

安心して住み続けられる街づくり

認知症サポーター養成講座に60余人 11月28日 ボランティア委員会・健康友の会共催



講師・キャラバンメイトの伊藤さん(左)と藤園さん(右)



みんなで認知症の人とその家族を支え、誰もが暮らしやすい地域をつくっていく運動「認知症を知り、地域をつくる十ヶ年」キャンペーンの一環として全国的に展開された人、役所で聞いた人など六十人を越す参加者があり、関心の高さがうかがえました。

「認知症サポーター〇〇万人キャラバン」では、認知症を理解し認知症の人を見守る、認知症サポーターを一人でも増やし、安心して暮らせる街づくりをしようというものです。

「認知症の方がいるご家族の苦勞が判る」「お年寄りや親の接し方を改めようと反省した」「脳の活性化に心がけたい」など認知症の理解を深める一方、「サポーターとして少しでも役立ちたい」と積極的な感想も寄せられました。



共同組織 特別分科会

愛知民医連の「學術運動交流集会」が、十一月二十三日に名古屋国際会議場で開催されました。

午前中に行われた分科会には尾張健友グループからなんと十八演題もの参加がありました。

私はスライドの取りまとめをしたのですが、どの発表も非常に興味深く、できれば全部の分科会を見に行きたいという気持ちでした。2月11日の「尾張健友ネット集会」で発表される演題もありません。

「ネット集会」にもご参加下さい。

リハビリには4演題も

リハビリ分科会では四演題もの発表が千秋病院からありました。そのうち牧野言語療法士の摂食嚥下に関する発表と渡邊理学療法士の脊椎損傷に関する発表では、ビデオを効果的に利用したわかりやすいスライドが印象的でした。

尾張健友グループから18演題 県連學術運動交流集会に取り組んで

千秋病院放射線科 服部良弘

おしっこ の病気

(Ⅲ)

夜間頻尿

千秋病院

泌尿器科部長 瀧田

徹

③睡眠障害
眠りが浅
いとどうし
ても夜間ト

寝ている間に何回以上オシッコに起きると異常でしょうか？
学会では「夜間に排尿のために一回以上起きなければならぬ」という訴えがあり、その事により困っている状態」と夜間頻尿を定義しています。そしてこの夜間頻尿の原因が本当に多岐にわたっています。なので、なかなか治療が難しいというのが現実です。

①夜間多尿
正常な状態では、夜

ホルモンの分泌が少なくなります。
また年とともに腎臓や心臓の機能が低下するので、昼間は尿を作る余力がなくなって夜オシッコが作られる傾向が出てきます。

「ラ」をいう言葉が広まった結果「脳梗塞や心筋梗塞の予防には水分を多めに摂るのがいい」とやたらに水分をとる方も多くなりました。これでは夜間多尿の原因はつきりし

②排尿に問題のある場合
前立腺肥大症の主な症状は夜間頻尿です。また最近注目されているのが、過活動膀胱です。原因はつきりし

③睡眠障害
眠りが浅いとどうしても夜間トイレに行く回数が多くなります。
以上、様々なケースがあるので、泌尿器科受診をお勧めします。
(シリーズおわり)

間は抗利尿ホルモン(オシッコの量を少なくする働きがある)が昼間より多く分泌されるため、睡眠中は排尿しないで済みます。しかし老年になるとこの向が出てきます。それ以外に降圧剤の中には利尿作用があるものも少なくないので、内科の先生に聞いてみて下さい。

さらに「血液サラサラになるのも当然です。どれ位の量が適切かはその人の健康状態によつて異なりますので主治医に相談して下さい。

ませんが、膀胱の筋肉が敏感になりすぎて頻尿になる病気です。また脳梗塞や脳出血の患者さんは、正常の排尿のコントロールができなくなつて、頻尿や尿失禁が起こります。

第八分科会、伴葉剤師の発表は、スライドが今まで見たことがないほど美しく、デザインのプロが手掛けた仕事かと思うほどの出来でした。

この発表で伴葉剤師が座長賞を獲得したのも納得です。

見に行くことはできませんでしたが、やはり座長賞を獲得した友の会北名古屋支部の早川里子さんの班会メニューについての発表も、ぜひ聞きたかったと悔やまれます。

参加してくださいました方々、運営に協力していただいた皆さんのおかげで大変有意義な会となりました。ありがとうございました。

二十世紀に入って早や十年目を迎えた。昨年発足した新政権が今年国民の意をどれだけ汲んで実現してくれるのか、常に厳しい目を向けていたい。最近読んだ本の中に気に入った言葉、主張を見出した。吉本隆明(詩人・評論家)がその著「老いの流儀」の中で次のように述べている。「政府がする大切なことは二つしかない。一つは老人を経済的に安定させて、世話人を雇えるくらいの余裕を持たせること。即ち老齢年金の支給を多くすること。もう一つは、妊娠した女性に十分な休暇と給料を与えて、十分な子育てをさせること」。

「この二つが実現できたら歴史は終わり」とまで言い切っている。なんと簡潔明瞭な言い分ではないか。成程この二つが実現できるということは、他の様々な課題がクリアされているということに他ならない。かつて華々しく論陣を張っていた著者は、十余年前に海で溺れて今では被介護の老人である。その不自由な生活の中から出てきた実感、主張に相違ない。東京の某私鉄では、「この車両ではすべて優先席とさせて頂いております」という粋な車内放送をしているとか。(椿)