

てんいん

第126号

令和7年10月発行

目 次

認知症の人との関わりについて	1~2
リズムキャンプのご案内	3
秋の味覚を食べよう 免疫力は食事から	4
外来医師担当表	5

発 行：独立行政法人 甲府病院 広報委員会
国 立 病 院 機 構

発 行 責 擔 者：萩 野 哲 男

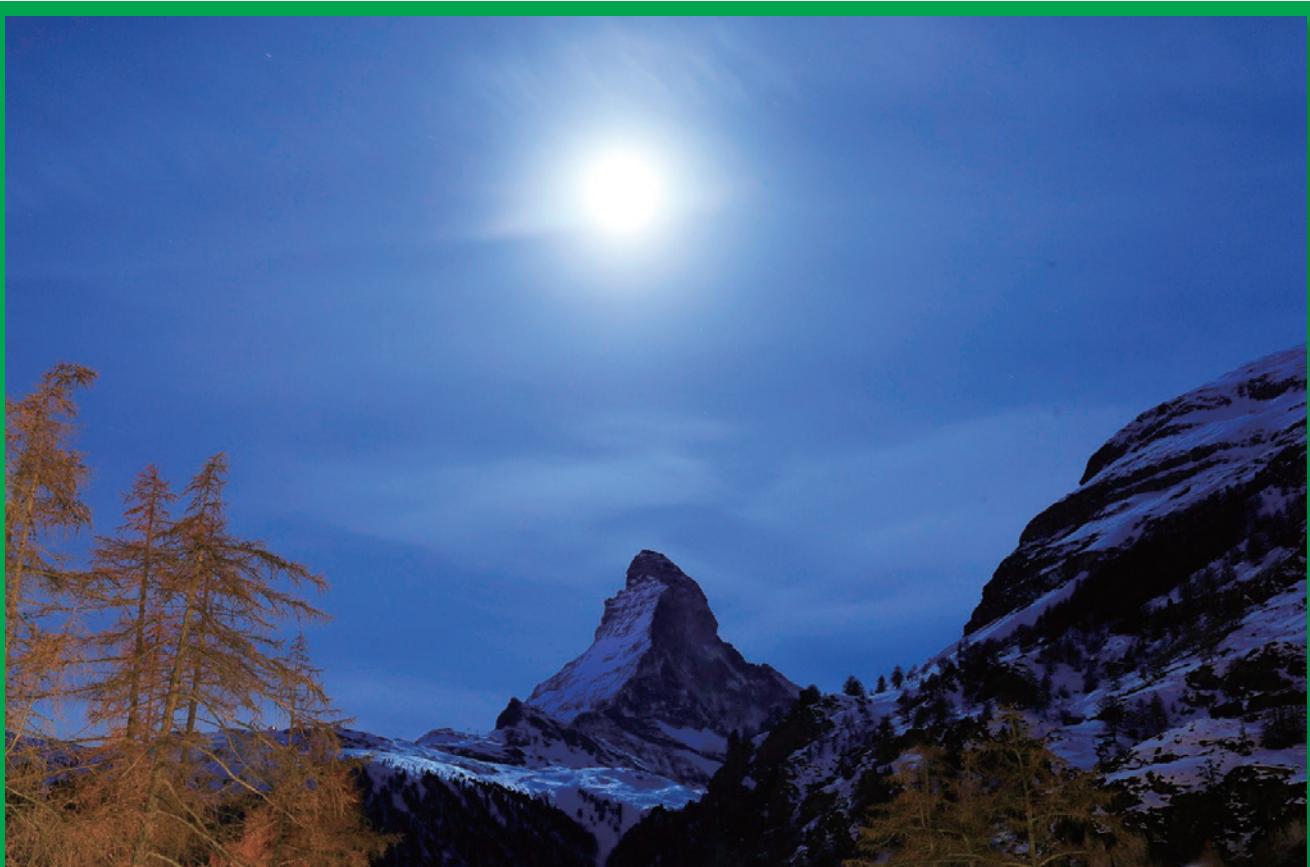
住 所：〒400-8533 山梨県甲府市天神町11-35

電 話：055-253-6131

フ ァ ッ ク ス：055-251-5597

ホ ー ム ペ ー ジ：<https://kofu.hosp.go.jp/>

E メ ー ル：227-nhokofu@mail.hosp.go.jp



マッターホルンに沈みゆく満月（患者さん投稿）



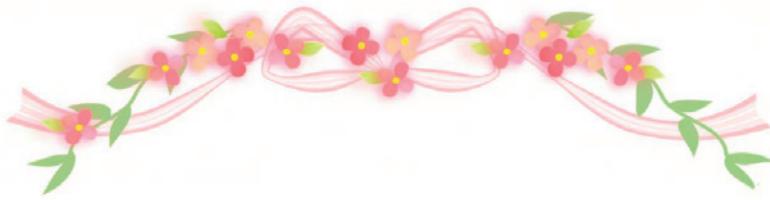
独立行政法人
國立病院機構 **甲府病院** の理念
National Hospital Organization Kofu National Hospital

理 念 私たちは、良質な医療の提供を通じて、患者さんの健康を支え、地域社会に貢献します

基本方針 ●丁寧な説明に努めます ●自己研鑽に励みます ●職員同士協力し合います

私たち職員は、理念を実現するため最善を尽くします

病院は、職員の働きやすい環境を積極的に提供します



認知症の人との関わりについて

認知症看護認定看護師 久保田千穂



認知症とは

病気の名前ではなく、脳の病気が原因で認知機能（記憶、判断、計算、理解、学習、思考、言語など）が低下し、日常生活や社会生活に支障をきたす状態です。

脳の病気は様々ですが、アルツハイマー病、脳血管性疾患、レビー小体病、前頭側頭葉変性症の4つが多いです。

認知症の症状

中核症状とBPSD（認知症の行動と心理症状）があります。

中核症状は、認知症であれば必ず出現し、記憶障害（新しいことが覚えられない）見当識障害（日にちや時間、場所、人の状況がわからない）実行機能障害（物事の段取りがわからない）理解・判断力障害（物事の理解・判断ができない）失行・失認・失語（適切な行動や認識、発声ができない）があります。

BPSDは、不安や抑うつ、幻覚・妄想、歩き回る、介護への抵抗の症状です。

これは必ず現れるものではなく、多くは環境の変化、体の不調、ストレスから生じるものです。

BPSD（認知症の行動と心理症状）とは

「認知症の人が歩き回る」、この行動を私たちは「ただ歩き回っているだけ」と思うことはないでしょうか？しかし認知症の人にとっては歩き回る理由があります。しかし脳の障害で自分のことを思い出しながら説明するのが難しいので、私たちに「ただ歩き回っているだけ」と誤解されやすいのです。このような誤解で薬によってしか治せないと思われてしまうのがBPSDです。BPSDは、まわりの人の知識や想像力があれば、軽減したり、なくすこともできるのです。

今回は、認知症の人のBPSDを起こさないための関わり「パーソンセンタードケア」と「ユマニチュード」について皆さんに知ってもらいたいと思います。

パーソンセンタードケアとは

1980年代に英国の臨床心理学者トム・キットウッド氏が提唱した認知症の人に対してのケアの在り方を指します。認知症の人に大切なことは「ひとりの人として周囲に受け入れられ、尊重されること」とされています。

パーソンセンタードケアの5つの花びら



この5つの花びらはパーソンセンタードケアを表しています。

認知症の人は、この花びらに書かれていることを自分自身で満たすことができません。

そのため、周囲の人達が愛を持ってこの5つの花びらに書かれていることを満たしてあげることで、認知症の人は自分らしく安心して過ごすことができます。

認知症があってもなくてもすべての「人」に価値があり、尊重されることが大事です。

認知症の人がどんなことが好きでどんな人と一緒にいたいのか、どんなことがその人らしいかを考え、その人に合わせた関わりが、認知症の人が穏やかに暮らすことにつながります。

ユマニチュードとは

ユマニチュードとはフランス語で「人間らしさ」という意味です。フランスで1980年代に誕生しました。ケアを4つの柱に分け「あなたを大切に思っています」という気持ちを相手が理解できるように伝えることで認知症の人が穏やかになる技術です。

4つの柱あなたのこと大切に思っていることを伝える方法

①みる

- 介助は、同じ目線の高さになり、正面から患者さんを見る
- ベッドで寝ている人はベッドをあげて目線を合わせる
- 見下ろさないように注意する



②話す

- 低めで大きすぎない声で話しかける
- 認知症の人から返事がなくても話しかける
- 〇〇はだめ、××したら具合が悪くなりますなどと脅したり、注意はせず、〇〇してもらってよいですか?と話す



③触れる

- 介助時はつかまない、ゆっくり手を動かす
- 会話をしながら認知症の人の手や肩に優しく触れる
- 手のひらで触れると安心感につながる



④立つ

- 人は直立する動物。立つことで身体の様々な生理機能が働くようになっている
- 一日20分、地面に足を着き、立つ支援をする。立てなく座ることから始める





リズムキャンプのご案内



当院では、コロナ禍以降生活リズムの崩れに伴う様々な症状でお困りの皆さんを対象に、「リズムキャンプ」を開催致します。

このキャンプでは、正しい生活リズムの中での生活習慣の回復を目標に、①疾患ごとに必要な検査や治療、②リハビリ指導、③学習時間の確保、そして④休み時間にはゲームや映画鑑賞などを、メリハリをつけてしていくことで、御本人やご家族が自宅で治療を計測できるようにサポートするものです。

【目的】 生活リズムを保つことで、体調の回復を図る入院です。

【対象となる方】 以下でお困りの方で、お子さま一人でのお泊りが可能な小児（5～15歳位）
 自律神経失調症（起立性低血圧）
 睡眠リズム障害（朝起きれない、遅寝遅起き昼夜逆転など）
 ICT 依存（ゲームやスマホをする時間が長い）
 過体重 引きこもりがち（外出機会が少ない）など

【期間】 概ね月曜日から金曜日の 4 泊 5 日（長期休み及び随時受け付けます）
 開始日は個々に相談して決定致します 入退院の時間は、土日に変更も可能です

【プログラム】

お困りの症状に対する検査や治療 リハビリ担当者の指導による運動、散歩
 ボードやカードゲーム・映画鑑賞などのレジャー、お楽しみ会
 病状に応じた栄養士管理の食事の提供
 学習時間：持参いただいたワーク、学校からの課題や宿題、自由時間 など

入院中のおやつは相談の上決定します。水分は水・お茶は持ち込み自由です。

面会は、通常の面会時間：平日 14 時（休日 11 時）～19 時ですが、治療プログラムの都合上、15：30 以降でお願い致します。



【費用】

医療保険と医療助成を使用した場合、
 食事代をご負担いただきます



独立行政法人国立病院機構甲府病院小児科 / 2 病棟

お問い合わせは小児科まで 代表 055-253-6131

秋の味覚を食べよう

免疫力は食事から

甲府病院 栄養管理室

食欲の秋がやってまいりました。しかし、季節の変わり目は風邪などの体調不良になりやすい時期でもあります。予防には免疫力を高めることが重要です。免疫力を高めるために、適度な運動を行い体力をつけ、身体に疲れを溜めないよう十分な睡眠を取り入れましょう。

また、食生活の乱れも免疫力の低下に繋がります。秋の旬の食べ物には栄養が豊富に含まれますが、免疫力強化に良い食材もあります。秋の味覚を取り入れた食事で、季節の変わり目を乗り切りましょう。

しいたけなどのきのこ類

旨みたっぷりで、それぞれ独特の食感や香りを持つ人気の食材です。食物繊維を多く含むため、腸内をすっきりきれいにしてくれます。β - グルカンという食物繊維の一種は免疫機能を高める作用があるとされ、効果が期待されています。



柿

ビタミンCが豊富で、他の果物には少ないβ - カロテンも含まれます。ビタミンCやβ - カロテンの抗氧化作用により、免疫力強化や風邪予防などの効果が期待できます。

(甘柿(中)130g の可食部100gあたり…エネルギー:63kcal、ビタミンC:70mg、β - カロテン:420μg)

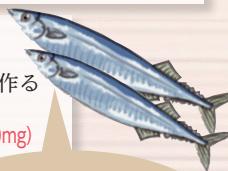
秋刀魚

不飽和脂肪酸のDHAやIPA(EPA)、良質なたんぱく質を豊富に含みます。たんぱく質は免疫細胞を作るための素になります。他にもビタミンA・B12・D・Eなどを多く含んでいます。

(1尾150gの可食部100gあたり…エネルギー:287kcal、たんぱく質:16.3g、食塩相当量:0.4g、DHA:2200mg、IPA(EPA):1500mg)

焼き魚にするのが一般的ですが、DHAやIPA(EPA)などの不飽和脂肪酸は焼き魚にすると減ってしまいます。グリル焼きやフライパン焼きにおける不飽和脂肪酸の損失は20%程度、また、揚げ調理ではその損失は50%にまで達することが報告されています。

栄養価を残さず食べるには薄味の煮物にして出汁ごと食べると良いでしょう。



お買い物の際は秋刀魚の顔をよく観察してみましょう。
口の先端が少し黄色くなっていると新鮮でおいしい秋刀魚のサインです!

参考:『きちんとわかる栄養学』飯田薰り子・寺本あい監修(東西社)、「オメガ博士による最新論文紹介」日本脂質栄養学会 <https://jsln.umin.jp/committee/omega2.html> 2025-09-26

栄養管理室おすすめ料理

きのこの醤油煮

(1人前あたりの塩分量…0.4～0.6g)

●材料 (小鉢 2～3人分)

・生しいたけ・・・60g 　・えのきたけ・・・120g 　・生なめこ・・・30g
・和風顆粒だし・・・1g (小さじ1/3) 　・本みりん・・・3g (小さじ1/2) 　・醤油 6g (小さじ1)

①なめこはさっと水で洗う。えのきたけは石づきを切り落としほぐす。しいたけは石づきを切り落として5mm幅の薄切りにする。

②鍋にすべての材料がつかる分の水、和風顆粒だし、本みりん、醤油を入れて火にかける。

③汁気が少なくなるまで煮詰める。

上記以外のきのこでも作れます。また、お好みでしょうがを入れて作ったり、大根おろしと食べたり、葉物の野菜と和え物にしてもよいでしょう。

令和7年度一日平均患者数

(小数点以下第2位は四捨五入)

※ 9月分及び年間累計は 10月1日現在

月別 種別	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	平均
	一般	重心	計										
入院	95.2	123.6	218.9	82.4	122.4	204.8	82.3	122.3	204.6	100.3	124.3	223.0	103.9
													94.3
													123.2
													217.5

※ 9月分及び年間累計は 10月1日現在

月別	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	平均
	外来	250.3	249.9	246.1	247.1	239.1	253.6						247.7

国立病院機構甲府病院 外来医師担当表

2025年10月1日現在

		月	火	水	木	金
一 階	消化器内科	消化器内科診察室	奥脇 徹也 (受付は10:30まで)	白勢 大門 (受付は10:30まで)	松田 秀哉 (受付は10:30まで)	
	消化器外科	消化器内科診察室				
		診察室1	鈴木 哲也	鈴木 哲也	鈴木 哲也	
		診察室2		土屋 雅人	土屋 雅人	土屋 雅人
		(5階) 化学療法	診察室1	○	○	
	内 科	診察室2		○	○	
		診察室3		武田 怜		中尾 篤人
		診察室4	黒澤 理恵	黒澤 理恵		黒澤 理恵
	糖尿病内科	診察室5		古屋 直子		大学 医師
		診察室4	黒澤 理恵	黒澤 理恵	望月 美恵 (小児科)	黒澤 理恵 望月 美恵(小児科)
二 階	循環器内科	診察室6	薬袋 路子	中村 貴光 (受付は10:30まで)		黒木 健志
	呼吸器内科	診察室3		本間 健太 (午後)		副島 研造 (午後)
	神経内科	診察室7		太田恵美子		太田恵美子
	脳神経外科	診察室8	長沼 博文	長沼 博文	長沼 博文	長沼 博文
		診察室9(共用)				大学 医師
	皮膚科	消化器内科診察室				川村 龍吉 (受付は10:30まで)
	整形外科 (スポーツ・膝疾患 治療センター)	整形1	午前	萩野 哲男	花形 圭祐	萩野 哲男
			午後			花形 圭祐 足の外来 藤巻 太郎
		整形2	午前	若生 政憲	中澤 洋平	若生 政憲
			午後			脊椎外来 大学 医師
		整形3	午前	萩野 哲広	落合 聰司	落合 聰司
		整形4	午前		落合 聰司	齋藤 正憲
		整形5	午前	装具 外来	落合 聰司	山下 隆
		診察室9(共用)	午前	山下 隆	千賀 進也	千賀 進也
		診察室10(共用)	午前		千賀 進也	千賀 進也
					千賀 進也	
二 階	検査室(内視鏡)	午前(上部)			村松 篤	
		午後(下部)				若尾 聰士
	小児科	午前		内田 則彦	望月 美恵	沢登 恵美 望月 美恵(第3木)
		午後			フォローアップ 久富 幹則	予防接種
		小児専門外来 午後 完全予約制	1		神 経(中村 幸介・石井 佐綾香・田丸 径)	
			2		腎臓・リウマチ(沢登 恵美)	
			3		内分泌・糖尿病(望月 美恵)	
			4		肥満・栄養(内田 則彦・滝澤 裕史)	
			5		成長・発育外来(予約)	
			6		循環器(大学医師) 第1木曜日、第3月曜日、第4水曜日	
			7		摂食(小野 智佳子) 第1・3木曜日	
二 階	産婦人科	午前		滝澤 基	雨宮 厚仁	保坂 彩夏
		午後(予約のみ)				雨宮 厚仁
		2(予約のみ)		雨宮 厚仁	滝澤 基	滝澤 基
	眼科			古屋 敏江 (予約のみ)	古屋 敏江	古屋 敏江
						古屋 敏江
	泌尿器科(予約のみ)			滝花 義男(奇数週)		
	耳鼻咽喉科					矢崎 裕久

- 受付時間／平日(月～金曜日)午前8時30分～午前11時00分 水曜日午後呼吸器内科受付時間／13:00～15:00(診察13:00～16:00)
- 消化器内科の初回受診希望時は、事前に内科外来までご連絡ください(予約電話受付13:00～16:00(平日のみ))
- 各科診療の予約状況により、初診及び予約外再診の方の外来診療をお受けできない場合があります。泌尿器科の初診の受付はありません。

※右記のものについては事前の ● 小児科乳児健診(月～金) ● 毎月第4金曜日午後 外来糖尿病教室 ● 出生前遺伝カウンセリング外来
予約が必要となります。 ● 予防接種(小児科) 毎週木曜日

助産師・看護師による専門外来のご案内

- 母乳外来(月～金曜日)
- フットケア(開催曜日はお問い合わせください)
- 育児相談(月～金曜日)(※事前の電話予約をお願いいたします)

特殊外来ご案内

- 「物忘れ外来」は、脳神経外科(月・火・木・金曜日)で行っています。
物忘れ外来の初回受診時は、診察予約及び他医療機関からの紹介状が必要となります
(予約電話受付13:00～16:00(平日のみ))

作品募集

「てんじん」に掲載する写真等の作品を募集しています。
■宛先 国立病院機構甲府病院 経営企画室 金子
e-mail:kaneko.yoji.va@mail.hosp.go.jp

2025年度職員採用試験案内

看護師・助産師・看護助手の採用試験(パート)は随時行っています。		
申し込み方法	※下記の電話番号に(平日8:30～17:15)直接ご連絡下さい。	
連絡先	国立病院機構甲府病院	庶務係長 TEL:055-253-6131 FAX:055-251-5597

編集後記

新型コロナウイルス及びインフルエンザの感染者数が増加傾向です。予防対策としては、手洗い、換気、マスク着用等咳エチケットが有効です。高齢者や基礎疾患のある方は、特にご注意ください。

食欲の秋です。秋の味覚を楽しんで元気に過ごしましょう。

(編集委員 S・T)