

協会だより ひろは

2018 AUGUST
vol.32

レポート

第21回 作品展報告

施設の「ここにご注目!!」コーナー



元気な高齢化社会をリードする 介護老人保健施設

公益社団法人群馬県老人保健施設協会 副理事長 服部 徳昭

少子高齢化社会といわれて久しい。

高齢者の平均余命を昔と今と比較してみましょう。1955年の55歳と2016年の65歳の平均余命が同じなのです。つまり現在の高齢者は10歳も若いということになるのです。
【平均余命】1955年55歳(男性)18.54歳、(女性)21.61歳。2016年65歳(男性)19.55歳、(女性)24.38歳】

元気な高齢者が多い現代社会ですが、65歳以上高齢者に占める要介護・要支援認定の方々の割合は17%、日常生活に影響のある者の割合は23.9%(男性)、27.7%(女性)です。群馬県老人保健施設協会は地域の方々に情報発信をして、元気高齢者で介護をする人を養成し、高齢者がボランティアに参加する支援等も行っています。また、介護、リハビリーションを通じて高齢者の皆様の社会復帰を支援しています。

さて、少子高齢化の波はこれからも進んでいきます。今後の人口がどうなるのか、年少人口(0~14歳、生産年齢人口(15歳~64歳)、高齢人口(65歳以上)と分けてみてみましょう。

群馬県が公表している人口動態の数字をみると、生産年齢人口割合は2015年に56.6%、2025年に54.4%と若干微増しますが、2035年には減少に転じます。高齢人口は2015年に27.4%、2025年に31.3%と増加。年少人口は2015年に12.7%、2025年に11.2%と減少します。しばらくは働く人は横ばいですが、子供が減り、高齢者が増える社会がこれからも続くのです。そして、2035年以降は働く人も減少するのです。統計上、高齢者を65歳以上としているのでこういう結果が出ています。ちょっと乱暴ではあります、今の高齢者は10歳若いのだから高齢者を75歳以上とするとは話は変わります。2025年時点での生産年齢人口は80.1%に増えるのです。高齢者人口は18.5%と減少します。これも数字のマジックで実態を表すわけではありません。

群馬県が平成30年3月にまとめた「第3期ぐんま元気高齢者活躍高齢者プラン」の中で重要な課題を提言しています。「社会の変化に伴い様々な問題が浮上してくる中、高齢者の8割を占める元気高齢者ができるだけ長く健康を維持し、これまでに培った知識や経験を生かして地域社会において活躍できる環境をつくることが、今後の社会を明るく活氣あるものとするための重要な課題です。」元気な高齢者が増えて、なるべく若い人の世話をにならず、高齢者による子育て支援ができるれば明るい日本社会が来ると思います。本気でこのような未来を思い描いて介護老人保健施設は日々地域社会の創生に一丸となつて頑張つております。今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

西毛 ブロック会場

- 人生の先輩たちの作品、素晴らしいです。おみやげもいただき、ありがとうございました。元気もいただきました。
- 出品者の努力が十分感じられました。中には知人の作品もあり「元気だうな」と感じられました。自由にお持ち帰りの品も、ありがとうございました。
- また来年も来られるよう健康に過ごしたいです。
- 日々頑張って作った作品を発表するという「生きがい」「やりがい」が伝わってくる作品ばかりで、来て良かったです。
- 大作もあり、利用者の方々のパワーを感じました。



東毛 ブロック会場

- おみやげの品（シュシュ、花の種、ぞうきん、可愛い小物など）があってうれしかった。
- ぐんまちゃんに会えて良かった。



第21回

作品展

展示会場 開催期間

北・中毛

群馬県庁1階 県民ホール北側
2018年5月16日(水)～5月18日(金)

西毛

イオンモール高崎 イオンホール
2018年5月16日(水)～5月18日(金)

東毛

イオンモール太田 イオンホール
2018年5月23日(水)～5月25日(金)

[群馬県老人保健施設協会作品展のご報告]

作品展実行委員長 水間 春夫

今年も老健作品展が5月下旬に東毛、中央・北毛、西毛の三つのブロックに分かれて開催されました。会場は中北毛が県庁に戻り、西毛はイオンモール高崎、東毛はイオンモール太田でした。会場が奥まったところにあるため来場者の方の動線から遠くなったり、施設の方が訪れた際にアクセスが大変だったことも見受けられましたが、展示スペースは十分となることが出来てゆったりと楽しんでいただけた事と思います。また、例年同様、個人での力作やみなさんで協力して取り組んで完成した大作など、スタッフの苦労も偲ばれる作品を展示していただき、一般来場者の方からも感嘆のコメントが寄せられていました。作品制作過程の紹介を熱心に見られる方たちもあり、各施設での取り組みが来場された方たちに伝わり、自施設での新たな取り組みにつながるきっかけになっていた様子です。

また、北中毛ブロックでは「老健スタッフの一日常」のビデオ作品上映を行なうなど、老健の紹介をしていただきました。来場者の方々に、車イス体験や簡易認知症テストなど老健で普段行われている状況をアピールしたいところですが、展示スペースの兼ね合いもありなかなか難しいようです。

今回も各ブロック実行委員の方々や事務局、各施設の利用者様・スタッフ皆様のご協力をいただき、無事盛況のうちに終えることが出来ました。心より感謝申し上げます。これからも作品展を通じて利用者の方がたの笑顔や喜びに繋がることを祈念いたします。皆様のご協力を今後もよろしくお願ひいたします。

北・中毛 ブロック会場



●元気で作成している写真入りの作品など具体的に判って感心しました。見に来た私達も楽しさを味わえました。



●昨年より規模が大きく持ち帰りOKの作品が沢山あったため、利用者様がとても喜んでくださったのが印象的でした。



●力作が沢山あってすばらしかった。椅子のフラダンスもとても楽しかったです。来年がまた楽しみです。



●皆さんの素晴らしい作品に感動しました。楽しく拝見しました。

●色々と見せてもらいました。大変良かったと思いました。八十路の私も何か出来る事を見つけてやってみたいと思いました。今日は来て本当に良かったです。

●毎回色々な作品があり驚きます。来年も楽しみです。

●一つ一つの手作り作品に感動しました。このような作品展を色々な場所で色々な人に見てもらいたいと思う。
10代男性



椅子に座ってできるフラダンス



施設の「ここにご注目!!」コーナー

介護老人保健施設
聖寿園

毎日笑顔で楽しく！！

聖寿園には、一般棟50床、認知症対応棟50床、通所リハビリテーションがあります。

一般棟では毎日、入所者様がお好みのカラオケやお好きなDVDを鑑賞したり、職員と共に行うレクリエーションを楽しんでいます。本や漫画を読んで楽しんでいる方もいます。その人がその人らしく生活できる様支援しています。

認知症対応棟では「なじみの関係」を作っています。入所者の方々をグループ分けし、各グループに担当スタッフを配置しています。そうする事で「顔なじみ」の関係が生まれ、いつも一緒にいるスタッフと行動することで安心して生活することができます。

デイケアではリハビリの必要な方、自宅での入浴が困難な方の日常生活の支援を行っています。いちばんの目的はリハビリテー



ションによる身体能力の維持と向上、もうひとつは社会との交流をもち、楽しい時間を提供したいと考えています。

リハビリテーションは理学療法士、言語聴覚士を中心にお体の面だけでなく、コミュニケーション能力や飲み込みの機能維持と向上を目標にリハビリを行っています。

イベント係を中心にボランティアによる慰问の企画をし、本年度5月には初の高校生による和太鼓演奏が行われました。入所者様、利用者様は高校生から若さのパワーを頂き、笑顔で過ごされました。イベント開催日には楽器演奏や12月にはスタッフによる余興でクリスマス会も企画中です。

見学可能ですので、お気軽にお越しください。スタッフ一同心よりお待ちしております。

介護老人保健施設
ラポール・レイゾン

充実したレクリエーションの取り組み

看護師 前原 晶恵

ラポール・レイゾン通所リハビリテーションではレクリエーションにおいて、毎日DVDを観ながら思い出の歌でイキイキ体操と楽器を用いて音楽療法を行っています。利用者の方の心と体が若返り、脳が活性化されるという効果があります。又、入所されている方も参加され、大変好評です。失語症の方が歌えるようになった利点もあり、家族の方が感激されていました。

お出かけでは世界ギネスに認定されている館林のこいのぼりの見学に行ったり、女性の方はフラダンスのドレスを着て写真撮影をしてアルバムを作成したりと、大変喜ばれています。

今後も利用者様、御家族の方に満足していただけるサービスを提供していきたいと思います。



介護老人保健施設
グッドウェル

「食」を大切にしています！

言語聴覚士 岩澤 静江

グッドウェルでは、医師・栄養士・看護職・介護職・リハビリでミールラウンドを行い、利用者様がいつまでも美味しく楽しく食事ができるように努めています。環境、姿勢、食事内容や形態、摂取方法、介助方法の検討はもちろんですが、器や盛りつけ方を変えて、コース料理のように一品ずつ配膳するなど、多職種でアイデアを出し合ながら取り組んでいます。食欲低下による低栄養や嚥下機能低下による誤嚥性肺炎を予防し、最期まで食事を美味しく召し上がっていただきたいと思っています。

設立当初より毎朝「葉膳・葉草粥」を提供しています。新陳代謝を良くし水分の吸収を促し、体調を整えることが目的で、はと麦、ヨクイニン、陳皮、紅花などの生薬・葉草を数種類組み合わせて炊いています。効能を考え、季節ごとに種類や組み合わせを検討し、味に飽きがこないよう日替わりで提供することで、利用者様より好評をいただいております。また、旬の食材を新鮮な状態で提供し季節を感じていただきたいとの思いから、春には利用者様と一緒にタケノコ掘りに行き、掘ったタケノコを柔らかいうちに召し上がっていただきました。



介護老人保健施設
やまぶき

嚥下障害に対する取り組み

言語聴覚士 根岸 和希

近年、超高齢化社会の影響もあり、嚥下性肺炎になってしまう方が多くいます。当施設でも嚥下障害を呈した利用者様が多数います。

当施設では理学療法士、作業療法士、言語聴覚士によるリハビリ体制が整っています。言語聴覚士による嚥下評価、嚥下造影検査が実施され、より正確な嚥下動態が把握されています。そのため、利用者様にとって適切な食事形態の提供や嚥下訓練が行われています。

また、嚥下会議や嚥下造影を用いた嚥下動態の説明を行い、利用者様の情報の共有化を図っています。多職種間で連携、ミールラウンドを行い、利用者様が安全且つ長期的な経口摂取が行えるようにアプローチしています。



これ知つてました？

～口腔ケアについて～

口腔は「食べる」「噛む」「話す」「笑う」「歌う」「呼吸する」など日常生活を続けるために大切な役割を担っています。口腔の機能が衰えると低栄養や肺炎の危険性を高めます。その為に口腔ケアはとても重要です！

口腔ケアには虫歯や歯周疾患を予防する口腔清掃と口腔機能を維持向上させるための口腔機能トレーニングがあります。

高齢者や障害を持った方も口腔ケアを習慣的に行う事で虫歯や歯周疾患の予防ばかりでなく、誤嚥性肺炎の予防やインフルエンザの予防にもなり日常生活を健やかに過ごすお手伝いをしています。

効果的な口腔ケアをするには、口腔内の状態を正しく知る事が大切です。



- 歯は何本ありますか
- 入れ歯はありますか
- 虫歯はありますか
- 歯肉が腫れていませんか、又歯茎から出血していませんか
- 歯が抜けたままになっている所がありませんか
- 口臭はありませんか
- 舌が白くなっていますか
- お口が乾いていませんか

当てはまる場合は
歯科医院で診て
もらいましょう！

口腔清掃のポイント

食後の歯磨きが大切です！



歯ブラシは
小刻みに動かし、
1本ずつ磨き
ましょう。



歯ブラシだけ
では綺麗にならない
歯の間は歯間
ブラシで！



入れ歯は
外して磨き
ましょう。



ときには舌の清掃もしましょう！
舌の上についた白い汚れ(舌苔)は
口臭予防にも効果的です。
専用ブラシで清掃しましょう。



洗口剤で
うがいをすれば
効果的！

口腔体操をしてみましょう！

首を前後左右、ゆっくり回してから行います。

口唇の体操



口を大きく開け、しっかりと閉じます。



唇を「うー」と突出し、「いー」と横にひきます。

頬の体操



頬を膨らませる、すばめるを
繰り返します。



口を開け舌を出したり
ひっこめたりします。

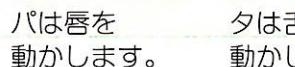
舌で左右の口角を舐めたり、
上唇、下唇を舐めます。

舌の体操

発声練習



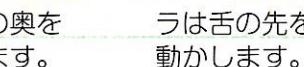
・パパパパパなど5回ずつ繰り返し発声しましょう。



パは唇を
動かします。



タは舌の中央部を
動かします。



カは舌の奥を
動かします。



ラは舌の先を
動かします。

いろいろな
組み合わせで
発音してみて
下さい。



口腔ケアを続けると良いことが！

- よく噛める
- 食事が美味しい
- 口臭の予防
- コミュニケーション能力の向上
- 身体機能の回復
- 誤嚥性肺炎の予防

健口＝健康

お口の健康を維持するためには、かかりつけの歯科医院での定期的な健診や専門的なクリーニングが大切です。

介護老人保健施設での口腔ケア

介護老人保健施設では歯科衛生士が配置されている施設があります。利用者の口腔ケア以外にも介護職員への技術的な助言や指導を行い、利用者の口腔ケアの質向上に取り組んでいます。また発熱や肺炎などの病気の予防や口腔内の病気を予防する目的があります。



ご家族のための介護保険情報 ～その18～

口ボットの活用

「はじめに」

先日、東京都内の老人保健施設を訪ねた際に口ボットのP君の出迎えを受けました。P君は挨拶と自己紹介をして用件を尋ねてきました。子供や若い人なら興味津々、大喜びで会話を始まるのでしょうかけれど、予期していなかつた私は気後れてしまい、人間のスタッフを見つけて訪問の旨を告げました。

このような場面に遭遇した時、皆さまは何の戸惑いも抵抗もなく、口ボットと会話を始められますか？今はいろいろな会社やお店で口ボットの出迎えがあるようですが、それを当たり前のように何のためらいもなく受け入れて打ち解け合わないと、世の中の変化についていけず時代遅れの人間になってしまふのでしょうか…、多分。

「介護口ボット」

介護の世界でも様々な口ボットが開発されてきており、その類型は大きく分けると、介護支援型、自立支援型、「ミニケーション・セキュリティ型」になります。

介護支援型というのは、移乗・入浴・排泄など介護業務の支援をする口ボットのことです。介護職員の腰痛などが問題になっている中、その負担を軽減することを目的としています。ニュース等でご覧になつたことがあろうかと思いますが、口ボット・スーツと呼ばれる介護者の体に装着するものが代表的なものです。自立支援型は、歩行・リハビリ・食事など介護される側の自立を支援する口ボットのことです。介護支援型のものは異なり介護を受ける本人の体に装着して歩行やリハビリの支援をする口ボット・スーツや、両手が使えないでも食べ物や飲み物を口元まで運んでくれる食事介助の口ボットなどがあります。

「ミニケーション・セキュリティ型」には冒頭に書いた

話し相手や案内などをしてくれる人型のものや、癒しを感じさせてくれる動物型のものなどがあります。北海道にある老人保健施設の人口ボットには驚かされました。施設の全入所者の顔を識別して、相手に合わせた内容の対話をします。しかも、絶対に相手が不愉快になるようなことは言わず、いい気分になれるようなことを喋るので、本当にびっくりしました。

セキュリティ型の代表的なものは、人の動きを感じしてベッドからの転落を防止したり車椅子への移乗の際の転倒を防いだりするセンサー類です。介護保険の世界では最も導入が進んでおり、施設ならば必ずといつていいほど使っています。

【人工知能（A-I）の力】

将棋のプロ棋士の話題から人工知能（A-I）についての情報が広く知られるようになりましたが、介護口ボットへの応用も進んでいます。前記した北海道の施設の口ボットがいい例です。国も省庁をまたいでA-Iの活用に積極的ですし、企業も然ります。

ついには、愛知県の某市で人工知能に介護サービスの設計説明書であるケアプランの作成をやらせてみようという試みも行われました。実際にそのプロジェクト責任者から成果の説明を受け、ケアプランも見せてもらいました。膨大なデータから導き出されたケアプランの出来栄えに「なるほど」と思いました。テキスト的で立派な「作品」ではありませんが、やはり対人支援の源は「人間の心」なのだと改めて感じた次第です。

介護老人保健施設若宮苑 副施設長

安藤 繁

施設の「空床情報」等、協会HPへ掲載しています。是非ご覧ください。

<http://www.gunma-roken.jp/>



あとがき

T

Y

K

今年の夏は猛暑です。自分が初めて脱水症状を経験し、経口補水液のありがたさをしみじみ痛感しました。皆さんまだまだ暑い日が続きますが水分補給を忘れずに！

暑い日が続きます。
秋が待ち遠しいです。

暑い日が続くです。
水分をしっかり取り、皆様との夏を乗り切りたいです。

協会・事務局コーナー

9月

14日(金) 医師研修会

「介護助手」養成事業地域説明会のための施設講師研修会

27日(木) 「事業承継」「介護技能実習制度」勉強会

10月

10日(水) 部会・代表委員会
20日(土) 第28回群馬県老人保健施設大会
30日(火) 在宅復帰率強化に向けた研修会

11月

9日(金) 医師研修会
14日(水) 通常理事会
20日(土) 第28回群馬県老人保健施設大会
30日(火) 在宅復帰率強化に向けた研修会
12月

5日(水) 支援相談員研修会
11日(火) アセッサー講習集合研修会
15日(土) 管理職等職員研修会

1月

25日(金)

看護・介護職員研修 基礎講座

2月

21日(木)

「介護助手」養成事業成果報告会

3月

13日(水)
13日(水)
20日(水)
20日(水)

臨時理事会

臨時理事会

「介護助手」養成事業成果報告会

代議員会

代表委員会

■協会行事予定