



精神科作業療法の現場から 一回想法について

日本社会には、戦後生まれの団塊の世代が全員75歳を超える「2025年問題」という課題が存在します。日本の高齢者人口は3600万人を超える見込みで、そのうち700万人の高齢者が認知症になると予想されています。

認知症の治療薬の開発は遅れており、現状では認知症は老化に伴う自然な現象と捉えられています。このため、認知症への対策としては「予防」が重要視されており、身体運動と共に脳の運動も必要です。

これを実現する手段として「楽しくて愉快的な予防法」として回想療法（回想法）があります。認知症による認知機能の低下で会話が困難になり、自宅に引きこもりがちな高齢者などの方に“回想法”を用いることで、他者との会話が楽しく、愉快的な感情を刺激し、社会参加にも繋がることもあります。

ケアする側にとっては、高齢者の過去について知ること、その人自身を深く理解し、信頼関係の構築にも役立ちます。訪問看護での回想療法（回想法）の活用は、高齢者の認知症予防の有効なスキルです。



—Dカフェに参加しました—

今年度は認知症への知識や経験を深める取り組みのひとつとしてDカフェへ参加させて頂きました。

DカフェのDはDementia(認知症)、Diversity(誰でも)、District(地域)、Dialogue(対話)、Democracy(自由対等)といった意味が込められており、認知症のご本人やご家族に限らず、医療・介護の専門職や、認知症に関心のある方々が自由に参加出来る場となっています。

目黒エリアだけでも13ヶ所設立され、その特色も様々です。私が見学させて頂いたDカフェ・自由が丘さんは多世代シェアハウスが会場となっており、入居者や地域の方々との交流の機会として設けられていました。

コーヒーやお菓子を食べながら、終始皆さんの笑顔が絶えなかったのが印象的でした。また別のスタッフがお伺いしたDカフェ・ラミヨさんでは交流の場だけではなく、定期的に専門家をお呼びし認知症に関して知識を深める場を設けているとのことでした。

人と人が繋がれる場としてこれからもっと多くの方々にDカフェについても知って頂けたら嬉しいです。



新スタッフの紹介

看護師 山口 恵子 やまぐち けいこ

みなさん、こんにちは。10月に入社しました山口と申します。私は旅行関係の仕事をしていましたが一念発起して看護師になりました。

ハートフルに入社する前は地方の精神科病院で勤務していました。そこで訪問看護部門に配属されたことが訪問看護の魅力を知るきっかけとなりました。

住みなれたご自宅で利用者さんそれぞれの方法、タイミングで回復されていく過程に伴走させていただけることは、病棟では経験できない喜びの瞬間がたくさんあります。

訪問しながら、私自身が元気をいただくことも多く、やりがいを感じています。

優しい先輩方のご指導を受けながら、これからもみなさんの健康維持の伴走ができるように頑張っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。



サポーター 看護師 嶋崎 直也 しまさき なおや

「訪問看護を学びたい！」と地元からはるばる上京されて、ハートフルの仲間に加わってくださいました。

日々パワーアップしていく山口さんにご期待ください！



中目黒スタッフみんなでサポートしています

私たちハートフル訪問看護ステーションの仕事は？

私たちは精神科・認知症の利用者はもちろんですが、看取りなど終末期の利用者の身体症状もケアしております。

看護スタッフは、10年以上一般病棟や療養病棟で勤務した経験者が多く、精神のみではなく身体症状も含め幅広く対応できます。

医師と連携し、利用者様の状態に合わせた適切な医療計画を立て、在宅での療養生活を支えます。

私たちの業務は、病院から退院後のサポートや、慢性病の管理、ターミナルケアなど多岐にわたりますので、わからないことなどお気軽にご相談ください

精神科・認知症

ハートフル訪問看護ステーション

中目黒 目黒区上目黒2丁目15-6 川鍋ビル4階

都立大 目黒区自由が丘1-19-21

旗の台 品川区旗の台6-6-3M1#F

TEL 03-6412-8830



<https://heartful-st.com/>