



第 9 3 号
平成 2 3 年
8 月 発 行

高齢者に対する機能評価を…④

低栄養の予防について

社会福祉法人りんさく福祉会

理事長 須田 晃

高齢者の医療において近年、さまざまな治療法の登場によって、ともすれば栄養の重要性は軽視される傾向にありました。しかし、反面、栄養の重要性についてもこれまでに多くの報告があり栄養療法を基本的治療として強調されると共に、その重要性が叫ばれる時代になって来ました。特に、褥瘡治療の薬剤には次々と新しいものが加わっています。これらは栄養状態の改善や除圧などの基本的治療や適切な介護が十分なされたうえで初めて良好な効果を発揮することになります。

さらに、医療機関の機能分化や介護型施設の増加に伴い、費用対効果の視点も無視できない場面も多くなっています。栄養療法を受ける側にとっても非常に有意義な考え方であります。

低栄養の予防のためには、日常的にそのモニタリングが必要であります。低栄養の判定について厳密な規定はなく、通常いくつかの指標や危険因子を総合的に判断します。たくさんある栄養指標のなかで、私どもが日常的に、使用している簡便な指標としては、BMI（体重指数）、体重変化、血清アルブミン値（三・〇以下で危険域、三・〇～三・四で境界域）末梢血

リンパ球数（ $1000/\text{mm}^3$ ）以下で危険域、 $1000 \sim 1500/\text{mm}^3$ （ミリットルで境界域）などがあります。

体重を測定することは時として困難を伴うことがありますが、基本的には不可能ではなく極力実施すべきであります。BMIの算出に必要な身長については、低栄養が問題となるような高齢者において下肢の屈曲拘縮などで往々にして計測できない事があることを経験している事と思います。欧米では下腿長から身長を推定する方法が普及して、日本人を対象とした推定式も算出されていますが、このためには特別な計測器を必要としています。名古屋大学医学部の神田茂先生は、普通の巻尺を使用して身長を推定する簡易法をすすめています。左腓骨頭部の隆起部から外果部の隆起部までを下腿長として計測し、【身長（cm） $\parallel$ 三・二三 $\times$ 下腿長（cm） $\pm$ 四九・六】の式で身長を推定しています。

今のところ、低栄養と関連の強い因子として、誤嚥の有無、芋や豆の摂取回数、乳製品や肉の摂取量、抑鬱、家族関係や社会的環境、排泄や買い物・食事の自立度、金銭管理の自立度などが考慮されるかと思えます。もちろん、様々な疾患の結果として栄養状態が悪化することは臨床的に明らかであります。低栄養の予防のためには、これらの改善が有効であることは勿論のことです。たとえば、嚥下リハビリや食事の工夫、原因疾患や口腔疾患、抑鬱の治療、薬剤の副作用チェック、便通のコントロールといった医療上のアプローチのほか、介護保険制度も有効に利用して食事環境の整備や適度な身体活動などに配慮することが望まれるでしょう。

望洋荘においても明るく健康的に過ごせるよう食事や適度の運動に心掛けて下さい。その努力が荘内全体に素敵な雰囲気をもたらしことでしょう。

「スイカ割り」 薄磯・豊間・ショート合同

八月六日（土）午前十時より、塩屋岬ホールにて薄磯・豊間・ショートユニット合同「スイカ割り」を開催致しました。会場内は懐かしい民謡が流れていたせいか、入居者様も歌を口ずさみながらリズムに乗って力強くスイカを叩く姿が見られました。スイカが割れた時はみんなから大きな歓声があがりました。スイカは食べ易くカットされ、美味しくいただきました。



「家族交流会」 永崎ユニット

八月二十八日（日）午後二時より、塩屋岬ホールにて永崎ユニットの「家族交流会」を開催致しました。当初三月二十七日に予定しておりましたが震災のため、止むを得ず中止となり、再度企画して実現しました。今回は、彩り鮮やかなスイーツを用意しての「おやつバイキング」を中心にお茶会を行いました。入居者様は、みんなとゆっくり話が出来て良かったと話されていました。



多くのご家族様に参加をいただき、お茶を飲みながら親子・ご家族同士・ユニット職員との交流を深めていました。

ハンドマッサージでは、家族のスキンシップが図られ下の写真でもわかる様にみんなととてもいい笑顔でした。



余興では、入居者様とスタッフが笑い芸人に扮して「漫才」を披露しました。会場内を大いに笑わせて、盛り上げていました。

スライドショーではこの一年の入所者様の暮らしの様子をテーマに作られ、みんなの笑い涙をそそりました。



「特別寄稿文」②

理事長の友人であります、笛吹中央病院の熊澤光生院長からの御礼の手紙と理事長に元氣な笑いを提供したいと先生のエッセイが届きましたので掲載いたします。

須田 晃様

この度は、写真集「いわきの記憶」と先生の経営されている特別養護老人ホームの「望洋荘便り」三月号、四月号を送っていただきありがとうございます。

望洋荘便りの「その時私は…」に書かれている後業員の方々の文は、本当に大変だったなどと始めて今回の災害を感じさせられました。三月十一日は、家内とインドネシアのバリ島に休暇旅行に行っておりましてので、私には今回の大震災に対する実感が抜けているところがあります。

いわき民報社の集めて出された写真集も、こちらの方々の被られた物と心の衝撃と悲しみがよく伝わってきます。

そちらの受けられた被害をよそ事のごとく、私は間の抜けた文を最近作っています。気休めの文として目を通していただければ幸いです。

十月のゴルフの会でお会いするのを楽しみにしております。

熊澤 光生

「さわっちょし」…はたして貴君は？…

貴君は、春三月、甲府の研究会に出席した後、なぜか妙齢の甲州生まれの甲州育ちの「婦人」と夕餉を楽しんでいます。会話も弾み、勝沼産ワインで心地よくなり、二人はレストランを出ます。眼下に日本三大夜景にも数えられる甲府の街の灯が美しく広がっています。彼女

の腰に手を廻そうかと迷っていると彼女が鼻にかかった声で「触わっちょし」といいました。ハイ、貴君はどうしますか？貴君の取るべき正しい行動を知りたい方は、この文を最後まで読んでください。

これまでの人生七十年、生まれ育ちの九州が十八年、留学を含めお茶の水周辺が二十三年、ここ山梨が二十九年と山梨が最も長くなりました。十八歳、東京に出てきて、言葉の違いに驚きました。東京育ち同世代は「だからさ、だてさ」を連発します。同級生の故上野博正氏（平成十四年逝去）は「今朝のあさしひんぶん読んだか」と云います。私が先生を shenshei（シェンシェイ）と発音するのがおかしいと云われて、「どこがおかしいのか zhenzhen（ジェンジェン）分かんよ」と云って又、笑われたのを昨日のように思い出します。

山梨に来ると、そ、が、ほに変わることに気付きました。ほうずら（そうでしよう）、ほんな（そんなこと）、ほーけー（そうですか）、ほうだちゅうこん（そうだと云う事）などです。話し手が話の間に入れて同意を得る言葉、英語の「you know」に当りますが、山梨では、「ほうちゅうわけ」とか「ほうだちゅうこん」が使われます。聞き手は「ほーけー」「ほーけー」と云って相槌を入れます。初めて土地の人同士の会話を聞いたときは、「包茎」に聞こえて笑いをこらえました。

出来るだけ甲州弁を使って土地の人になじもうとしています。ですが、そろそろ三十年にもなるのに、無理かなと感じています。

それでは、最初の設問の答えを述べましょう。まず彼女の鼻声は、スギ花粉症による鼻閉を疑う必要があります。甲府盆地は四方を山で囲まれており二月から四月にかけて、北風であろうが南風であろうが、何風が

吹こうとスギ花粉の飛び交う量は相当なもので、住民の多くは鼻閉気味です。

次いで、「さわっちょし」をどう取りましたか？「さわっちょうだい」と思ったでしょう。ピンポンでなくブーブーです。甲州弁では動詞の連用形に「ちよ」をつけると禁止の命令形になります。例を挙げると、しちよ（するな）、ちちよ（行くな）、みちよ（見るな）などです。

九州では、悪さをする生徒に先生が「そこに立つちよれ」と云って立たせます。山梨に来て間もなく、年寄りには土地の言葉で呼び掛けねばと、麻酔覚醒時に「手術は、無事終わりましたよ、目を開けちよし」と云ったら、付いた看護師さんに「それではいつまでも目を開けませんよ。目を開けるしと呼びかけて下さい」と正されました。

どうして意味を取り違えるような言葉遣いが甲州に生じたのでしょうか？一説によると、戦国時代、農民を集めて集団を造った時、上杉や徳川から隠密が紛れ込んできます。「右を向いちよ」「立つちよ」と号令をかけた時、一人だけ右を向いたり、立ち上がったたりする者がいると、これは怪しいとなるわけです。では「さわっちょし」の最後の「し」は何でしょう。「し」は動詞の命令形につけて語調を和らげます。「しちよ」は「するな」で「しちよし」は「しちやあ駄目よ」くらいになります。甲府のお母さんは小さな男の子を「ちよびちよびしちよし」と云って叱ります。これは「調子に乗って騒いでは駄目ですよ」の意味です。

結論を言います。彼女が「さわっちょし」と云ったのに触れば、ビンタを食らうでしょう。「さわっちょし」と「し」をつけたので、少し脈が残ります。腰に手をまわすかは、あなたの女性心理を読む力にかかっています。

私は、文字通り、山梨に骨を埋める覚悟です。この地の言葉に今後に関心をもち続けたいものです。

「望洋荘祭り」のご案内

毎年恒例となりました「第八回望洋荘祭り」を九月十八日（日）午後一時より、正面玄関前広場（雨天時施設内）にて開催致します。ご家族様、地域の皆様お誘い合わせ上多くの方々が来荘下さいませようお願い致します。

※お車で越しの方へ、当日は職員駐車場を第一駐車場として開放いたしますが、収容出来る駐車スペースが数十台程度であり、近くの豊産業様より、第二駐車場を借りております。しかし、駐車出来る台数に限りがございますので出来る限り、乗り合いでお越し下さいませ。願ひ致します。また、当日それぞれの駐車場に看板と係員を配置しておりますので、係員の指示に従いご協力頂きますようお願いいたします。

第二駐車場に駐車の際は、望洋荘まで送迎の車を準備しておりますのでご利用ください。

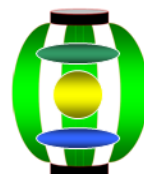
※下図に簡単ですが略図を掲載しておりますのでご参考にして下さい。



望洋荘祭りプログラム

日時：平成23年9月18日（日）13:00～

場所：望洋荘正面玄関前駐車場 ※雨天時は施設内



進行次第

12:30～ 受付（チケット発売場）・出店販売開始		
出店内容…焼きそば・フランクフルト・たこ焼き・かき氷・ドリンク・饅菓子・ポップコーン・おはぎ・パザーなど		
協賛：望洋荘家族会様		
いわきそば 惣長：菅野伸是様		
手打ちそば (300円) ※原価にて提供		
おかやどかり 100えん		
13:00～		
1	開会のあいさつ	望洋荘 施設長 須田 美保子
2	理事長あいさつ	りんさく福祉会 理事長 須田 滉
3	来賓挨拶	豊間区 区長 鈴木 徳夫様
4	家族会代表あいさつ	望洋荘家族会 会長 田村 義輝様
5	開会宣言	入居者様 代表 山際 イクヨ様

13:15～ 余興開始		駐車場案内 ※第1駐車場が満車になった場合は第2駐車場となりますのでご協力の方お願い致します ※第2駐車場をご利用の方は駐車場⇒会場の送迎を致します 第1駐車場 第2駐車場 望洋荘祭り会場 第1駐車場 第2駐車場 望洋荘祭り会場
13:15～13:40	フラダンス カブア・モキハナフラスターズ様	
13:45～14:10	ホチアリーディング クラブスチアリーダーズ様	
休憩 14:10～14:30		
14:35～15:00	じゃんがら 下高久原青年会様	
15:00～ 閉会のあいさつ 望洋荘 事務長 演尾 榮男		

※お断り
 ・駐車スペースに限りがございます。乗り合わせにて、ご来荘頂けます様お願い致します。
 ・出店の商品には、限りがございます。品切れの際はご容赦ください。
 ・食中毒防止の為、食べ物のお持ち帰りはご遠慮ください。

九月の行事予定

九月十八日（日）午後一時～正面玄関前広場
 「第八回 望洋荘祭り」

【九月のお誕生会予定】

九月一日（木）	四倉 大谷サタ子様（九五歳）誕生会
九月二日（土）	四倉 池田 洋子様（七九歳）誕生会
九月三日（日）	四倉 鈴木 美知規様（六二歳）誕生会
九月五日（月）	永崎 涌井 マサ子様（九一歳）誕生会
九月一〇日（土）	永崎 加藤 ヨシ様（九三歳）誕生会
九月一九日（月）	永崎 鈴木 アエ子様（九一歳）誕生会
九月三〇日（金）	勿来 坂本 キヨ様（九四歳）誕生会

編集後記 『望洋荘』便り

平成二十三年八月三十一日発行
 発行所 いわき市

社会福祉法人 りんさく福祉会
 介護老人福祉施設 望洋荘

電話 (0246) 55-7373
 FAX (0246) 55-7255