



「認知症の診断と治療の考え方について」

認知症の診断では二つのプロセスが必要になります。一つめは、認知症があるかどうか。そして、二つめは認知症を起こしている病気は何かです。

まず、認知症があるかどうかは、昨年11月号でもお話したように1. 物を覚えられない、思い出せない。2. 今まで出来ていた事が出来なくなる。3. 日常生活に支障をきたしている。これら3つの項目全てが当てはまるかどうかで判断します。次に、病気の診断はどうでしょうか。実は、これがとても難しいのです。なぜなら、少し硬い表現になりますが、認知症を起こす主な4つの病気は、解剖学的、組織学的に「病気の概念」がつくられたため、厳密な診断をするためには、脳の組織を顕微鏡で調べなければならないからです。ただ、そのような事は倫理的に行えません。それを補うために脳血流等の精密検査が行われる事がありますが、これとて絶対的なものではありません。

それでは、どのように考えたらよいのでしょうか。明確な答えはないように思います。であれば、現状では、無理に病名にはとられる事なく、ご家族が不安に感じている症状を中心に考え、医療や介護だけでなく、あらゆる力を駆使して問題解決に当たる姿勢が大切になってくると思われまます。

はまと神経内科クリニック・浜登文寿

こころを楽にする話(9)

「どんまい」と言おう！！



A病院に入院していた患者さんがB病院に搬送された時のことです。このとき付き添っていたA病院の看護師さんが連携上のあるミスを犯しB病院に多大な迷惑をかけてしまいました。看護師さんは叱られることを覚悟してB病院の医師に謝りました。ところが医師は、「どんまい」と笑顔で返しました。医師の言葉によって、看護師さんも、その話をきいたA病院のスタッフも不安だった気持ちが和らぎました。看護師さんはその後、同じ失敗はしていません。失敗があるのは挑戦している証拠。互いに生きやすくなるための大切なこと、それは、「どんまい」と言えることかもしれません。

NPO 法人世界の医療団 精神科医 森川すいめい



一番寒い月



大槌は2月が一番寒い月とされています。

2月は3日の福をたくさん呼ぶ節分、14日のバレンタインデーがあります。友チョコ、義理チョコ、本命の♥ハート♥を射止めるためのチョコなどいろいろありますが、みなさんはどんなチョコをあげたり、期待したりしていますか。

ぜひ、福を呼び、チョコで「こころ」をほかほかにして、寒さを吹き飛ばしてください。

そのためには、衣服の調節、マスクの使用、手洗い、うがいなどをし、風邪を予防することも忘れないようにしましょう。



《今月のおすすめ料理コーナー》

★ 白菜とひき肉の重ね蒸し

材 料	4人分	作り方
豚ひき肉	160g	① 白菜は1枚ずつはがし、手でちぎる。干し椎茸は水で戻し、石づきを取って、薄切りにする。(戻し汁は残しておく) ② 万能ねぎは小口切りにし、根生姜はみじん切りにする。 ③ ボウルにひき肉と根生姜、片栗粉を入れ、よく混ぜ合わせる。 ④ フライパンに白菜の1/3量を広げる。 ③の半分を一口大にちぎり、白菜の上に広げおく。その上に、白菜、ひき肉、白菜の順に重ね、最後に椎茸をのせる。 ⑤ ④に水とめんつゆを入れて、10分程度蒸し焼きにする。 ⑥ ひき肉に火が通ったら、万能ねぎを散りばめ、火を止める。
白菜	1/6個	
干し椎茸	4枚	
万能ねぎ	適量	
根生姜	10g	
片栗粉	大さじ2	
めんつゆ	大さじ2	
水(椎茸の戻し汁)	200cc	

1人分の栄養価 << エネルギー 255 kcal 食塩 0.8g >>

《コメント》

フライパン一つ、調味料一つで出来る簡単メニューです。食材を重ね合わせることで、食材のうま味がいきわたり、野菜をいっぱい食べられるメニューです。

ポイントは、白菜を手でちぎることです。手でちぎることで、味がしみ込みやすくなります。生姜で体を温め、寒い冬を乗り切りましょう。

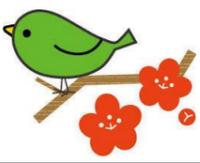


献立提供：大槌町食生活改善推進団体協議会



2016年 2月 サロン行事予定



日	月	火	水	木	金	土
	1	2 大安	3	4	5	6
【訂正とお詫び】 おれんじ通信1月号のカレンダー 1/9(土)の部分に「新しくできた道の駅」と記載されておりましたが正しくは「大槌町沿岸営農拠点センター」でした。訂正してお詫びいたします。	「和の湯」 10:00~15:00 会場 和野っこハウス 	 佐々木 淑です。 1月から相談員になりました。よろしくお願いいたします。	「豆まき」 「手品」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 社協 主催「ひだまり塾」 10:00~11:30 会場 小館仮設集会所 *男性向けサロン* 	「輪投げ」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 「レクリハ」 10:30~11:30 会場 ぬくっこハウス 	「大槌民謡保存会」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 	城山からの雪景色
7	8	9	10	11	12 大安	13
~こんなのが できました♡~ 	「和の湯」 10:00~15:00 会場 和野っこハウス 「神戸ポーポッキ手芸」 10:00~15:00 会場 エールサポートセンター 「コーヒーサロン」 10:00~12:00 会場 ぬくっこハウス	「フラダンス教室」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス くるみと作りました。 	「さをり織り」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 社協 主催「ひだまり塾」 10:00~11:30 会場 大槌第12仮設談話室 	「カラオケ体操」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 「レクリハ」 10:30~11:30 会場 ぬくっこハウス 	「バレンタイン チョコ作り」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 	大物のカレイとタコ 
14	15	16	17	18 大安	19	20
HAPPY VALENTINE'S DAY! 	「和の湯」 10:00~15:00 会場 和野っこハウス 味の素 料理教室 10:00~12:00 会場 エールサポートセンター	「フラダンス教室」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 	「手芸」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 社協 主催「ひだまり塾」 10:00~11:30 会場 大槌第14仮設談話室 	「吹き矢」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 「レクリハ」 10:30~11:30 会場 ぬくっこハウス 	「和野っこカラオケ」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 	「マッサージ」 13:00~ 会場 和野っこハウス 社協 主催「ひだまり塾」 10:00~11:30 会場 小館仮設集会所 *男性向けサロン* 
21	22	23	24 大安	25	26	27
	「和の湯」 10:00~15:00 会場 和野っこハウス 「コーヒーサロン」 10:00~12:00 会場 ぬくっこハウス 	「カレンダー作り」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 	「さをり織り」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 社協 主催「ひだまり塾」 10:00~11:30 会場 大槌第12仮設談話室	「カラオケ体操」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 「レクリハ」 10:30~11:30 会場 ぬくっこハウス	「大槌歌謡研究会」 10:00~12:00 会場 和野っこハウス 	きめこみ 作品だよ♡
28	29	 問い合わせ  社協ボランティアセンター ☎ 0193-41-1555 エールサポートセンター (小館) ☎ 0193-41-2006 ぬくっこハウス(浪板) ☎ 0193-44-3266 和野っこハウス(大槌) ☎ 0193-42-8708 				
みずき団子 作ってま〜す! 	「和の湯」 10:00~15:00 会場 和野っこハウス					