

協会だより

ひろは

2020
FEBRUARY
vol.35

レポート

第29回 大会報告

施設の「ここに注目!!」コーナー

日本 東京駅 丸の内駅前広場

年頭のご挨拶

公益社団法人群馬県老人保健施設協会 理事長 服部 徳昭

あけましておめでとうございます。新たな年を迎えここに年頭のご挨拶を申し上げます。

今年は東京オリンピック開催に向けて様々な催しものが企画され世の中がだんだん賑やかになってまいりました。喜ばしいことです。

特にパラリンピックを通じて障害を持った人々に対する理解が日本の国全体で進むことに大きな期待を寄せています。地域包括ケアシステムで高齢者が住み慣れた地域で生活していくためにも後押しになることを期待します。

勿論、地域包括ケアシステムは地域の子供たちが元気で健やかに育っていくためのものでなければならぬと考えます。人は一人では生きてはいけません。地域社会の再生という観点から自助・共助・公助という考え方が提唱されております。これはまさに日本人一人一人が地域社会の一員としてどうかかわって生きていくのかということを問うているのだと思います。しかし、言うは易し、行は難し。一つ一つ丁寧に目の前の問題を前向きに明るく解決していくことが求められています。

地域の住人が水を管理しない現代社会において人と人をつなぐきっかけになるものは、皮肉にも災害対策になってきております。平成時代には6回の大地震がありました。しかし、令和元年に日本に襲来した台風15号、19号、21号は災害の質や規模において、新たな対応を私たちに迫っております。台風19号では第29回群馬県老人保健施設大会が延期に追い込まれ、県内にある各施設でも暴風雨の中避難等に直面されたところもありました。

私たち老人保健施設協会も災害対策に向けた組織づくりを他県に倣って行う必要があります。もう、他人ごとでは済まされない時代になったことを自覚する必要があります。

年頭のあいさつとしては重い課題の話となりましたことをお許しください。

みなさまのご理解とご協力を賜り、今年も明るい群馬県老人保健施設協会の運営になりますよう宜しくお願い申し上げます。

第29回 群馬県老人保健施設大会



第29回群馬県老人保健施設大会を終えて



第29回群馬県老人保健施設大会 大会長
介護老人保健施設 ミドルホーム富岡
理事長 武田 滋利

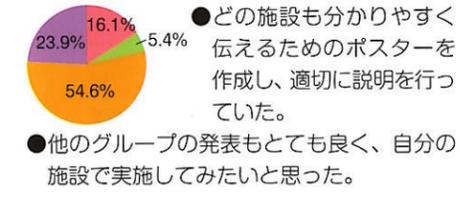
本大会は、本来であれば令和元年10月12日(土)にベイシア文化ホールにて開催予定でしたが、各地に甚大な被害をもたらすこととなった台風19号直撃の影響を勘案して一旦はやむなく中止させていただきました。しかし、その後多くの皆様からの「せめて発表だけでも」の熱心な声を受けて、口演発表及びポスター発表と優秀発表表彰にプログラムを絞ることと、年の瀬も迫った12月26日(木)に前橋市総合福祉会館にて何とか開催させていただくことができました。平日の開催ということで施設業務への影響も大きいところを、大変多くの皆様に参加をいただきましたことに、まずは深く感謝申し上げます。

今大会のテーマは「老健「本来」の役割を改めて考えよう!」でした。老健が創設され30年余りが経過しましたが、現在の保健医療計画の中に位置づけられる地域医療構想での老健の位置づけや、地域包括ケアシステムの中での老健の役割を考えると、在宅復帰支援施設といった一言では表現しきれない役割が老健には求められていると思えます。地域で望まれている役割は多種多様であり、それぞれの施設でその役割を果たすべく職員一丸となって努力されていることと思います。そのようなさまざまな取り組みを、県内各地から発表していただき意見交換や情報共有ができたことは、参加者にとって大変有意義な時間となっただけでなく、これからの令和の時代における老健の役割に改めて向き合っていくためのよいきっかけになったのではないかと期待するものです。

結びに、今大会は予期せぬ天災により異例づくしの困難な大会運営を迫られることになったわけですが、群馬県老人保健協会事務局並びに西毛ブロック老健運営委員の皆様のご献身的なご尽力により無事大会を終えることができましたこと、この場をお借りして深く御礼を申し上げます。



ポスター発表



第29回施設大会優秀発表表彰



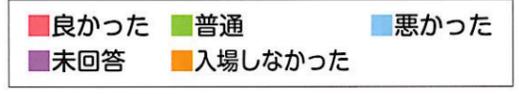
今大会で良かった点

- 当施設でも悩んでいる事のヒントをいただくことができました。当施設でも1つの業務を変えることは難しいことだと思っていたが、変えて良くなることは「変える」勇気をいただきました。
- 発表が終了した後も、他施設の人と交流でき、話をするのができて良かったです。

今大会で悪かった点

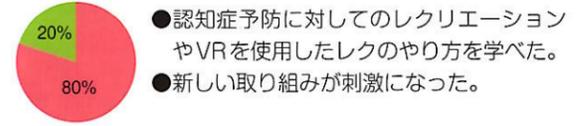
- ランチョンセミナーや特別講演がなく残念。
- 演者との質疑応答がもっと活発にされるとよいと思う。

大会情景とご意見

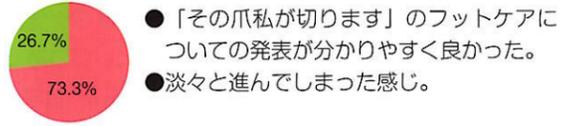


口演発表

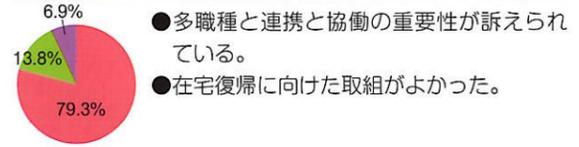
第4会場



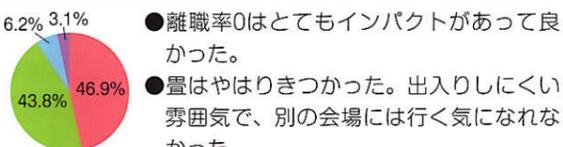
第2会場



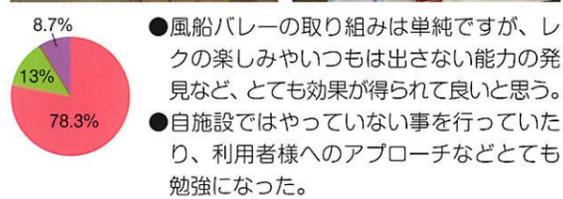
第6会場



第5会場



第7会場



今大会のテーマは「老健「本来」の役割を改めて考えてみよう!」でしたが参考になりましたか?



- 日々の業務になりがちなケアも、課題を見つけ、個別ケアを考えることで、その人らしい生き方のサポートができると改めて感じた。
- 多職種連携の重要性とスタッフの一員としての意識を持つことの重要性を学びました。

今後聞いてみたい講演・テーマはありますか?

- 介護ロボットを導入されている施設があればぜひたくさん聞いてみたい。
- AIと介護の未来。地域との連携。

自由記入欄 (今大会に関して、ご意見ご要望等ございましたらご記入ください。)

- 在宅復帰率をあげるために、施設での受け入れ、対応の難しさを改めて感じました。今後核家族が増えるなかで、在宅復帰といっても困難が多いものだと感じています。
- 10月開催が延期となりスケジュール変更、準備等大変だったと思いますが参加者としては色々刺激を受け大変有意義でした。

施設の「ここにご注目!!」コーナー

介護老人保健施設 ナーシングケア川内の杜

100歳のお祝いの会

事務 中野 幸吉

人生100歳と言われる時代に、もうすでにそのことを自然に実践している方が4人もいます。少し詳しく説明いたしますと4人中、お二人が今年のお誕生日で100歳に。残りのお二人は来年の1月と3月で100歳になります。

ここナーシングケア川内の杜では、100歳をお迎えになる方々のお祝いの会を10月2日、盛大に行いました。このおめでたい席に県の職員の方がおみえになり、内閣総理大臣と県知事からのご祝辞と記念品を贈呈してくださいました。お祝いのセレモニーはおごそかに行われ、県の職員の方が一人一人にお祝辞を読んでくださいました。出席いただいたご家族の中には、感動のあまり涙される方もいれば、デジカメやスマホでたくさんの写真を撮られるご家族もいました。

日頃、テレビや新聞で見られえない内閣総理大臣安倍晋三という名前を、祝辞の中に達筆な文字で見ることができ、会場のみなが大変感激しました。

利用者様・ご家族様からの声

- 息子さんから「大正生まれの母はいろいろ苦労してきたから、みんなに100歳を祝ってもらってとても良かった。」と感激していました。
- 嫁から「おばあちゃんは、厳しい人だったけど、今になってあの頃の教えがありがたいと感じています。おめでとうございませう。」と式が始まったばかりから涙していました。
- 大半の職員は「100歳を迎えた方が4人もいるなんて、すごいです。そんなところないかも。」ととてもおどろいていました。

式を終えて・・・

あわただしい中でお祝いの会を催しましたが、不慣れな中、なんとかこのおめでたい会を無事に終わらせることができました。100歳をお迎えになられた4人の方々みんなが大正生まれ。ということは令和の時代も元気に過ごされているので、なんと4つの時代を生きぬいてきた活力を私たちにもいただけたと強く感じました。



介護老人保健施設 とね

刺激ある環境づくり～自主性を引き出す～

作業療法士 平賀 雪奈

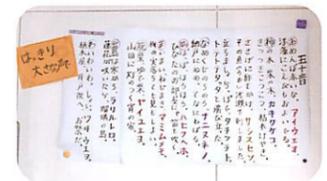
当施設は平成12年に開設しました。平成30年10月から県内では数少ない超強化型老健として地域へ貢献できるよう努めています。在宅復帰を目指してリハビリを行っています。利根沼田地域の方が多く、山間部で独居や老々介護など自宅へ帰ることがスムーズに進まない方も多くいます。様々な理由で長期化しつつある施設生活の中で、心身機能維持が出来るようリハビリスタッフを中心に環境づくりを行っています。取り組みとして「筋トレ」「脳トレ」「園芸」の3つを行っています。

「筋トレ」では談話室など利用者様の目に留まりやすい場所に各部位ごとのメニューを掲示し、自主的に出来るようにしています。

「脳トレ」では四季に合わせた問題を作成し、週ごとに問題を変えて飽きの来ないよう取り組んでいます。

「園芸」では農家を営んでいた利用者様が多く、なじみがあるため取り組んでいます。四季折々の草花と一緒に育てることで、リハビリ中もベランダを見て「芽が出たかな?」「水やりはしないの?」など自主的に手入れをして下さる方もいます。

様々な理由で長期化してしまう施設生活の中で、「刺激ある環境づくり」を目指し、一人でも多くの方の自主性を引き出していきたいと思ひます。また、心も体も元気でいられるようサービスの向上に努めていきたいと思ひます。



介護老人保健施設 こまち

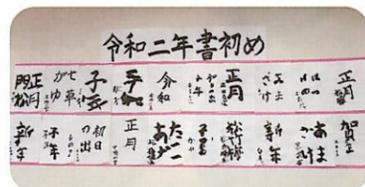
今年も皆様が笑顔でいられるように

支援相談課 畑村 学武

当施設は富岡市の北部に位置し、四季折々の表情を見せる美しい自然に囲まれた中で、利用者の皆様と充実した日々を送れるようスタッフ一同で様々な取り組みを行っています。

最近の行事としては、年末のクリスマス会や餅つき大会、正月の書初めなど皆様から「楽しかった」と言って頂けるような行事を実施する事が出来ました。

今後も皆様が充実した日々を送れるようスタッフ一同で支援を続けていきたいと考えております。



介護老人保健施設 ナーシングホーム館林

元気に過ごせるように!

看護師 山崎 真由美

ナーシングホーム館林では、毎食前に「パタカラ体操」を取り入れています。高齢になると、口の筋肉や舌の動きも弱まり嚥下機能が低下する為、誤嚥性肺炎を起こしやすくなるからです。

「パ」は口をしっかりと閉じて発音するようにし、「タ」は舌を上顎に付くように発音、「カ」は喉の奥を意識して発音し、「ラ」は舌を丸めるように発音します。職員もご利用者様と一緒に、ゆっくりはつきりを心掛け、10回ずつ行っています。

他にも季節に合わせた行事を行っており、3月下旬～4月上旬に、近くの公民館までお花見に行ったり、5月は母の日、6月は父の日、8月は夏祭り、10月は運動会、12月はクリスマス会、1月は書初め、2月は節分とひな祭りなど、1年を通して楽しんで頂けるレクリエーションを行っています。

これからもご利用者様に元気で楽しく過ごして頂ける様、職員一同努力していきたいと思ひます。



高齢期を元気で過ごすための食事って何？

エネルギー源となる成分

糖質

たんぱく質

脂質

三大栄養素のエネルギー量は、糖質・たんぱく質は4Kcal/g。なんと脂質は9Kcal/gと2倍強のエネルギーを持っています。少量でもいいので油を用いた料理を食べましょう。

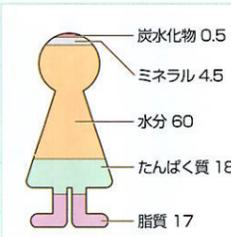


体をつくる成分

ミネラル

たんぱく質

脂質



人体の構成成分の目安 %

体をつくるものは骨や歯をつくるミネラル、筋肉や髪・爪などをつくるたんぱく質、細胞膜となる脂質があります。糖質、たんぱく質、脂質がエネルギーとして使用されなかったのこりが皮下脂肪として蓄えられます。

エネルギーが不足状態となると、皮下脂肪がエネルギーとして使われます。

それでもエネルギー不足が続くと、たんぱく質（筋肉）がエネルギーとして使われ、筋肉量の減少（サルコペニア）となります。



栄養バランスのよい食事=毎食(主食+主菜+副菜2~3品)+一日1回果物と乳製品

調子をととのえる成分

ミネラル

ビタミン

ミネラルは神経伝達や体内状態を一定に保つなど大切な栄養素です。ビタミンは三大栄養素が体内でエネルギーに変わるとき代謝を円滑にする重要な働きをし、必要量を体内合成できないため食物から摂取しなければなりません。



これ知ってました？

今号から数回、栄養の基礎・血糖コントロール・水分補給・減塩について肥満・やせ・フレイル予防など、説明してきたいと思います。

栄養とは？

Q：何のために食事をとっていますか？

A：①動くためのエネルギーを得るため

②体の細胞が入れ替わりをするための材料(栄養素)を得るため

寝ている間でも心臓や肺など体は活動しており、エネルギーを消費しています。そのため、寝たきり・動きが少ない方でも食べてエネルギーを得なければなりません。毎日口にする食べ物・水・酸素は体の外から取り込まれています。

高齢期の栄養管理は、元気に楽しく毎日を過ごすことができる期間を長くするため、栄養状態や活動量の低下を予防することにあります。いま口にしてその一日一日が未来の体をつくっています。

＜栄養の基礎＞

さまざまな栄養素が私達の体をつくっていますが、エネルギーとなる栄養素（三大栄養素）が不足しないようにすることが大切となります。

また、ビタミン・ミネラル・水分も不足しないようにします。

栄養素の主な働き

エネルギー源となる成分

糖質

たんぱく質

脂質

体をつくる成分

ミネラル

たんぱく質

脂質

調子をととのえる成分

ミネラル

ビタミン

介護ロボットの存在意義

介護ロボットの役割

ある民間会社が介護ロボットに関するアンケート調査を行いました。「介護は人間がやるべきだと思いますか?」との質問に「そう思う」と答えた人は51.4%、「別にそう思わない」と答えた人は48.6%。人間に依らない介護に抵抗感を抱かない人の割合の意外な多さに正直驚きました。この拮抗した数字は、介護という極めて人間的な行為に無機質なロボットが関わることに對する人々の戸惑いを表すものであるといえるかもしれません。皆さんは、どうお答えになりますか?

かくいう私は、現時点では「そう思う」と答えます。なぜなら、介護ロボットとは、人間が介護をする上での大変な部分(単の作業)を助けてくれるだけのものであり、決して介護者(人間)の代替を担うことができるようなものではないからです。ロボットが介入する介護なんて「愛がない」とか「血が通っていない」と否定的に捉えられてしまうことを多く経験します。では、現在の人材不足の中、身体的・心理的・時間的負担に苦しみながら、日々作業をこなすことに精一杯になっている今の人間に依る介護(業務)に愛はあるのでしょうか?それは血の通った介護(業務)に愛はあつたのでしょうか?それは血の通った介護(業務)が担ってくれたら、われわれはもっと「愛がある」「血が通った」介護の実現の方にベクトルを向けられるのではないのでしょうか。つまり、人間がやるべき本来あるべき介護の実現のためにこそ、介護ロボットの役割はあるという認識を持つことが、われわれには大事であると思っています。「介護」は単なる作業ではありません。介護は人間がやるべきか否かということを論ずる以前に、現時点において「介護」は人間にしかできないことなのです。人間がロボットが対立軸で考えるのではなく、積極的に活用していくべきなのだと思います。

介護ロボットの活用実態

先日、とある施設を訪問した際、「介護ロボットありますか?」と尋ねると、「ありますよ。」と施設奥に案内され、倉庫の鍵を開け数分待たされた後、埃にまみれた装着型移乗支援型ロボットが出てきました。

先程とは別のある民間機関が、介護施設経営者向けに

行った介護ロボットの利用状況に関する調査では、介護ロボットを導入している施設で使われているロボットの種類としては「見守り支援型」が50%と最も多く、次いで「装着型移乗支援型」が30%という結果でした。利用頻度では、「毎日使っている」が60%と最も多く、次いで「現在は使っていない」が20%でした。しかし、「毎日」と回答した施設が使っているのは見守り支援型ロボットであり、「現在は使っていない」と回答した施設が導入していたのが装着型移乗支援型ロボットでした。この結果は、わが国の介護ロボットの活用実態を表すものといえます。

今、名実ともに最も使われている介護ロボットである見守り支援型の介護ロボットとは、各種センサーや外部通信機器によって、被介護者の行動を見守ることを目的とするロボットのことで、最新型には、被介護者全員のバイタルデータを見守りつつ施設内の障害物を巧みに避けながら自動巡回し、データに異常を検知すると自動で部屋まで駆け付け、その状況を映像で職員へ伝えるとともに記録を残すだけでなく、巡回中に独り歩きする利用者を発見すると個人を認識して声かけを行ってくれる機能もついています。少ない人員で多様な業務に追われる夜間帯では、職員の負担の軽減や利用者の安全確保に効果を発揮してくれることでしょう。

介護人材不足解消へ向けて

介護という仕事を、辛くてきつくて忍耐を要する作業に耐えられる人だけが就ける仕事ではなく、そういう作業は苦手だし仕事したくないけれど、お年寄りや接するのがとて好きだし、上手だという人が目指せる仕事にしていかなければ、真に介護人材不足解消はできないでしょう。この部分を介護ロボットがしてくれれば、もっとホスピタリティに優れた、本来この業界に来てほしい豊富な介護人材(人材)が集まってくると思つています。

人にしかできないことに人が集中してできるようにするために介護ロボットはあるのだと思います。

新井 健五

介護ロボットのニーズ・シーズ連携協議会群馬県協議体委員長
介護老人保健施設ミドルホーム富岡副施設長



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/>

協会行事予定

- 2月**
19日(水) 代表委員会
26日(水) 臨時理事会
- 3月**
6日(金) 「在宅復帰率強化に向けた」研修
10日(水) 北・中毛ブロック事務連絡会議
11日(水) 「居宅ケアマネジャーと老健の連携」に関する意見交換会
18日(水) 臨時理事会
18日(水) 臨時総会
25日(水) 作品展実行委員会
25日(水) 全老健群馬県支部総会(書画)
- 5月**
13日(水) 代表委員会
27日(水) 通常理事会
- 6月**
17日(水) 臨時理事会
17日(水) 定時総会
- 7月**
8日(水) 10日(金) 西毛ブロック作品展
15日(水) 17日(金) 東毛・北中毛ブロック作品展
- 10月**
21日(水) 代表委員会
- 11月**
11日(水) 13日(金) 全老健仙台大会
14日(土) 施設大会
18日(水) 通常理事会
27日(金) 管理職等職員研修会

あしがき

T Y H N

感染対策が必要な時期となりました。感染しないように、させないように。手洗い、マスクで予防をしっかり行いましょう。体調に気をつけて、これからも元気に毎日過ごしたいです。

2015年8月Vol. 26号からの編集委員でした。35号を以て最後となります。ご協力ありがとうございました。

このところの寒暖差に身体がついていけず悲鳴をあげています。皆様もご自愛下さい。