者における呼吸器感染症の対応としては、その予防が最善の方策となる。

（予防法）

予防法としては、①衛生的な生活環境の保持、②予防接種、③身体機能の保持、がある。

- ① 衛生的な生活環境の保持
病原菌を同定するには、時間がかかり、全ての病原菌に対して効果があるので一般的に行われる。生活環境を常に消毒し、殺菌した増殖しにくい環境にする。また、飛沫する病原菌を伝播させないために人が集まる場所、例えば老人施設、病院では面会者にはうがい、手洗い、マスクをしてもらう。なお、熱や咳などの症状がある人には面会を控えてもらい、玄関で体温測定（赤外線サーモ自動測定器、腋下体温計）を行うとよい。
- ② 予防接種
病原菌（インフルエンザ菌などのウイルスや肺炎球菌）に対するワクチンは特異的に予防効果がある。しかし、年度により流行する菌および型が異なり、またワクチン供給にも限度があり何時でも接種できないという難点がある。
- ③ 身体機能の保持

前記したような疾病をできるだけ軽快させ、また服用する薬剤の中には感染症を憎悪するものもあるので、服薬量を少なくする。

なお、早期に発病を発見し、早期治療を受けて、軽度の発熱の咽頭炎あるいは肺炎程度でくい止めるよう適切に対応する。ウイルス感染症では二次感染（細菌）を防止することが重要である。

（河野施設長）

音楽療法への取り組み

音楽は、人間の心と体を癒したり、また元気になると、不思議な力を持っていると思います。時には、その場の空気を変えてしまうこともあります。

月に2回の音楽活動では、季節の歌、わらべ歌、昔懐かしい流行歌などを歌い、当時の思い出話をしたり、曲のリズムに合わせて体を動かしたり、楽器を鳴らしたりと、共に時間をシェアする皆様と能動的に音楽に触れて楽しんでいただけるように心がけています。

人生のたくさんの山や谷を越えてこられたご利用者の皆様は、いつも笑顔で温かく迎えてくださり、その優しさに触れる都度、こちらが頑張る力をいただいております。

これからも、音楽を通して皆様が生き生きと笑顔になっていただけるよう、努めてまいります。

（音楽レク担当）



ハワイアンダンス

連日の猛暑の中、季節に相応しい催しが行われました。8月8日（木）の昼下がり、白い靴でお揃いのバンドメンバーそして華やかな衣装がその目を引くフラダンサーによるハワイアンダンスのお披露目に、ご参加いただいたご利用者の皆様はレイの花飾りを掛けて迎えられました。およそ1時間の間、ステージを熱心に見入られるお姿が印象的でした。最後は、「北の春」など、往年の名曲の数々を大合唱にて楽しめました。

音に合わせた楽しい催しは、その時節や時代を思い起こさせてくれます。アンコールは永遠に。また来ていただきましょう。

（2階介護士）



編集後記

このところ、弊施設における在宅復帰率が通増してきております。これは、ニーズに即応したりハビリテーションサービスが万遍なく行き渡っていることの一つの指標ではありますが、この数字から見えてくる真意を改めて考え、これからの老人保健施設に対して期待される在り方について追求してゆければと思っております。

（編集担当）