

地域と医療とココロのかけはしをつなぐ

 横手興生病院 広 報 誌

かけはし

自由にお持ち帰り下さい

2024.11
vol.67

あきたオレンジフェスタ 参加いただいた方の声

知って得する健康ナビ

腸活におすすめ 甘酒ヨーグルト

撮影者 加賀谷 一

撮影場所 宮城県羽黒山公園

あきたオレンジフェスタ

共催  秋田県  横手市

メインホールイベント 参加いただいた方の声



▲大田秀隆教授と当事者座談会に登壇していただいた藤田和子さん、神原繁行さん、丹野智文さん

ご本人のお話はとても説得力があり、胸打つものは多くありました。私は家族として、本人の思いをあまり聞くことができず、怒りの行動に疲弊する日々ですが、本人がどのような気持ちでいるのか、どうしたいのか、という視点に立つことが必要なんだと感じました。談話の中から「認知症」という特性ばかりにとらわれず1人1人の個性や考え方、生活スタイルなどで状況も違っているのだと気付かされました。前向きな言葉が多くあり、とても勇気をもらうことができました。

当事者の気持ちを勝手に決めつけていることに気づきました。



当事者の方がどう思っているのか知れて良かったです。認知症だから何もできないわけではなく、自分の好きなことをやりたいことにチャレンジしている皆さんがとても「今」を大切に生きていることが分かりました。

日々の介護現場で働く中で思っていたことを肯定していただく内容でもあり、励みになりました。当事者がその人らしく楽しく過ごせること、大切にしていきたいです。

一次予防ばかり注目されているというのは、本当にその通りだと思います。最近感じていた違和感だったので3人のお話がきけて良かったです!

みなさん、明るく前向きな言葉で、元気になれる印象を感じました。

どうしても、怖い嫌なイメージを持ってしまう認知症ですが、当事者の皆さんがとても活き活きとされている姿に元気をいただきました。

マイクの音量、聞こえづらかったのが残念。

メインホールイベント

第1部

- ・開会のご挨拶
- ・大田秀隆教授より「秋田県の若年性認知症の現状」
- ・大田教授を交えた認知症当事者座談会

第2部

- ・オレンジランプ上映会

ロビーでは

- ・出前認知症カフェ
- ・パネル展
- ・障がい福祉サービス事業所作品展
- ・就労支援施設グリーンの軽食・ドリンクコーナー

ご来場いただきました約230名の方をはじめ、イベント関係者、ご支援いただきました皆様には心より御礼申し上げます。

ロビーイベント 参加いただいた方の声



明るい雰囲気良かった！

展示物などがオレンジ色が多く使われており暖かいなと思いました。



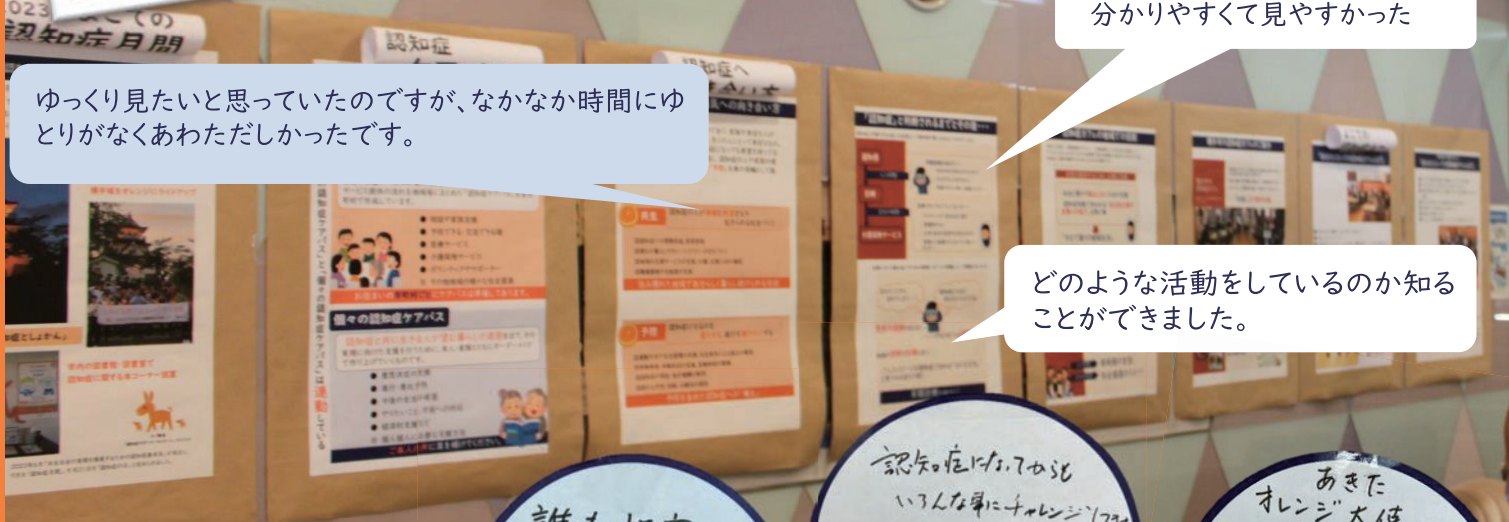
認知症カフェに参加できず残念でした。



分かりやすく見やすかった

ゆっくり見たいと思っていたのですが、なかなか時間にゆとりがなくあわただしかったです。

どのような活動をしているのか知ることができました。



#認知症

～思いをつぶやいてみよう～

誰もが安心して認知症になれる秋田県にしていこう!!
丹野 智文

認知症になっても
いろんな事にチャレンジして
たくさんの人に支えてもらって
くらしを。
笑顔でまわす。
歩み続けよう!
藤の知子

あきた
オレンジ大使
神原 27.
① かけるか
② かんじ
かけません!

▲登壇していただいた当事者の声

知って得する健康ナビ

腸活におすすめ 甘酒ヨーグルト

甘酒の歴史をたどると古墳時代には既にあり、平安時代には貴族たちの間で夏の冷やし甘酒が流行。一般に普及するのは江戸時代と長い歴史をもつ甘酒ですが今は飲む点滴と言われ注目を集めています。甘酒には酒粕を水で煮溶かし砂糖を加えたものと、米麹で蒸したお米を発酵させて作るものの2種類ありますがアルコール分を含まない米麹タイプをおすすめします。甘酒の主成分は体内でエネルギーを作り出すブドウ糖、人間の体を作る原料で体内では合成できない9種類の必須アミノ酸、疲労回復に効果のあるビタミンB群などで点滴とよく似た成分です。他にも食物繊維やオリゴ糖も含まれており、これらはビフィズス菌の餌になり善玉菌を増やして腸内環境を整える腸活に役立ちます。ヨーグルトと合せることでたんぱく質も取ることが出来ますので、ダイエットの際のおやつにもおすすめです。甘酒とヨーグルト、ダブルの発酵食品パワーで季節の変わり目の不調に対応していきましょう。

ケアレシピ

甘酒ヨーグルト

材料（2人分）

★米麹甘酒 500g

★無糖ヨーグルト 500g

★煮物用等にカットされたかぼちゃ（量はお好みで）

作り方

- ① かぼちゃは一度ざつと洗い、電子レンジでやわらかくなるまで加熱する。1cm角にカットする。
- ② 米麹甘酒と無糖ヨーグルトを混ぜ合わせる。
- ③ ②を容器に入れ、かぼちゃをトッピングする。

今回はかぼちゃを使いましたが、さつまいももおすすめです。また、甘酒とヨーグルトも自分の好みに合わせてどちらかを多めにしてもいいでしょう。

横手興生病院栄養科

管理栄養士 小幡 花予 監修



外来担当表

2024年8月～

	月	火	水	木	金	土
第1診察室		松 澤	小 林	小 泉	小 林	
第2診察室	小 泉	佐藤(雅)	佐藤(雅)	佐藤(甫)	佐藤(甫)	
第3診察室	武 田	安 部	松 澤	榊 田		榊 田
第5診察室	藤 嶋	藤 嶋	杉田(多)	安 部	榊 田	小 林

理 念

心の通う良質な医療を提供し、
地域に密着した信頼される病院を目指します。

基本方針

秋田県、特に県南の基幹精神科病院としての役割を果たすために
以下の基本方針のもとに運営してまいります。

診療科目

精神科・内科

外来診療日

月曜日～金曜日、第2・第4以外の土曜日（祝日は休診）

診療受付時間

午前8時30分～午前11時30分

職員大募集

対象職種

看護師

准看護師

看護助手

言語聴覚士

調理員

事務

詳細は当院ホームページか事務部総務係まで
お気軽にお電話ください！

☎0182-32-2071



社会医療法人 興生会
横手興生病院

〒013-0016

秋田県横手市根岸町8-21

TEL 0182-32-2071

URL <https://www.kohseikai.com/>

横手興生病院

検索