



## 本田店長(ほっとサロン代表)より



### 「ロウバイ(蠟梅)」

みなさん元気にはしていますか？  
 この周南でも身近にコロナの感染者が発生しています。お互いに注意してください。又、先日は前途ある若い訪問医が理不尽にも銃で撃たれるという事件が起こりました。  
 いつもの六手の散歩コースには、春の日を浴びながら、蠟でできたような黄色い梅の花、ロウバイが見事に満開になっていました。

そして春は静かにあなたの近くまで近寄ってきています。しかし、コロナは先が見えませんか。



『東風吹かば にほひおこせる 梅の花 あるじなしとて 春を忘るな』菅原道真

私のふるさと福岡では梅の花が咲くころ、菅原道真が祭られている大宰府天満宮で受験と安全と健康の祈願をして、「梅が枝餅」を食べるのが風物詩でした。

二月四日は立春なので二月三日は節分でしたね。豆まきは？ 恵方巻は？

## ワンポイント！ミニ講座 「認知症の終末期について」

千葉県認知症コーディネーター 林 英一

今月は認知症の終末期についてお話したいと思います。

重い話になりますが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、医療機関の病床のひっ迫は、病気で入院に限らず認知症で終末期を迎えた時の最後の場所にも影響すると言っても過言ではありません。認知症の終末期を正しく理解しておくことは、認知症の方の最後をどう迎えるかを考えるうえで重要な事と思います。

### アルツハイマー型認知症の方の終末期について

認知症で最も多いアルツハイマー型認知症の終末期の症状について文献を参考に整理してみました。アルツハイマー病をはじめとする認知症は、進行性の難病であり、認知機能が完全に失われその後死に至ります。認知症の最終段階である6ヶ月から2年の間には、てんかん、嚥下障害、食事に関する興味の喪失などが起こることが特徴です。

今回は、アルツハイマー型認知症の終末期のうち嚥下障害と食欲についてお話させていただきます。

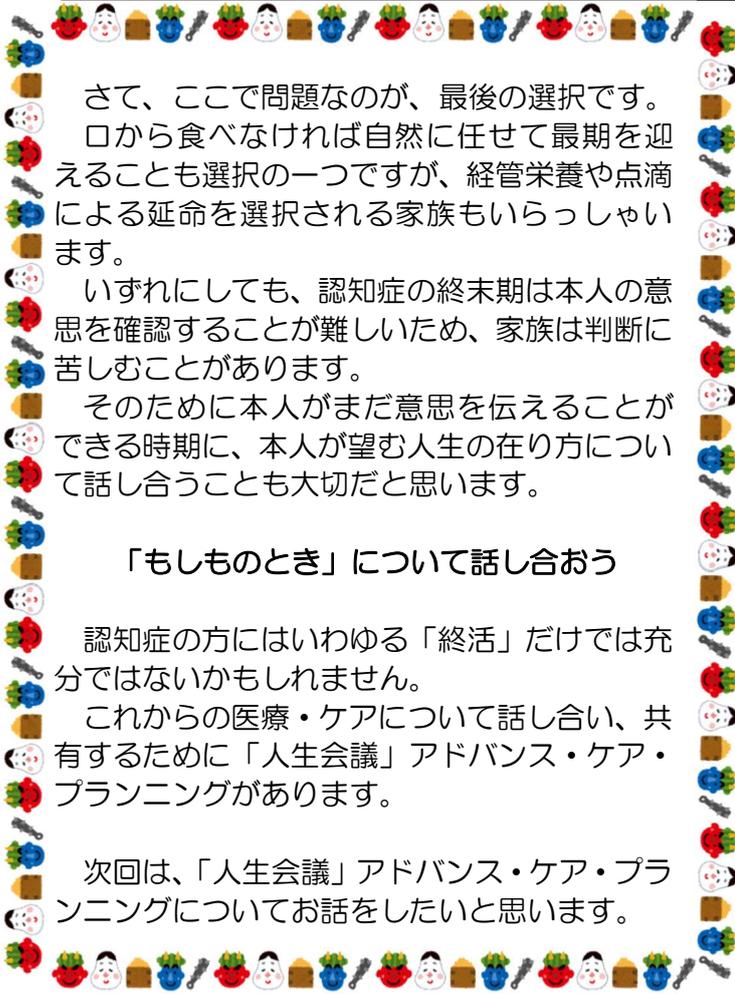
#### 1. 嚥下障害

嚥下障害と言えば誤嚥性肺炎を思い浮かぶ方は多いと思います。食べ物を飲み込むことができなくなる、食べるとむせる、食後の痰がでる、食事が口からこぼれる。咀嚼する力が衰え形のある物を噛んで飲み込むことができなくなるなどです。飲食時(食事・水分補給)の誤嚥で肺炎になり、その繰り返しにより最後は亡くなる方は非常に多いと言えます。また、誤嚥性肺炎の繰り返しにより口からの食事(経口)を中止し経管栄養(胃ろう・経鼻)を選択される方もいらっしゃいます

#### 2. 食欲

食欲不振、食事の関心がなくなる。食べてもおいしいと感じない。食欲がなくなるため、栄養を摂取せず、意図しない体重減少が起こる。弊害として水分不足の結果、尿路感染症になる方もいます。加齢により食欲がなくなり栄養が摂取できないことが続くと、老衰となり最期を迎えます。しかし、認知症の方の中には身体はまだ元気そうなのに、食べ物を勧めても口にしない、口に入れても噛んで飲み込んでくれない場合があります。家族にすると、身体は元気そうなのに何で食べてくれないのと思ってしまうのですが、認知症の症状の段階では終末期にあります。

裏面に続きます。



さて、ここで問題なのが、最後の選択です。口から食べなければ自然に任せて最期を迎えることも選択の一つですが、経管栄養や点滴による延命を選択される家族もいらっしゃいます。

いずれにしても、認知症の終末期は本人の意思を確認することが難しいため、家族は判断に苦しむことがあります。

そのために本人がまだ意思を伝えることができる時期に、本人が望む人生の在り方について話し合うことも大切だと思います。

### 「もしものとき」について話し合おう

認知症の方にはいわゆる「終活」だけでは充分ではないかもしれません。

これからの医療・ケアについて話し合い、共有するために「人生会議」アドバンス・ケア・プランニングがあります。

今回は、「人生会議」アドバンス・ケア・プランニングについてお話をしたいと思います。

## クワの迷路

スタート →

◻	○	◻	♥
◻	◻	◻	◻
◻	◻	♥	◻
♥	◻	○	♥
♥	◻	◻	◻
◻	◻	◻	♥

Love

ゴール

### スタッフのつぶやき

今年に入り、猫背矯正に通い始めた。

もともと重度の肩凝りに悩まされていたが、コロナ渦と寒さで行動を制限されるとますます体が硬くなり、背中全体までこり固まっていた。せっかくマッサージに通っているのだからと、効果を高めるために肩甲骨のストレッチも始めてみた。

両手の平と肘をくっつけ、指先を上に向ける。肘が鼻くらいまで上がれば肩甲骨周りは柔らかいらしい。ストレッチ前は肘が顎下までしかいかなかったのに、終わると鼻まで上がるようになる。

嬉しくなって息子に報告してみたら、息子は『へえ〜』と言いながら、肘を顎まで楽々と上げて見せた。…若さって素晴らしいと思った。



スタッフ T

### お手紙を募集します！

本紙を読んだご感想、ご意見、掲載してもらいたい記事・寄稿など、お待ちしております。

頂いたお手紙はスタッフが読んで、ご返信いたします。些細なことでも構いませんので、お手紙お待ちしております。



【送付先】

〒299-1123 君津市大山野 26  
周南公民館内 すなみほっとサロン運営委員会

発行 すなみほっとサロン運営委員会

【問合せ先】

周南公民館

TEL 0439-52-4915

Mail sunami-k@city.kimitsu.lg.jp



ブログ QR



当サロンは2016年12月から始まりました。休止以前は、第3金曜日の午後に周南公民館を会場に開催をしていました。再開が決定しましたら本紙またはブログにてお知らせ致します！