



名鉄病院 news letter

人に寄りそう 命と向き合う

令和7年 初秋号

家族支援がんばっています! (認知症疾患医療センター)

撮影:写真クラブ 宮津 光伸

季節の変わり目にご用心

今年の夏は記録的な暑さとなり、気象庁によると夏の平均気温は平年より2.36度も高く、過去最高だった昨年・一昨年よりさらに1.76度も上回ったそうです。特に北海道でも猛暑日が続く、普段エアコンを設置していない地域では大変な状況だったと報道されていました。熱中症による救急搬送も相次ぎ、全国でその数は累計10万人近くにのぼったとのこと。

このNews Letterのペンを執っている9月下旬になり、ようやく日中の最高気温も30度を下回る日が増えてきて、少しずつ秋の気配が感じられるようになりました。最近の日本では、気候の良い「春」と「秋」の期間が短くなり、まるで「四季」ではなく「二季」のような気候に変わつつあるようです。この先は短い秋を経て、また急に寒くなる冬がやってきます。気温の変化に体がついていかず、体調を崩す方も少なくありません。

ところで、「寒暖差疲労」という言葉をご存じでしょうか。急激な気温の変化に体が対応しきれず、自律神経が乱れることで、心身に疲労が蓄積する状態を指します。具体的には「だるさ」「めまい」「食欲不振」「肩こり」「頭痛」「手足の冷え」など、さまざまな症状が現れることがあります。

寒暖差疲労を防ぐためには、気温に応じた服装の調整、体を冷やさないような飲み物の選び方や入浴、そして食事・睡眠などの生活リズムを整えることが大切です。何より、予防が肝心です。

これから季節の変わり目を迎えますが、皆さまどうぞ体調に気をつけてお過ごしください。



名鉄病院
病院長

葛谷 雅文





家族支援がんばっています!

看護部 高橋 須磨

名鉄病院は2012年11月に名古屋市より認知症疾患医療センターの指定を受けました。専門的医療機関として医療相談、鑑別診断とそれに基づく初期対応、周辺症状と身体合併症に対する急性期対応があります。次に、地域連携拠点機能として情報の発信・普及、地域の専門職に対する研修会の開催、認知症疾患医療連携協議会の設置・運営があります。当院はこれらの機能を踏まえ、急性期病院の認知症疾患医療センターとして、身体疾患治療を含めた認知症のトータルケアを目指しています。

今回は、家族支援についてご紹介します。

★認知症カフェ

昨年11月に『Café ミャーアオ』が開店しました。「認知症と共に生きる。笑顔になれる。誰もが気軽に参加できる。専門家にも相談できる交流の場、くつろぎのCafé」を目指し、毎月2回開店日を設け、毎回イベントや講座、レクリエーションなどの企画を予定しています。講座では当院の各分野の認定看護師が講師として参加し、10月は「いつまでもおいしく食べるため」をテーマに摂食嚥下障害看護認定看護師が担当します。



誰でも気軽に参加してください!



これから寒い季節になってきます。
11月17日は感染に関する講座、
12月にはクリスマスのイベントも
予定しています。

[開催日時] 第2・3月曜日
14:00～16:00

[場 所] 名鉄病院
げんきずハウス
(名鉄病院3号館前)

[参 加 費] 一回 200円

※写真は全て認知症カフェの様子です。

(認知症疾患医療センター)



磨子 堀田 晴美

★運動スクール

「認知症の発症・悪化を予防・遅延させること・運動を習慣化すること」を目的としています。メイテツの「メ」、ピョウインの「ピ」、ウンドウ「ウ」、スクール「ス」で『メピウス』と称して活動をしています。頭を使う認知課題と体を動かす運動課題を組み合わせることで、脳の活動を活発化させます。参加者が実施している間、家族間のピアサポート、付き添い家族のみで交流の場（別室）を提供しています。ストレス発散や金銭面、社会サービスの使い方など介護者同士での情報交換や悩みを共有する場にもなっています。看護師は、前後で必要があれば質問や診察へのつ

なぎ、地域への情報提供を実施しています。



★家族支援プログラム 認知症の人と家族の会 ～愛知県支部～ 共催

毎年、前期に6回シリーズの内容で開催しています。家族支援プログラムは、毎年2回目の医師の講義「学びましょう、認知症のこと」は宮尾医師が講義を行っています。また、専門職の方へ、認知症ケア専門士などの単位取得の講座もあります。

★認知症介護者交流会 認知症の人と家族の会 ～愛知県支部～ 共催

月1回の開催で、介護で苦勞をしているご家族の吐き出し会にもなっています。また、介護者の知恵袋から実際に試され、翌月に実践報告をされる方も見えます。



これからも、身近な存在のセンターとして、心温まる家族支援に努めていきたいと思っています。

れんこんとひじきのデリ風和サラダ

れんこんに含まれるビタミンCは、みかんの約1.5倍で疲労回復や免疫力向上の効果が期待できます。ビタミンCは熱に弱い栄養成分ですが、れんこんに含まれるでんぷん質がビタミンCを守るため、加熱調理しても残存率が高いです。また不溶性食物繊維を多く含み、水分を吸収し便のカサを増やして排便をスムーズにする働きもあります。

れんこんとひじき入りで栄養満点のサラダです。作り置きや弁当のおかずにもピッタリです。

【作り方】

- ①れんこんは薄い輪切り、にんじんは千切りにする。
乾燥芽ひじきは、たっぷりの水で戻し、冷凍枝豆は鞘から取り出す。
- ②鍋にたっぷりのお湯を沸騰させ、れんこんとにんじんを入れる。
再沸騰したら1分ほど茹でてザルにあげて水気を切る。
- ③ボウルに②・ひじき・コーン缶・枝豆・Aを入れて混ぜ合わせる。
お好みでハムやツナ缶、カニカマなどを入れても◎



【材料4人分】

- れんこん 小1節(150g)
- にんじん 1/3本(50g)
- 乾燥芽ひじき 10g
- コーン缶 50g
- 冷凍枝豆 100g
- マヨネーズ 大さじ4
- すり白ごま 大さじ2
- しょうゆ 大さじ1/2
- 酢、和風だしの素 各小さじ1
- 砂糖 小さじ1/2
- 塩・こしょう 少々



名鉄病院

〒451-8511 名古屋市西区栄生2-26-11
URL <https://www.meitetsu-hospital.jp/>
TEL0570-023100 (ナビダイヤル)



経営主体

名古屋鉄道健康保険組合

病床数

HCU	12床
一般病床	321床(7:1看護)
地域包括ケア病床	40床
合計	373床

診療科目

- 内科 ●循環器内科 ●腎臓内科 ●消化器内科 ●呼吸器内科
- 脳神経内科 ●血液内科 ●内分泌・代謝内科 ●透視内科 ●老年内科
- 小児科 ●小児漢方内科 ●外科 ●消化器外科 ●整形外科
- リハビリテーション科 ●脳神経外科 ●婦人科 ●皮膚科
- 泌尿器科 ●女性泌尿器科 ●耳鼻咽喉科 ●眼科 ●形成外科
- 血管外科 ●麻酔科 ●放射線科 ●病理診断科 ●リウマチ科

診療センター

- 内視鏡センター ●認知症疾患医療センター ●糖尿病センター
- 関節鏡・スポーツ整形外科センター ●ウロギネセンター ●予防接種センター
- 健診センター ●透析センター ●中耳サージセンター ●睡眠障害センター

専門外来 ※予約制 (一部を除く)

- 禁煙外来 ●リウマチ膠原病内科 ●スポーツ内科(他院から紹介のみ)
- フレイル・ロコモ外来 ●ペースメーカー外来 ●肝臓外来
- シルバークリニック ●インスリン導入外来 ●糖尿病眼合併症外来
- 糖尿病透析予防外来 ●フットケア外来 ●乳児健診
- 小児慢性疾患外来 ●乳腺外来 ●ストーマ外来
- 関節鏡外来 ●スポーツ外来 ●音声外来
- 小児整形外科(月1回・不定期) ●女性泌尿器科外来 ほか



1号館前の名鉄病院駐車場について
平日7時〜17時の利用で、来院の方は割引サービスが可能です。
1号館1階Aブロックか2階総合受付に、駐車券を事前に提示して割引
認証を受けてください。
(名鉄病院北Pは割引認証しなくても、割引サービス後の料金です。)
また、病診連携専用の駐車場も用意しておりますので、詳しくは地域医療
連携室までお問合せください。

病診連携・紹介状に関するお問い合わせは

地域医療連携室 TEL. 052-586-5755 FAX. 052-586-5756

本紙内容に関するお問い合わせは

事務部総務課 TEL. 052-551-6299 FAX. 052-551-6711