

# みなみやま

2025年 春  
vol.116

特集

## 明日のために、今知ろう

### 1~4 高齢者の食事

- 5 私らしく、家族らしく  
•がんの治療を継続するには？

### 6 インフォメーション

裏表紙 地域とともに、愛泉会



# 高齢者の 5人に1人が 低栄養

「食生活が豊か」といわれる日本ですが、高齢者(65歳以上)は、男性12.9%、女性22.0%が低栄養傾向、85歳以上は4人に1人が低栄養傾向であることが分かっています\*。

低栄養とは、食欲低下や噛む力の弱まりなどから食事が減り身体を動かすために必要なエネルギーや筋肉、皮膚、内臓などをつくる栄養が不足している状態のこと。病院や施設でも積極的な取り組みが広がっています。健康な明日のために「食べる」ことを考えてみましょう。

\*2022年の「国民健康・栄養調査」の結果

## 低栄養が招くリスク



筋力が低下して  
転倒しやすい



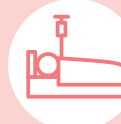
褥瘡(じよくそう\*)が  
できやすい  
※床ずれ



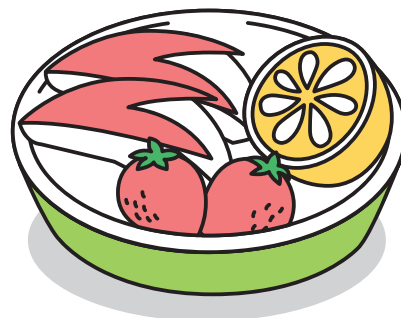
病気が  
重症化しやすい



肺炎などに  
感染しやすい



治療に時間がかかり  
入院も長引く



## 超高齢化で栄養摂取の重要性が高まっています

医療の現場で栄養の重要性に目が向けられたのは約20年前です。それまで脳梗塞や心筋梗塞などで食事が難しい患者さんには、静脈から点滴で栄養を補っていましたが、口や鼻から栄養を送ることで胃腸を少しでも動かし、全身回復を促すように変わっていきました。そして、栄養摂取も薬物療法と並ぶ、治療の一環と考えられるようになったのです。この重要な役割を担うのが、多職種で構成されるNST(栄養サポートチーム)です。



医師  
太田 信吉

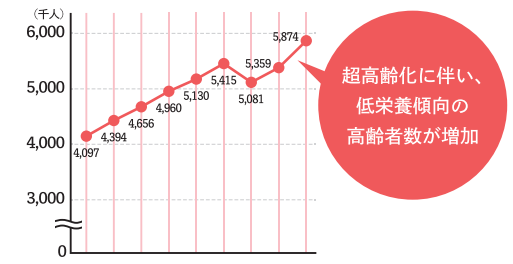
2004年、愛知国際病院では、いち早くNST活動を病棟で始めました。超高齢化で低栄養が問題となるなか、NSTはますます重要となり、私たちもいっそう活動に力を注いでいます。

栄養  
摂取



治療

■ 65歳以上の低栄養傾向者



65歳以上人口(国勢調査)に、65歳以上の低栄養傾向者の割合(国民健康・栄養調査)を乗じて算出したもの。データは平成18年~26年。

超高齢化に伴い、  
低栄養傾向の  
高齢者数が増加



## 愛知国際病院のNST活動

### 1 20年以上の歴史がある

2004年に活動をスタート。歴史があるので「栄養は治療のひとつ」という意識がスタッフの間に浸透しています。

### 2 言語聴覚士が3名常駐

NST活動で不可欠の嚥下造影検査や「飲み込み」リハビリ。これらを専門とする言語聴覚士が3名常駐しており、患者さんにきめ細かく対応できます。

### 3 多くの研修修了者を輩出

NST研修修了者は合計24名(うちNST専門療法師士の資格取得7名)。JSPEN(日本栄養治療学会)より専門療法師士認定教育施設にも認定されています。

### 4 他施設と連携してNST活動を普及

2013年から日進おりど病院と合同でNST研修会を開催(以後、毎年実施)したり、地域の施設に助言するなど、NST活動の普及にも貢献しています。

# 栄養摂取のサポート

一日も早い回復を促すため、愛泉会では病棟、外来、老健、在宅において栄養摂取へのサポートに力を入れています。どのような取り組みをしているのか、それぞれの現場からお届けします。

## 入院 の栄養療法

### おいしく食事をしていただけるよう、チームで活動しています

愛知国際病院 一般病棟 看護助手 鬼頭、看護師 平野、師長 佐藤

入院中、お食事はお薬やリハビリと同様、治療の役目を担います。管理栄養士を含めたNSTメンバーは週1回、患者さんの食事の様子を「ミールラウンド」で確認し、少しでもおいしく食事をしていただけるよう、チームで取り組んでいます。さらに新しい栄養食を試食して取り入れたり、学会・オンライン講習会で知識をアップデートしたりして、治療の質を常に向上させています。

## NSTラウンドの流れ



「おかずをよく残すけど、原因は何だろう…」

「食事の量が減っているわ」

「お口に合いませんか」

「体勢が良くないかも」

「量を減らして食事回数を増やしては？」

「薬剤を変えてみますか？」

### こんな工夫も！

- 体勢を変える** 枕を肘の下に敷いたり、車椅子に移乗したり。
- 薬剤調整** 食欲不振の原因が薬剤にあることも。
- 器を変える** 白い器に白いごはんは分かりづらいという患者さんも。
- 料理形態** とろみの状態の微調整を行う（薄め、濃いめなど）。
- メニュー調整** ふりかけを添えたり、栄養補助食品の種類を変えたり。
- 回数を増やす** 複数回食にして食量を増やす。

### 4 意見交換



### ミールラウンドの主な対象

- 入院されたばかりの方
- 食事内容を変えた方
- 食量が減っている方

### 飲み込みの状態を調べる嚥下造影検査



食事の摂取量が減る要因として、えんげ（飲み込み）機能の低下があります。そこで、のどの動きなどを調べる「嚥下造影検査」で、飲み込みづらい原因を調べ、とろみの状態や食事の姿勢などアドバイスを行うことで食事をサポートしています。言語聴覚士が飲み込みの評価を行い、検査につなげるケースも。高齢化でえんげ障害が増え、同検査を目的とした数日間の入院、飲み込みリハビリのニーズも高まっています。

## 外来 の栄養指導

### 「こうしなきゃダメ」「頑張って食べましょう」は禁句です

愛知国際病院 管理栄養士 松下

食事指導は「制限が多い」と思われがちですが、そうではありません。甘いものを食べてもいいし、おやつもOK。食べるタイミングや量を守ることがポイントで、継続すればきっと効果は表れます。「こうしなきゃダメ」「頑張って食べましょう」の言葉は患者さんのストレスになるので、できるだけ言わないようにし、検査の値などを見ながら食生活を一緒に考えています。



「食事が楽しみになるようなアドバイスを心掛けています！」

### 外来での栄養指導

【主な対象】糖尿病、腎臓病（糖尿病性腎臓）、脂質異常、高度肥満など主に生活習慣病の方  
【内容】食事面・生活面について、一人ひとりに合ったアドバイスや提案

## 施設 での食事

### お口の体操で唾液の分泌を促します

老人保健施設 愛泉館 管理栄養士 藤村

低栄養の改善や、栄養補助食品の活用で食事摂取量がアップするように励んでいます。フロアのラウンジに集まり、みんなで食事をすることで、周りにつられて食がすすむ人も(笑)。行事食やおやつを通して、施設でも季節を感じていただけるよう工夫をしています。



「楽しく食事をとってもらえるように工夫しています」

### 食事にミールラウンドを実施

入所者お一人おひとりの食量や食事形態が適切かを確認し、できる限り個別に対応することで、少しでも栄養状態がよくなるようにサポートします。

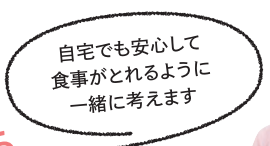


## 自宅 でのアドバイス

### 大切にしているのは「食べたい」という気持ち

訪問看護ステーション えまい 看護師 鈴木

病棟では医療面、食事面いずれも十分な環境が整っています。退院時に管理栄養士からアドバイスを受けていても、実際に自宅生活を始めてみると食事に関する不安を持つ方も少なくありません。訪問看護では食事摂取を含めた体調管理を行い、安全に必要な栄養をとれるように多職種で支えます。



「自宅でも安心して食事がとれるように一緒に考えます」

### えんげ食の紹介も！

最近、市販のえんげ食も美味しいものが増えてきました。食量が少ない患者さんにはサンプルを紹介し、少しでも安全に食べていただけるよう応援しています。



### おうちでできる一工夫



### 低栄養を防ぐ！

MCTオイルやエゴマ油などの油を普通の食事に取り入れましょう。生野菜やお味噌汁に少しプラスすると、風味を残したまま栄養を摂取できます。



### タンパク質を間食で補う！

卵や牛乳を使用しているおやつを選んでみましょう。卵たっぷりのカステラ、ペビーチーズ、濃厚なアイスクリームなどがおすすめです。



### 腸内環境を整えるには？

食物繊維を摂取するために、白米の代わりに雑穀米やオートミールを摂取する、小麦を全粒粉に変えてみるのも良いでしょう。もちろんきのこ類や海藻類もおすすめ！

※疾患のある方は主治医にご相談ください。

# 私らしく、家族らしく

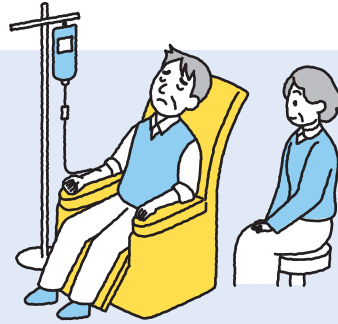
愛泉会はご本人やご家族の「想い」をつなぐ選択を応援します



相談者：65歳女性

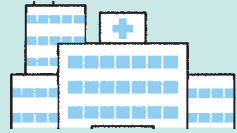
近隣の大学病院でがんの治療を受けています。ホスピスも見学しましたが、主人は「もう少し治療を続けたい」と通院を継続していました。ところが、数日前から痛みが強くなり、ご飯もほとんど食べられなくなっていました。とても不安で、私としては入院したほうがいいと思うのですが、主人は治療と自宅での生活を希望しており、どうしたらいいのか思い悩んでいます。

## がんの治療を継続するには？



訪問医療を併用して日々の体調管理を行い、治療継続をめざすことも可能です。

### 大学病院



本人の体調や訪問医療関係者と連携して治療内容を判断

### 訪問診療



### 安心して自宅療養を続けるために

大学病院の主治医と連携して、本人の望む医療が受けられるように、訪問診療医が月に2回ご自宅を訪問して身体状況を確認します。

### 緊急入院の判断もスムーズです

愛知国際病院の訪問医療なら、緊急時の入院対応が可能！

治療を続けるには  
体力をつけることも  
大切です

### 訪問看護



### ご家庭での医療体制を整えます

24時間365日体制で体調管理を行います。症状急変時なども安心。主治医の指示をもとに点滴や入浴介助も行います。

### ホスピス

### 選択肢の一つとして残しておきましょう

お気持ちが変わるのは当たり前のこと。その時々でよりよい選択を一緒に考えます。



相談できる、一緒に考えられる、愛泉会。

### 訪問医療と通院を組み合わせるとい選択

- 訪問医療なら、急変もいち早く察知。必要であれば愛知国際病院の一般病棟に一時的に入院することも。
- 自宅療養を続けるなかで、お気持ちが揺れることもあります。そんなときはホスピスも含めた選択肢について一緒に考えます。

お問い合わせ



愛知国際病院 地域連携室 ☎0561-73-9179 (月曜～土曜 8:30～17:30)

# Information

インフォメーション

## 春から外来診療が一部変更になります

2025年4より、外来担当医が変更となる時間帯があります。最新の情報は公式サイト「外来担当医師表」をご確認ください。X(旧ツイッター)の公式アカウントでは休診や代診の情報を随時更新していますので、ぜひご利用ください。

愛知国際病院

医療法人財団愛泉会 愛知国際病院	
① 総合診療科	② 内科
③ 外科	④ 整形外科
⑤ 皮膚科	⑥ 専門外来(要予約)
【総合診療科】	
月曜日	午前 河村健雄★
	午後 山口レオ★
	午前 太田信吉★

スマホ版が「見やすい」と好評です！



病院X (旧twitter)

## 水道管の更新作業などを行っています

愛知国際病院の本館では、昨年より水道管の更新作業を行っています。外壁部分が覆われていますが診察は通常どおりで、外来や入院の制限はありません。大型車の出入りや騒音の出る作業はできるだけご迷惑をおかけしない時間帯に行っており、ご不便をおかけする場合はあらかじめ院内ポスター等でお知らせしています。お気づきのことがあれば受付職員までお知らせください。



## 愛泉館介護支援ロボ導入

昨冬から愛泉館では介護支援ロボを導入しています。入所者さんをケアする際の介護士の動きをサポートしてくれるもので、リュック部分に入れた軽量モーターと装着者の身体の動きを検知するセンサーによって腰への負担が大幅に軽減されます。在宅復帰を支援する愛泉館では利用者さんの離床時間を長く保つことを大切にしており、このロボによって車いすへの移乗や入浴介助などをこれまでよりスムーズに行えるようになっています！

愛泉館



自分の動きに合わせて自然にサポートしてくれるので、腰がとっても楽です

防水仕様、軽量モーターで利用者さんのいろいろなケアに大活躍！

## 表紙のイラスト

### 表紙で伝えたいこと

作品コンペへの参加は初めてでしたが、勇気を出して、広報誌「みなみやま」表紙イラストに応募しました。選んでいただけたと聞いたときは、とてもうれしかったです。私がイメージしているのは、ふわふわで個性豊かな小鳥のつがいを季節の花木と一緒に描くシリーズ。愛知国際病院のあたたかく親しみやすい雰囲気を伝えられるよう、表現にこだわって制作していきたいです！



名古屋学芸大学 メディア造形学部 デザイン学科 2年 前田 理央香さん

### 編集こぼれ話 特集記事の写真撮影

で病棟に行くと、お見舞に訪れているご家族の笑顔がありました。コロナ禍のときに静かだったラウンジでは、テレビを観ながら看護士と楽しく会話する患者さんの姿も。入院という「非日常」で「日常」を感じられることは治療にとっても大切なのだと、みなさんの笑顔から感じる時間でした。(諸石)



## あなたと共に、パートナーシップ宣言

わたしたちは、患者さん・ご利用者さんやご家族の診療・介護への参加を推進しています。



健康講座

2025年6月4日 水  
良い睡眠は健康につながる  
— 体のリズムを知ろう —

日本人は世界的に見ても睡眠時間が短い傾向にあります。睡眠の悩みは「寝つきが悪い」「夜中に何度も目が覚める」「日中に眠くなる」など人それぞれ。この講座では睡眠と健康の関係や、お薬とのつきあい方、環境の整え方など、眠りにまつわる最新情報をお届けします。生活に欠かせない大切な睡眠について、一緒に学んでみませんか。

【時間】13:30~14:30 【場所】愛知国際病院ホスピス研修室  
【定員】40名(要予約) 【参加費】無料  
※定員に達した場合は締切とさせていただきます

講座に関するお問い合わせ ☎0561-73-7721 (病院代表) ✉ f.moroishi@aisen-kai.jp (担当: 諸石)



医師 太田 信吉

【受付期間】  
~5/30 金

言語聴覚士  
声の老化を予防しよう

言語聴覚士と一緒に、のどの使い方を意識しながら発声練習! 誤嚥や認知症の予防にも効果的です。



専門職が地域で行う「出前講座」も好評です!

教育連携

海外視察団の受け入れ

関連団体のAHIからの依頼で、昨秋はダバオ医科大学からの視察団を受け入れました。日本の医療や介護、特に認知症ケアについてなどを院長の太田医師が講義。施設見学も含めて質問が飛び交う有意義な時間でした。



女子サッカー部

TOHO.LSC  
愛知東邦大学女子サッカー部を応援しています

日進市米野木町にある「愛知東邦大学日進グラウンド」を拠点に「日本一応援されるチーム」を目指して活動しています。2007年の創部から「笑顔」と「感謝」を掲げて躍進するチームに、全国から選手が集います。地域の皆さんのエールを力になでしこリーグ参入という大きな夢に向けてがんばっています!

夏祭りにはリハビリスタッフがブース出店!



地産地消

「にっしんそだち」で健康に!

旬の野菜・米・果物など、日進市内では季節ごとの美味しい農産物がたくさん採れます。このマークを目印にぜひお店で探してみてくださいね。



このマークが目印!



レアな農産物に  
であるのも魅力です

菓宗庵(日進店)では  
日進産もち米を使用した  
「こはるもち」を好評販売中!

【撮影場所】  
マックスバリュ 米野木店

「にっしんそだち」は  
ここで買おう!

- JAあいち尾東日進園芸センター
- イトーヨーカドー 赤池店
- コープあいち 日進店
- パロー 日進岩崎店
- マックスバリュ 米野木店
- マックスバリュ 長久手店
- 平和堂 日進香久山店

その他市内のセブンイレブン(一部)でも販売中!

【誌面協力】日進市農政課

賛助会員募集のお知らせ

アメニティーの充実(施設環境、造園、園芸)、ホスピスでの諸行事、広報啓蒙活動、家族会の開催、ボランティアの活動、教育活動のために是非ご協力をお願いいたします。(ご入会いただいた方には年に4回広報誌をお送りいたします)下記の口座に会費をお振り込みください。

- 【①郵便局窓口利用】郵便振替口座 00890-5-3757 【②ATMおよびインターネット振込利用】ゆうちょ銀行(9900) 店番089 当座0003757  
【①②口座名義】愛知国際病院ホスピス賛助会 【一口】1,000円(おいくらでも結構ですが、できましたら、5口以上でお願いいたします)



【医療法人財団 愛泉会】

- 愛知国際病院 ■ 老人保健施設 愛泉館 ■ 指定居宅介護支援事業所 愛泉館 ■ 日進市東部地域包括支援センター
- 訪問看護ステーション えまい ■ 有料老人ホーム カナン 【関連施設】アジア保健研修所(AHI)

〒470-0111 愛知県日進市米野木町南山987-31 Tel.0561-73-7721(代) Fax.0561-73-7728 http://aisen-kai.jp/

医療法人財団 愛泉会 広報誌「みなみやま116号」発行日:2025年4月1日 発行人:井手宏 編集発行:法人だより委員会 編集長:近藤正嗣

※無断で複写、複製、転載することを禁じます。



お問い合わせ

【受付時間】月~土曜 8:30~17:30

医療  
について

地域連携室

☎0561-73-9179

介護  
について

日進市東部地域包括支援センター

☎0561-74-1300