



ほほえんで北播磨

令和6年9月 第41号



ごあいさつ

副院長兼整形外科部長
今泉 泰彦

立秋も過ぎ、まだまだ暑い日が続きますが、いかがお過ごしでしょうか？当医療センターも北播磨地域の医療を守るべく、職員一同日々奮闘している毎日です。

この原稿を書いている現在、全国高校野球大会が行われており、毎日熱戦が繰り広げられています。地元兵庫県代表であった報徳学園は優勝候補に挙げられていましたが、残念ながら島根県代表である大社高校に初戦敗退となりました。

そんなに評判の高くなかった学校であったので意外でしたが、たまたまテレビ観戦ができた3回戦での対早稲田実業戦で大社高校のエースの気迫あふれるピッチングとタイブレークの際に無得点に抑えた後、ベンチに帰ってくる際に泣きながら帰ってくる姿などを見て、こちらの心も熱くさせられるものがありました。残念ながら準々決勝で敗退してしまいましたが、彼に興味が出たため、新聞やネットニュースで情報を集めてみました。

彼は地元では有力なピッチャーでいろいろな強豪校から誘われたが、地元愛を貫き地元の県立高に進んだこと、仲間がエラーをしたときにも仲間大丈夫だと声をかけられる人間性を有していること、技術としてもストレートの速さは140Km/Hとさほどでなくても制球力があり、コーナーに投げ分けられるため打者に対してボールを押し込める技術を有していること、このチームで新しい歴史を作るために甲子園に来たという強い気持ちがある青年であることが描かれていました。

この話を読んで、素晴らしい高校生だなと再認識

すると同時に私も頑張ろうと刺激を受け、何か世の中のためにお役に立てることはないかと模索していきたいと思い、現在の自分の立ち位置について振り返ることができました。

今は北播磨総合医療センターで勤務しており、この病院をいかに発展させていくことができるかを考え実践していくことが必要だと思います。

当医療センターは北播磨地域の急性期医療の中心となることが期待されています。職員一同それを目指し努力しているつもりですが、まだまだ至らない点もあると思います。

現状として当医療センターは令和5年3月に看護師不足により2病棟閉鎖となり、残念ながら地域のニーズに十分に答えられていない面がありましたが、多くの方々のご協力により令和6年3月に1病棟を再開し、8月より体制を整え、受け入れる病床数を徐々に戻していく予定です。

北播磨地域の急性期医療の中心的役割を担うため、医療技術の進歩に遅れないように技術を磨き、沢山の患者さんを受け入れられる体制を整え、地域住民の方々にも北播磨総合医療センターに行けば安心だと思っていただけるような病院になれるよう、私もその一翼を担えるように精進したいと思います。

今後とも北播磨総合医療センターへの御支援よろしくお願いたします。



ごあいさつ	1
ドクターのリレー講座	2
記念講演会・出前講座	4
認知症ケアチーム「けあマフ」	5
健康管理センター便り	6
大きな～れ	7
心臓病教室、編集後記	8



「認知症センターを開設しました」



脳神経内科 部長兼診療科長 瀧口 浩敏

1. 認知症センターを開設しました

当医療センターでは、2024年4月より認知症センターを開設いたしました。認知機能は加齢とともに低下するといわれていますが、背景に病気が潜んでいると年齢相応以上にその機能は低下します。記憶や判断などを行う脳の機能が低下し、仕事や日常生活に支障が生じた状態を「認知症」といいます。厚生労働省の研究班が2022年から2023年にかけて実施した調査によると、2040年には認知症が約584万人、軽度認知機能障害が約613万人にのぼると報告されています。高齢者人口が多い北播磨医療圏においては、認知症の人は今後さらに増加すると推測されます。

認知症の人が尊厳を保持しつつ、希望を持って暮らすことができるよう、2023年6月に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が成立しました。これは、認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支えながら共生する活力ある社会（共生社会）の実現を推進することを目的とした法律です。

認知症の原因はさまざま、代表的なものにアルツハイマー病、脳血管障害、レビー小体病、前頭側頭葉変性症があります。認知症の症状は初期段階では記憶・判断力の低下や日付や場所の間違いのみですが、進行すると妄想や幻覚などの行動・心理症状（Behavioral psychological symptoms of dementia ; BPSD）を認めるようになります。認知症診療において認知症の原因や治療対象となる症状もさまざまですが、これらに対応できるように当センターでは関連診療科が密に連携し、適切な診断や治療、個々の症例にあわせた日常生活上の助言が行える体制を整えています。また、周辺病院や診療所とも連携を円滑に行い、包括的で一貫性のある医療を提供するようにしています。

2. 認知症の最新治療：レカネマブ治療

2023年12月にアルツハイマー病の新しい薬であるレカネマブが発売されました。これまでの薬と違い、アルツハイマー病の原因となる脳内に貯まったアミロイドβというタンパク質を除去することによって症状の進行を遅らせることが期待されています。この薬の対象は、「アルツハイマー病による軽度認知機能障害」と「アルツハイマー病による軽度認知症」の方になります。この薬は認知症の専門診療を適切に行えるための一定の基準を満たした医療機関でのみ治療開始が可能な薬で、当センターはその基準を満たしており、北播磨医療圏ではアミロイドPETを有している唯一の病院です（図1、2）。アミロイドPETおよびレカネマブ投与の適応判断は、表に示した基準に則って行いますので、ご紹介の際に参考にしてください。なお、適応外の場合は、今まで通りもの忘れ外来で対応いたします。

図1 アミロイド PET 陽性患者

70歳代 男性
MMSE28点（計算-1，遅延再生-1）

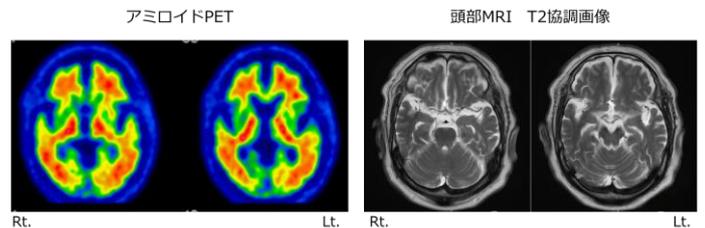


図2 アミロイド PET 陰性患者

80歳代 女性
MMSE26点（計算-1，遅延再生-3）

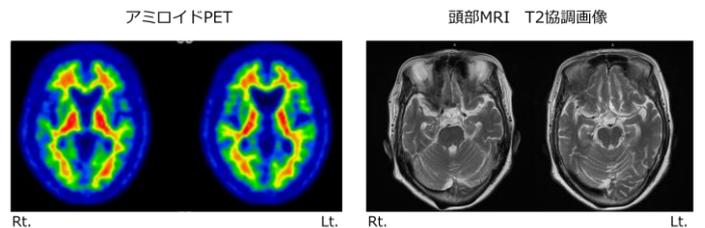


表 レカネマブ治療を希望される方のチェックリスト

1. 年齢が 40 歳～90 歳である
 2. MMSE (Mini-Mental State Examination) が 22 点以上
 3. 脳出血、脳挫傷の既往がない
 4. 点滴目的に 2 週間に 1 回、当医療センターへの通院が可能
- 注：HDS-R での評価は、投薬の適応基準に含まれません。
一部の抗認知症薬を使用されている場合、対象外になります。

3. 認知症の評価に脳ドックをご活用ください

もの忘れが気になっても、どこに受診したらよいか分からない場合や、患者さんのご家族がもの忘れを心配されている場合、本人がもの忘れ外来への受診を嫌がる場合もあると思います。そういったときには、脳ドックの受診を検討してみたいはいかがでしょうか？当医療センターでは、2021 年 6 月 1 日より脳ドックを開設しています。

ここでは、認知症に関連する検査を行います。中でも、2022 年 11 月より「のう KNOW」という脳の健康度を評価するセルフチェックツールを導入しています（図 3）。これは、トランプカードを使ったゲーム感覚のチェックで、「記憶する」、「考える」、「判断する」などの脳の

パフォーマンスをチェックします。その結果、ご自身の脳年齢が算出されます。ちょっともの忘れが心配な方、脳年齢が気になる方は脳ドックと「のう KNOW」をご活用ください。

4. おわりに

当医療センターは北播磨地区では、唯一の PET 検査が可能な施設であり、認知症診療の中心となる診療科医師が複数揃っています。認知症センターが設置されたことにより、認知症の早期発見・早期治療を行い、認知症になった方が尊厳を保持しつつ、希望を持って暮らすことができるように努めていきたいと思っております。

図 3 「のう KNOW」とは？（エーザイ株式会社 HP より）

「のう KNOW」はブレインパフォーマンス（脳の健康度）のセルフチェックツールです

「のう KNOW」は、トランプカードを使ったゲーム感覚の4つのチェックで「記憶する」「考える」「判断する」などの脳のパフォーマンスをチェックできます。

テスト結果では同年齢の平均と比べた、脳の健康度を確認できます。

定期的にチェックすることで、以前の結果と比較することも可能です。

※「のう KNOW」は、疾病の診断や予防を目的としたものではありません。

脳の反応速度チェック



難易度：★★☆ / 目安時間：3分

カードがめくられたら「はい」を押すことで反応の速さをチェックします。

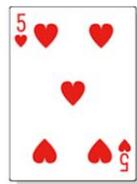
注意力チェック



難易度：★★☆ / 目安時間：3分

カードが赤の場合は「はい」、黒の場合は「いいえ」を押すことで注意力をチェックします。

視覚学習チェック



難易度：★★★ / 目安時間：6分

表示されたカードが以前に出てきたものと同じかを答えることで視覚記憶力をチェックします。

記憶力チェック



難易度：★★☆ / 目安時間：3分

めくられたカードが直前のものと同じかどうかをみるにより、一時的に必要な記憶の保持ができているかをチェックします。

📄 記念講演会／出前講座を開催しました 📄

～～認知症センター設立記念講演会を開催しました～～

令和6年7月18日（木）、当医療センター大会議室にて『認知症センター設立記念講演会』を開催しました。当日は、神戸大学大学院保健学研究科 古和久朋教授、当医療センター精神神経科 田中健一先生にご講演いただきました。ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。



～出前講座「認知症予防、認知症の人との関わり方」を開催しました～

令和6年7月9日（火）、「コミセン いちば」にて認知症看護認定看護師 濱田景子さんによる出前講座「認知症予防、認知症の人との関わり方」を開催しました。

ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。



手と心を繋ぐぬくもりの『けあマフ』を知っていますか？

認知症ケアチーム



当医療センターの認知症ケアチームでは、身体拘束をできるだけしない取り組みのひとつとして、『けあマフ』を導入しました。

『けあマフ』とは、『リボンなどさまざまなアクセサリーが付けられた手作りの筒状のニット製品』です。英国では、認知症がある人の手をマフに入れることで、落ち着かない手を穏やかに保ち、触覚や視覚を用いたケアの実践に活用されています¹⁾。認知症ケアチームでも、『けあマフ』の活用により心が落ち着き、互いに温かい気持ちで過ごせるケアを通して、少しでも身体拘束をしないケアを実践しています。



看護師は『けあマフ』を通してコミュニケーションを取っています。

患者さんは、肌触りのよい『けあマフ』に手を入れることで安心されています。



私も娘と一緒に編み物していたわ

かわいいねえ



あったかいね。気持ちいいわ

子どもに長いこと会ってないな、会いたいな

【対象となる人】

- ・ 認知症ケアチームが介入している
- ・ 落ち着きのない様子が見られ、その理由を本人が言葉で伝えられない
- ・ 点滴などのチューブ類を気にする様子が見られる
- ・ カテーテルなどのライン類や布団、柵などをいつも握っていて、ミトン型の身体拘束を検討されている

★使用した『けあマフ』は、退院時にお持ち帰りいただき、その後生活される施設や病院、自宅等でも活用できるように連携しています。

参考資料

1) 浜松医科大学(2022)「Twiddle Muff 活用ケアガイド Ver.2」([https://Hama-med.ac.jp/education/fac-nurs/dept/gerontol/nurs/2022Practical Guide.html](https://Hama-med.ac.jp/education/fac-nurs/dept/gerontol/nurs/2022Practical%20Guide.html))

喫煙のリスクを知っていますか？

たばこは、多くの病気を引き起こすリスクです。

約 5000 種類の化学物質と約 70 種類の発がん性物質が含まれた「毒物の缶詰」と言われています。

たばこは、喫煙者本人だけでなく周りの人にも影響が及びます。具体的にどのような影響があるのか、喫煙者の方も非喫煙者の方も喫煙によるリスクを知っておきましょう。

喫煙は万病の元

喫煙により、肺がんをはじめその他のがんや動脈硬化、脳梗塞、心筋梗塞、2 型糖尿病などの病気を発症しやすくなります。また、喫煙が原因で、約 19 万人/年、500 人/日の方が亡くなっています。



受動喫煙による死亡率

たばこの副流煙には、喫煙者が受ける以上にリスクがあります。1 万 5 千人/年、約 40 人/日の方が亡くなっています。乳児突然死症候群の原因にもなります。参考 HP : 受動喫煙 - 他人の喫煙の影響 | e-ヘルスネット (厚生労働省) (mhlw.go.jp)



喫煙による見ための加齢変化

喫煙を続けると、皮膚がくすみ、コラーゲンを破壊して皺の増加、歯の黄ばみなどを引き起こします。喫煙者特有のにおいやガラガラ声にもなります。



お金の損

喫煙は、想像以上に時間とお金を使います。
一箱500円×30日=15,000円/月
禁煙すると年180,000円/年貯まります！
医療保険なども喫煙しているだけで値段が跳ね上がります！



時間の損

5分/本とすると、一箱/日だと100分！なんと1時間半にもなります。喫煙場所を探す、移動時間なども含むと約2時間～3時間/日になります。



たばこは悪いってわかっているけど、どうしてやめることができないの？

たばこはニコチンによる薬物依存症が主な原因です。

ニコチンを摂取することでドーパミンと呼ばれる快感をもたらすホルモンが分泌されますが、そのせいでドーパミンを自分で作り出す能力が低下し、ニコチンが切れるとイライラしてしまい、喫煙行動に走ってしまいます。

タバコをやめるとこんな良いことがあります！

- ・イライラしなくなる
- ・歯が綺麗になる
- ・お金と時間に余裕が出来る
- ・集中力があがる
- ・心機能や肺機能が改善する
- ・顔色がよくなる
- ・病気のリスクが改善する



喫煙のリスクを知っていても、自力で辞めるにはストレスがかかり、難しいと思いがちです。しかし、ニコチンパッチなどを使用すると比較的楽に、喫煙を続けるより経済的に禁煙することが出来ます。

当医療センターでは禁煙外来を設置しています。禁煙を考えている方は是非利用してみてください。いかがでしょうか。

★★★ 大きくな～れ ★★★

はじめて赤ちゃんに対面したママの想いを集めました。
すくすくと育ってくれることをスタッフ一同願っています。

4 東病棟



7月6日生まれ
3142g 男の子

元気に大きくなって
一緒に遊ぼうね



7月5日生まれ
2300g 男の子

よく寝ていっぱい飲んで
大きく育ってね



7月2日生まれ
3100g 女の子

元気に健やかに
育ってね



7月13日生まれ
2504g 女の子

健康に大きく
育ってね



7月16日生まれ
2744g 女の子

お兄ちゃんお姉ちゃんに
遊んでもらって
大きく育ってね



7月9日生まれ
3032g 女の子

無事に生まれて
きてくれてありがとう



当医療センター
循環器内科
心臓血管外科
通院患者・家族
対象

心臓病教室

お気軽に
ご参加下さい



11月26日(火) 14時～15時
当医療センター 2階患者教室

心臓病教室は、心臓病の再発や悪化を防ぎ心臓にやさしい生活をおくることを目標にしています。生活の注意・薬・食事・ストレス対処方法・運動について専門職と一緒に学んでみませんか？



申し込み方法

- ①右のQRコードを読み取りアンケートフォームに入力
- ②1階10番ブロック受付で申し込み用紙記入
どちらかでお申し込みください。



お問い合わせ

1階10番ブロック受付 TEL0794-88-8800 (代表)



【編集後記】



本号より広報誌の編集者に任命され、無事に発行できたことに安堵しております。

今後も手に取っていただいた方に喜んでいただけるよう、有益な情報をお届けして行く所存です。

さて、今年はパリでオリンピックが開催され、多くの選手が感動を与えてくれました。個人的には、92年ぶりにメダルを獲得された馬術という競技に感銘を受けました。

人と馬が長年にわたって結んだ信頼関係が

まさに「人馬一体」となって表現されていたように思います。

次回のロサンゼルスオリンピックでは除外競技となってしまい残念ですが、将来的に再び採用されることを願っています。

本稿を執筆している時点で、パラリンピックも開催されました。引き続き熱戦に注目したいと思います。

情報管理課 竹谷 浩幸



発行／北播磨総合医療センター 広報委員会【事務局：管理部 経営管理課】

〒675-1392 兵庫県小野市市場町926-250

☎：0794-88-8800(代表) ホームページ <http://www.kitahari-mc.jp/>