

協会だより

ひろは



「みてみよう!みんなの作品」

- 施設の「ここにご注目!!」コーナー
- これ知ってました?
- リーダーは「使う言葉」を意識しよう

全老健ではROKENくんの47都道府県バージョンとなる「ご当地ROKENくん」を制作しました。群馬県バージョンは「だるま」と「焼きまんじゅう」がモチーフとなっています。「皆さん、よろしくね!!」



「地域共生社会に向けて」

公益社団法人群馬県老人保健施設協会 理事長

服部 徳昭

戦後80年、認知症基本法発布。「新しい認知症観」による、認知症の人も尊厳を持って生きる地域共生社会が始まる。

歴史を遡ると、江戸時代、水戸光圀公の号令で始まった「大日本史編纂」は、賀茂真淵、本居宣長、契沖らの国学研究を促した。「和魂漢才」に対し、日本の文化は古事記、日本書紀、万葉集に遡り、漢字から上代平仮名の成立も研究された。本居宣長は、日本の歴史が中国と異なり途切れないと発見。四季折々の自然、侘び寂び、森羅万象に神が宿る日本人の世界観を、18世紀に「もののあはれ」と喝破した。

縄文文化は紀元前6000年から栄え、集団生活が営まれ、四季折々の風土であることは福井県水月湖の年縞研究からも裏付けられる。遺伝子研究では、ホモサピエンスにはネアンデルタール人の遺伝子が1〜4%含まれ、私たちは遺伝子を受け継いでいる。「生存する脳」と言われるが、日本人の脳は、「もののあはれ」を太古から大脳辺縁系に刻み、文化の底流をなす「通奏低音」としてきた。この「通奏低音」は、神道、仏教、儒教、禅宗、武士道、キリスト教といった多様な宗教や文化を包含してきた。

フランシスコ・ザビエル、オランダ商人、イザベラ・バードらは、日本の街並みの美しさ、民度の高さ、礼儀正しさ、江戸後期以降の識字率の高さを記録している。明治維新以降、日本は和魂洋才を掲げながらも、神道の国家統制、秩禄処分による武士社会の解体、廃仏毀釈、そして日清・日露戦争、第二次世界大戦へと進んだ。昭和20年8月15日、価値観は一変したと親世代は語るが、変わらないもの、それは「もののあはれ」という文化の通奏低音だ。多くの外国人が日本の良さを感じて訪れるのは、過去の旅行者も同様だったからだろう。人類学者レヴィ・ストロースも日本の「もののあはれ」を絶賛した。

この日本文化を誇りに、「もののあはれ」の通奏低音に乗せて、「新しい認知症観」による地域共生社会を広げていきたい。

二之沢パナケア 介護老人保健施設



ビニールで
バッグ作り♡

季節ごとに変わる壁面
④涼しげな【金魚】の作品
【紫陽花】は花びらがポイント
プラ板の【鯉のぼり】は皆さまお気に入り

祝
100歳
5月の行事

紫陽花

集団、個別に楽しく取り組んでいます♪

プラ板でキーホルダーを作りました♡

群馬県老人保健施設協会作品展のご報告

相変わらずの猛暑が続く中、皆様方におかれましてはご健勝のことと存じ上げます。

さて、今年度も老健作品展は会場開催ではなく、「ひろば」にて紙上掲載させていただくこととなりました。COVID-19が未だにクラスター発生していることもあり、人出の多い場所では利用者の方たちをお連れすることが憚られるため、などです。しかしながら、作品展は老健での活動を広くアピールする貴重な場でもあり、来年度は三地区に分かれて会場での展示が出来るよう検討しております。

そんな中、今年も様々な施設の方から力作を応募していただきました。利用者の方のみならず、スタッフも笑顔で楽しんでいる雰囲気が伝わる写真も多数掲載されています。様々な取り組みをご紹介いただき、皆様の施設でも作品制作への気づきや、新たな作品作りの取り組みへのヒントにいただければ幸いです。

老健の役割でもある「リハビリテーション」とは単に身体機能の回復を図るだけでなく、そのひとりらしさ（ハビリス）を再び取り戻す（リ）ことです。作品作りが自分一人では達成できなくても、スタッフや周りの利用者の方たちと取り組むことで遣り甲斐、楽しみにつながり、そのひとりらしく意欲にあふれた日々を送れるよう、祈念いたします。

作品展実行委員長 水間 春夫

群馬保健老人センター 陽光苑



皆さん手が器用でビックリです!

2か月かけて、みんなで作りました。
完成した時は、みんなでとても喜びました。

利用者の方々に協力をして、形どり・色塗りをしました。

春になってから作品を考えた為、桜の木をウエディングドレス姿の女性の下にしました。
ドレスや桜を形どる物は、トイレットペーパーの芯です。

作品を作りながら「捨ててしまう物でも、工夫をすれば、良い物が作れるんだね」と会話がはずみました。
作品を作ることは、手先のリハビリになるとともに、利用者の方々に、コミュニケーションをとることに繋がりました。



作品名：春のウエディング

介護老人保健施設 さくら苑



通所リハビリ作品



作品を通して季節を感じながら...

レクリエーションの時間などで様々な作品を作成しています♪

介護老人保健施設 アルボース



ご家族もできばえに驚いています

ご利用者の楽しいひとときです

介護老人保健施設 たちばな荘



たちばな荘

折り紙作成

展示コーナー

塗り絵コーナー

季節の飾り付け

介護老人保健施設 太陽



通所

カラフル粘土制作中

入所

干支の貼り絵

カラフルな樹脂粘土がキーホルダーやブローチに♪利用者様が主体となり、工夫を凝らして作成しています。

書道

難しい文字を納得いくまで真剣に書かれている姿がとても印象的です。

紫陽花の貼り絵
お花紙の蒲公英畑

介護老人保健施設 すみれの里



入所 一般棟

おやつレク*パフェ作り
バームクーヘン デコレーション

制作*鯉のぼり
紫陽花

通所リハビリ

フラワーアレンジメント*

認知症専門棟



施設の「ここに」**注目!!** コーナー

介護老人保健施設 赤城苑

リフレッシュクラブ～季節の恵みを育む喜び～

介護士長 丸山 純子

私たちの施設では、「いつもの暮らし」を大切にしながら、利用者様お一人おひとりの生活に彩りを添える取り組みを続けています。その中でも特に好評いただいているのが、施設内で四季折々の花や野菜を育てる「リフレッシュクラブ」での活動です。

リフレッシュクラブでは、利用者様と職員が協力し、心を込めて野菜や花の栽培に取り組んでいます。春には可憐な花々がプランターを彩り、夏にはみずみずしいキュウリやナス、そして大きなトウモロコシが太陽の恵みをいっぱい浴びて育ちます。秋にはほくほくのジャガイモが収穫でき、冬には採れたての白菜で鍋など、利用者様と一緒に調理した採れたての新鮮な野菜は、その日の食卓を彩る特別な一品となり、「採れたては格別だね」「昔を思い出すよ」と大変喜ばれています。

土に触れ、種を蒔き、毎日少しずつ芽吹いていく様子を観察する時間。これは、利用者様にとって心身のリフレッシュに繋がるだけでなく、季節の移ろいを肌で感じ、生命の尊さに触れる貴重な機会となっています。現在、面会制限がありご家族様が直接ご覧いただくことは難しいですが、リフレッシュクラブでの活動を通して、利用者様は日々笑顔と活気に満ちた時間を過ごされています。

これからも、この豊かな自然の恵みの中で、笑顔と活気あふれる毎日を育んでいきたいと思ひます。



介護老人保健施設 プランタンおおま

ここにも春がやってきた!

介護士 伊藤 利枝

季節を感じる中、遅咲きの桜を見に出かけました。コロナ禍が続き、数年ぶりの外出で日光浴が出来た方もいました。近くにある桜の名所で有名な総合グラウンドへ、一度に10人くらいの入所者の方たちをお連れし、順次日を代えてほとんどすべての入所者様が花見をする計画を立てました。

いつもは見られない笑顔がたくさんあり、普段はあまりお話しされない方が、昔のお花見であったエピソードを熱く語るなど盛り上がり楽しんでました。

その後、食堂ホールにたくさん撮った写真とともに、きれいに色づけした桜の花びらの切り抜きを飾り付けとして貼りました。

これは、スタッフが用意した桜の花びらの絵を、入所者の方が分担してハサミで切り取り、塗り絵をして壁に貼り付けたものです。

普段ハサミは危険なため、なかなか使用する機会がありません。久しぶりのハサミを使う作業でしたが、スタッフが見守る中、集中して上手に使いこなし、きれいに切り取っていただくことが出来ました。めったに触れることのないハサミが使えることが大人気で、みなさん集中して切り抜き作業に没頭されていました。

また、壁の写真や作成した桜の花びらを眺めて、花見の楽しい情景や花びら作成の過程を思い起こして、入所者様どうして嬉しそうに生き生きと語られている場面も多くみられました。

今後もコロナの影響でなかなかできなかった外出機会を増やして、入所者様の楽しみや笑顔をもたらすことが出来るような企画に取り組んでいきます。



介護老人保健施設 せせらぎ苑

地域の方とのかかわりを大切にしたい

介護支援専門員 課長 高野 くみ子

せせらぎ苑では、旧松井田地区唯一の老健として地域包括ケアシステムの中核的な役割を果たすべく、「地域住民の方との関わりを持っていこう!!」との思いから、地域貢献部を発足し様々な活動を行っています。

広域、狭域地区を対象とした健康教室では事前に区長さん達と意見交換を行い、各地域のニーズに沿った内容で、地域に寄り添う健康教室を開催しています。※詳細は第31回群馬県老人保健施設大会発表演題をご覧ください。

また、「介護方法の実際や、知っている介護が楽になる知識や技術、介護保険制度利用の流れや費用等について」と題して在宅介護を担う方のための介護教室も開催しました。

その他、昨年より介護への理解促進も含め、地元の松井田小学校にお邪魔し、4年生の福祉体験学習を行っています。老健施設がどのような場所であるか、そしてそこで働く様々な職種について紹介し、車椅子操作や血圧測定、リハビリ体操やレクリエーション等の体験を通じて介護の意義やその重要性について伝えていきます。超高齢化社会が進む中で、未来を担う子供達の思いやりや助け合いの心を育むきっかけとなれば嬉しいです。

上記以外にも安中市福祉ふれあい祭りでの模擬店の出店(チュロス)やオレンジカフェでのオカリナ、ウクレレ演奏等、福祉の場面で地域の方と触れ合える活動に積極的に参加しています。

これからも地域の方々が住み慣れた場所で自分らしく生活できるよう、老健として出来ることを続けていきたいと思ひます。



介護老人保健施設 りんどうの里

運動強化でお元気な毎日を

機能訓練室長(言語聴覚士) 井上 裕之

りんどうの里は吾妻郡高山村に所在する介護老人保健施設です。要介護者の自立支援を目標と定め、利用者様個々の状態に応じて入所、短期入所、通所リハビリ、訪問リハビリといった各種サービスを提供しております。

中でも現在力を入れているのが通所リハビリテーションです。利用定員は20名で、提供時間を約半日(午前9時30分~12時)とすることで、密度の高いリハビリテーションを集中して行う事に特徴があります。

リハビリテーションの内容としては特に運動強化を重視しており、トレーニングマシンによるパワーリハビリテーションを実施いたします。また、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による個別の機能訓練を行っており、筋力の維持・強化や関節可動域の改善等にバランスよく取り組んでいただくことが可能です。

トレーニングの合間には創作活動も実施しています。糸を使用した組み紐づくりや、チラシを棒状にしたものを編み込んで小物を作成するなど、手先を使う作業を行うことで集中力向上や手指の機能回復などの効果が見込めます。

これらの各種リハビリテーションを通じて、地域で生活する高齢者の皆様がより活動的な毎日を送れるよう、これからもサービスの向上に努めてまいります。



これ知ってました？

前回の第45号では、「認知機能障害（中核症状）」についてお話しさせていただきました。
今回は「行動・心理症状（BPSD）」についてです。

介護老人保健施設 和光園 副施設長
認知症看護認定看護師 狩野 京子 先生



行動・心理症状（BPSD）とは

- ・ 認知機能障害（中核症状）以外の症状をいいます。
- ・ 認知機能の低下に伴って出てくるものもありますが、認知機能障害に本人の心理状態や周囲の環境が影響して発症することもあります。



不安 抑うつ 興奮 不眠 妄想 など

- ① 認知症をもつ方は、記憶障害や見当識障害により自分が置かれた状況が理解できません。
- ② 状況が理解できないことで不安になり、イライラしてしまいます。
- ③ 理解力や判断力が低下すると、イライラが抑えられなくなってしまいます。



暴言・暴力・介護抵抗等

認知症の方にとっては、知らない場所で知らない人に話しかけられてその内容も分からず…といった状況です。
不安でイライラして怒ってしまうのも当然ですね。



BPSDの一例を挙げ、どのような対応が症状の緩和に繋がるか、ご紹介します。

① 怒りっぽい・暴力をふるう

- ・ 本人の気持ちに共感して、怒っている理由や思いを聞く
- ・ しばらく話を聞いても怒りが収まらない場合は一旦その場を離れる（時間をかけ過ぎる事で余計に気持ちが高ぶってしまう）
- ・ こちらが話をする時は、ゆっくりと穏やかに話す



② 財布を盗られたという

- ・ 否定はせず一緒に探す
- ・ 先に見つけた時は疑われないように、本人が見つけれられるような配慮をする
- ・ 疑われた場合は冷静に対応し、自分ではないことを穏やかな口調で伝える



③ 入浴を嫌がる

- ・ 入りたくない理由を聞く（人前で裸になるのが恥ずかしい・寒いから嫌・元々好きではない等）
- ・ 足湯等負担の少ないものから勧め、爽快感を得てもらう
- ・ 根気よく声をかけすぎると負のイメージを持たれてしまうので、無理強いはいらない



※認知症が進行すると、手順の多い作業ができなくなり面倒に感じる

全てのBPSDはご本人なりの理由があって症状が現れています。
その理由を探り、不安が解消されるような声かけが大切です。
どのような訴えにも否定はせず、ご本人の気持ちに寄り添うことを忘れずに支援していきましょう。



リーダーは「使う言葉」を意識しよう

1 曖昧な表現では伝わらない。大切なのは「言語化」

介護の現場では、「今日は頑張りましょう」「接遇に気を付けましょう」といった一見前向きで聞こえの良い言葉がよく使われます。また、「認知症の方に寄り添いましょう」「家庭的な雰囲気をつくりましょう」「その人らしい生活を意識しましょう」といったフレーズも日常的に聞く機会が多いのではないのでしょうか。

しかし、これらの表現は非常に曖昧で、聞く人によって受け取り方が異なります。リーダーがこのような曖昧な言葉を使ってしまうと、スタッフに正しく意図が伝わらず、結果として行動にズレが生じ、現場に混乱やトラブルを招くことになりかねません。

■たとえば…

●「今日は頑張りましょう」

↓何を頑張るのか？入浴？レク？

●「接遇に気を付けましょう」

↓どんな場面？挨拶？声かけ？言葉遣い？

●「寄り添いましょう」

↓何に対して？気持ち？行動？生活習慣？

●「家庭的な雰囲気」

↓どの場所？どんな工夫をすれば？

●「その人らしい生活」

↓どんな情報を知ればいい？趣味？過去の暮らし？

このような表現では、リーダーとスタッフの解釈が一致するとは限りません。

■その結果…

●リーダー…ちゃんと伝えたのに、やってくれない…

●スタッフ…「言われた通りにやったのに、怒られた…」

こうしたずれの違いを防ぐために必要なのが「言語化」です。つまり、「曖昧な表現を避けて、できるだけ明確に言葉にする」ことが大切です。

【言葉になっていないことは、正しく伝わらない。】

この意識を、まずリーダー自身がしっかり持ちましましょう。

2 スタッフが「すぐに行動できるレベル」で伝える

リーダーがスタッフに指示を出すとき、多くの場合は「〇〇をしましょう」「〇〇を確認してください」といった「行動の依頼」になります。このとき大事なものは、その指示がすぐに行動に移せる具体的な内容になっているかどうかです。

■たとえば、事故やヒヤリ・ハットが起きた際に、

●「もっと注意しましょう」

●「見守りを強化しましょう」

とだけ伝えていないでしょうか？これでは「どう注意すればいいのかが分からず、スタッフは困ってしまいます。

■具体的な伝え方の例…

●「入時の転倒アセスメントシートを確認して、不明点があれば日勤リーダーと一緒に確認してから勤務に入ってください」

●「ベッドの横の車いすは、前輪を黄色いテープの印に合わせて止めるようにしましょう」

●「利用者がキョロキョロしたりソワソワしていたら、近くについて声かけし、トイレの確認をしてください」

このように、具体的な行動レベルで伝えれば、スタッフは何をどうすればいいかが明確になり、すぐに実行に移すことができます。

3 まとめ…伝え方はリーダーの責任

リーダーとして大切なものは、「自分の言葉で現場がどう動くか」を意識することです。

「伝わらないのはスタッフのせい」ではなく、「伝え方を工夫すれば、もっと伝わる」と考えること。

日々の声かけを、「曖昧ではないか？」「具体的に伝えてあるか？」と見直すことを習慣にしましょう。そうすることで、現場のずれの違いを減らし、チームとしての信頼関係も深まっていきます。

医療法人大誠会

介護老人保健施設

大誠苑

統括介護部長

黒木勝紀



▼群馬県老人保健施設協会では、協会広報誌「ひろば」に掲載する情報など、介護老人保健施設に関する情報をご提供・ご案内させていただくため、メールアドレスのご登録をお願いしております。
▼情報提供をご希望されます場合は、QRコードから登録フォームにアクセスして、施設名、メールアドレスなど必要事項をご入力ください。

メールアドレス
ご登録のご案内

協会・事務局コーナー

「介護助手」モデル事業に参加しませんか！

1 「介護助手」とは

介護老人保健施設内で、お部屋の掃除や食事の片付け、ベッドメイク、シーツ交換、園芸など趣味活動のお手伝い、お話相手など、介護業務を補助する作業を担っていただくお仕事です。

2 「モデル事業」の概要と流れ

①モデル事業は、介護老人保健施設で、地域の六十歳から七十五歳くらいの方を対象に「介護助手」を養成する事業です。介護人材不足の解消や参加者の生きがいづくりを目的に取り組み始めて、今年で十年目になります。
②初めに、モデル事業を実施する県内の各介護老人保健施設で、モデル事業についての「地域住民説明会」を開催します（十月上旬開催予定）。
③次に、「介護助手」をご希望される皆様を対象に、各施設で「応募者面接会」を開催します。

④施設担当者と面接をしていただき、「介護助手」として採用された場合、研修を兼ねた介護助手の仕事をする三カ月間（十一月から一月を予定）していただきます。
研修期間中は賞金が支給されます。

③ その他
三カ月間の研修が修了した後も、そのまま勤務を続ける方が多くいらっしゃいます。

④ 問い合わせ先
どこの介護老人保健施設がモデル事業を実施するかなど、事業に関するお問い合わせは左記をお願いします。

群馬県老人保健施設協会

TEL 0271-266310350

あしがき

- S** 暑い日々が続きますが、暑さに負けずに頑張ってください。
- N** こまめに水分補給をし、適度な室温を保ち、熱中症を防ぎましょう。
- H** 喉が渇く前に水分補給を！