



楽しい美味しい敬老会 やさしい笑顔で円満家族

# それいゆ 広報

Vol.108

## 医療法人同仁会

- 介護老人保健施設 それいゆ TEL0577-35-3030
- 桐生クリニック TEL0577-35-3880 FAX (共通) 0577-35-3063
- 折茂医院 TEL0577-34-5025
- それいゆ訪問看護ステーション TEL0577-37-5260
- ヘルパーステーション それいゆ TEL0577-37-3360
- 病児保育室プティそれいゆ TEL0577-35-2525
- ケアプランセンター それいゆ TEL0577-35-3770
- ショートステイ それいゆ TEL0577-35-0710
- デイサービスセンター べれる TEL0577-36-7077

## それいゆ敬老会

(平成二十四年九月十五日開催)

介護老人保健施設それいゆ  
事務長

一戸 康弘



平素より、介護老人保健施設それいゆをはじめ医療法人同仁会グループの諸サービス事業のご利用に際し、皆様のご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。また、この度の敬老会開催にあたりましては、ご多忙の中多くのご家族様にご出席いただき誠にありがとうございました。

今年、飛騨高山高校太鼓部の生徒さん達が、若さ溢れる力強い太鼓演奏を披露して下さいました。ピーンと張り詰めた空気が、太鼓が打ち出されるとホール全体が共振り、自分の体もそれに反応して鳥肌が立つ。瞬く間に演奏に引き込まれ、拍子に合わせて自然と体が動き出す。皆さんも同様の感覚を覚え、感動されたことと思います。太鼓部の皆さん、ありがとうございました。

今年、岐阜県内で百歳以上の方は昨年より多い七百九十人、高山市では四十五人みえ、内六人は当施設に入所中で市内最高齢(百四歳)の方もみえます。敬老会では、百歳を超える方々に花束と職員手作りの記念品でお祝いさせていただくとともに、米寿の方(四人)をご紹介し高山市からの記念品を贈呈しました。お祝いの後は、皆様

と一緒に食事会、秋の食材を使った彩り豊かな食事をお召し上がりいただき、団欒のひと時をお過ごしいただきました。短い時間ではありましたが、皆様とご一緒できましたことに感謝いたします。

医療技術の高度化に伴い年々長寿高齢化が進み、介護保険制度が確立してからは施設サービスや在宅サービスを適宜有効に使いその傾向は顕著に表れています。しかし、認知症を呈する方も増加傾向にあり、当法人としても学習療法への導入、認知症ケア開設、認知症専門職の養成、職員教育など、認知症予防や認知症対応に取り組んで参りました。本紙後半では認知症に関する話題等掲載しました。認知症を身近に感じ、認識していただければと思います。

さて、在宅支援の新しい事業として「小規模多機能型居宅介護」という地域密着型サービスを年内開設に向けて準備中です。「通い」を中心に様態や希望に応じて「宿泊」「訪問」のサービスを柔軟に組合わせて「自宅で継続して生活するために」必要な支援を提供するサービスです。詳しくは改めてご案内します。

# 東海北陸ブロック 老健大会

介護老人保健施設それいゆ

2階介護福祉士 村上 理恵

私たちは、今年の五月十七・十八日に名古屋で開催された『第八回東海・北陸ブロック老健大会』に参加してきました。老健大会とは、全国の老人保健施設を対象に、それぞれの施設で様々な取り組みをし、それを通して得た成果を発表する場です。

内容は、食事や入浴といった生活に直接関わるものだけでなく、業務内容や施設のシステムについてなど多岐にわたります。

今回私たちは、フロアでの余暇時間の過ごし方を見直し、レクリエーションの時間の充実を目的として、音楽に合わせて体を動かす方法を試み、発表してきました。

誰もが一度は聞いたことがあり、動きも簡単なものなら、多くの利用者様に参加していただき、楽しんでいただけるのではないかと考えへ幸せなら手を叩くという曲を選びました。結果、多くの利用者様が参加してくださり、笑顔が増え職員間でも良い刺激となりました。

今後も利用者様やご家族、職員共に心地よく過ごせる施設を目指して、様々な取り組みを試みていきたいと思えます。

## 岐阜県老健大会

9月17日、県内の57施設の代表330名が参加した岐阜県老人保健施設協会の定期大会が岐阜グランドホテルで開催されました。私達は「ケアの統一を目指して」という題でお茶トロミ作成をスタッフ全員が統一して行えるよう取り組んだ内容を発表してきましたので、ここで紹介させていただきます。

高齢者は嚥下機能が低下しやすく、嚥下機能低下の発症と共に合併症として誤嚥性肺炎、窒息、低栄養、脱水に繋がるケースが高くなります。

私たちのフロアでは水分にトロミ剤が必要な利用者様が常に十名前後入所され毎食時、水分補給時にはお茶の中にトロミ剤を入れて飲みやすくしたものを作成し、提供しています。

しかし作る人によってトロミ剤の使用量や濃度が一定されてなく、統一されていませんでした。

また、利用者様の十分な水分補給ができていなかった為、一人ひとりに合ったお茶トロミが提供できるように見直し、取り組みました。

まず、スタッフがお茶トロミを試食することで、喉への違和感が体験できました。トロミ剤の目安表をもとに数種類のお茶トロミを作成し、言語聴覚士が対象利用者様の嚥下状態を確認しました。

そこで、利用者様に合った必要なトロミ量の検討をしました。

介護老人保健施設それいゆ

3階介護福祉士 鎌手 秀起

作成するスタッフ全員がトロミ濃度の統一が図れるように専用コップと計量スプーンを使用し必要量を表記したシールを貼ったコップを作成しました。

スタッフの感想では、毎回同じトロミが作れる、誰でも簡単に作成できる等の意見が出ました。

また、以前より利用者様の水分摂取量が増えたとの意見も出ました。

お茶トロミ作成の統一を図ることにより、今まで以上にスタッフ全員の嚥下に対する関心が深まりました。今後も他職種との連携を密にして施設全体での取り組みとして統一したケアが図れるよう努めていきたいと思えます。

### 第27回 岐阜県老健大会



会期：平成24年9月17日(月・祝)  
会場：岐阜グランドホテル  
主催：岐阜県老人保健施設協会

# 介護老人保健施設それいゆのリハビリの紹介

現在それいゆでは、理学療法士四名、作業療法士二名、言語聴覚士一名の計七名でリハビリテーションの提供を行なっています。そして昨年五月から始まった桐生クリニックからの訪問リハビリテーションも軌道に乗っており、皆様にご愛顧頂いています。

以前から行っているパワーリハビリに加え、その専門性を生かした様々な取り組みを行なっていますので、その紹介をします。

## 【理学療法士】

理学療法はケガや病気、高齢によって運動機能が低下した方に対して、運動機能の維持・改善を目的に運動や温熱、電気、水、光線など物理的手段を用いて行なう治療法です。

高齢の方にとって運動習慣を維持することはなかなか大変ではありませんが、無理なくお体に適したリハビリを提供しています。しかしお体の状態によっては、簡単な運動も姿勢が崩れてしまっている場合や、身体の正しい使い方ができなくなっている場合があります。

そのため身体の状態や家庭の状況を明確に把握し、トイレ動作や乗り移り動作など必要な動作の再獲得に向けてお体に合ったリハビリを提供します。また、痛みに対しての疼痛治療も必要に応じて行っています。

## 【作業療法士】

高齢者に対する作業療法では、その方の人生にとって意味のある作業や活動を使ってリハビリテーションを行います。

利用者様の心身の状態を見極め、そ

の方が人間らしく生きていくために何が必要なのか、そのためにはどんな能力が必要なのかを考え、その方の人生・生き方に適合する作業種目を用いて治療・訓練を行っていきます。

日中もほぼベッドで過ごしているAさんに作業療法で関わった例を紹介します。

手芸や昔の遊びなど本人が楽しいと思えるような作業活動を提供し、座って過ごす時間を設定しました。体力向上とともに起きて過ごす時間が増え、Aさんから「散歩に行きたい」「塗り絵をしたい」など、自発的に自分の行いたい活動が聞かれ、意欲が向上し積極性もみられるようになりました。現在レクリエーションへの参加が増え、他利用者と笑顔で話す機会も増えていきます。

今後も身体面・認知面へのアプローチだけでなく、その方に合った『生活の質』向上を目指してリハビリを提供していきたいと思えます。

## 【言語聴覚士】

言語聴覚士とは、聞こえない・声が出ない・言葉が出ない・言葉が理解で

きない・ものが飲み込めない等の問題に対して様々な検査を実施して問題点を明らかにし、訓練や援助を行う専門職です。

言語聴覚士がリハビリを行う対象に失語症というものがありますが、聞く事・しゃべる事の困難さが他人に理解されにくく、そのことが外出の機会・リハビリの機会を減らす要因のひとつになっています。

失語症はリハビリを行えばいつまでもゆるやかに改善していくとも言われています。

ご自宅に何って行う訪問リハビリは、他人の目を気にすることなく、また家族の同席も可能なリハビリです。施設でのリハビリに抵抗がある方にもおすすめ致します。

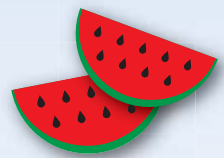




# 夏祭り



# 生時記



夏祭り運営責任者 小瀬 義明

この度、8月4日に行われたそれいゆ夏祭りにはお忙しい中、多数のご家族様にご参加いただきまして誠にありがとうございました。

今年はロンドンで開催されましたオリンピックに、岐阜県内で開催された国体とスポーツに関わる年という事で、夏祭りのスローガンを【夏祭り。みんなの笑顔に金メダル!】、テーマを【輪、和、話、笑、Wha】五つの‘わ’とさせていただきます。

当日は童心さんによる太鼓や職員有志による余興、澤田流岐阜会の皆様による津軽三味線、協力会社エームサービス様による手打ちそばの実演会と多岐にわたる催し物があり、また、桐生町民謡クラブの皆様の先導で「ひだやんさ」で踊りの輪を盛り上げていただきました。ご協力ありがとうございました。利用者様をはじめご家族様、近隣住民の方々には楽しんでいただけたのではないのでしょうか。

途中、小雨が降るといふアクシデントもありましたが、すぐに止み、最後まで夏祭りができた事は実行委員長としては良かったと思えました。

片付けの際は大雨の中、職員が協力し合い片付けを行って頂き、誠にありがとうございました。



# 敬老会



100歳以上のみなさん



飛騨高山高校  
太鼓部のみなさん



毎月1回開催される  
俳句教室

今まで教えてくださった  
加藤裕香先生が6月で退任されました。  
長い間ありがとうございました。



※7月から亀山歌子先生に  
担当していただいています。

## 通所リハビリ敬老会

通所リハビリでも2日間敬老会  
が行われました。寿祝いから始まり、  
かつらりレーとご縁つなぎ  
ゲームをして盛り上がり、秋の歌  
を3曲歌って終わりました。



## 認知症を知る事で成長できた四年間 それいゆ訪問看護ステーション



訪問看護師 村田 由佳

それいゆ訪問看護ステーションをご利用いただきありがとうございます。

訪問看護師として働き始め4年が過ぎました。

病院勤務の時と比べ、患者さん（在宅では利用者様）や家族との距離がぐっと近づいたなと感じています。

いろいろな疾患の利用者様が見え、「看護って難しいな」と感じる時がありますが、そのひとつが認知症の看護です。

訪問すると「娘が来るで、あとにして」と言われてしまったり…

毎回「あんた誰やったな？」とにっこり笑顔で言われたり…

真夏にセーターを何枚も重ね着して、真っ赤な顔で家事をしていたり…

汚れた下着をあちこちに隠したり…  
時にはびっくりするような状態で訪問を待っていて下さいませ。

このように、認知症の方は自分では体調の変化に気づかなかつたり、清潔と不潔の区別がつきにくいのです。

そこで、利用者様やご家族に代わり「おうち専門の看護師」が、変わった事が無いか様子を見に行き、体調の確認を行い、一人ひとりに合った方法で必要な援助を

行います。

頭を悩ませることも多い半面、今日はどんな姿でおうちにみえるかなと実は楽しみなのも認知症の方だったりします。

漬物の漬け方や家事のコツ、夫婦のありかたや夫の扱いまで、認知症の方は人生の先輩でもあり学ぶ事が多い毎日です。

こんな風に、利用者様とそのご家族の笑顔に支えられて、私は一日頑張ることができています。

これからもそれいゆ訪問看護ステーションをよろしく願っています。



## 認知症介護十カ条 ヘルパーステーションそれいゆ



訪問介護員 庄田 清美

三月からヘルパーステーションそれいゆにて勤務させて頂いております。庄田と申します。以前は、他の事業所で登録ヘルパーとして約十年働いていました。その経験を活かして働かせて頂きたいと思っております。

若い人のような順応性や記憶力に乏しく、周りの方々に迷惑をかけたり、失敗が多くて落ち込んだりしますが、先輩方の励ましや支えのおかげで半年が過ぎようとしています。これからも諸先輩のご指導を仰ぎながら自己研鑽に励みたいと思います。どうぞ、宜しく願います。

さて、今回は「認知症について」がテーマということで、認知症介護の十カ条をご紹介します。

1. コミュニケーション 語らせて 微笑みうなずき なじみ感
2. 食事 工夫してゆつくり食べさせ 満足感
3. 排泄 排泄は 早めに声かけ トイレット 機嫌みて 誘うお風呂で さっぱりと
4. 入浴 身だしなみ 忘れぬ気配り 張り生まれ 出来ること 見つけて活かす 生きがい作り
5. 活動 日中を 楽しく過ごさせ 夜安眠
6. 睡眠 妄想は 話を合わせて 安心感
7. 精神状態 叱らずに 受け止め防ぐ 問題行動
8. 問題行動 自尊心 心支える介護で 生き生きと
9. 自尊心
10. 自尊心

認知症の方は物事の判断や意思の伝達を上手く表現する事が出来ません。でも、感情やプライドを持ってみえます。

認知症になる前の歩んでみえた生活歴を把握し、その方の訴えや行動の意味、背景を考え、気持ちを尊重して接するよう常に心掛けたいと思います。

# 認知症でも自分らしく シヨートステイそれいゆ



管理者 長瀬 千春

国内の認知症の数は現在二百万人を超え、厚生労働省は二〇三〇年には三百五十三万人（十人に一人の割合）に達すると推計しています。

最近のNHKのニュースで『認知症でも自分らしく』を取り上げていました。

踊りの師匠の八十代の女性が、数年前認知症を発症、特に食べる事に拘り、食事をした後でも「食べてない」と言うようになりまして。しっかりとっている部分もある時期に自分に自信を失い、踊りをやめる決心をしました。「このまま踊りをやめると認知症が進んでしまう。」と心配した教え子たちが、「先生がいないと、私たちは踊れなくなってしまう。踊りをやめないで！」と懇願しました。現在週二回お稽古（指導のみだが所作は二百曲以上覚えている）を行い、途中、「ご飯を食べない。」と拘りだすと、教え子がそっとおにぎりを渡し、集中を継続できる手助けをしていました。

周りの人の手助けがあれば、その人らしく生きる事が出来る。週一でもその人が主役になることで、その人の意欲を生み出し、生活意欲を高める事が出来る、ということでした。

シヨートステイそれいゆでは、老健それいゆと同様、学習療法に取り組んでいます。

学習療法は東北大学加齢学研究所の川島隆太教授と公文が共同開発した、思考をつかさどる大脳の前頭前野を活性化させるものです。簡単な文章の音読・計算、数字板を使って数字あわせに取り組みますが、記憶力や判断力を高める事を目的としているのではなく、脳を刺激して脳に残された力を引き出すことで、笑顔のある日常生活を取り戻すことに繋がっています。そして何よりも注目したいのは、一対一でコミュニケーションをとることで、その間は主役になっている事です。

学習療法はもとより、その人自身が楽しく過ごせ主役になれる事は身近にもあると思います。重要なのは、コミュニケーションをとって、ほめるだけでなく、失敗しても周りの人がさりげなく手助けして、自尊心を尊重することです。ご家族や介護職員といった周りの人たちがどれだけ認知症の方の気持ちに寄り添えるかで、『認知症でも自分らしく』生活できる期間は長くすることが出来るのです。シヨートステイそれいゆもご利用者様が『自分らしく』過ごして頂ける場所でありたいと思います。

過ごしやすいようになった今日この頃、どうぞ皆様健やかに過ごしてください。

# 脱水症と認知症のおはなし ケアプランセンターそれいゆ



管理者 主任介護支援専門員 高野 聖子

高齢の方のことを、なんだかちよとおかしいなと感じたら、まず、脱水、便秘を疑ってみましょう。

脱水症になると元気がなくなり、体の中の水が不足し代謝がおちるので、体も頭も血のめぐりが悪くなるので、体の動きが少なくなり、ぼんやりします。特に、夜おかしなことをいふことが多いようです。さらに脱水がすすむと言葉があいまいになり、一日中うつらうつらします。

便秘になるとイライラします。便が腸壁を刺激し交感神経の緊張状態を引き起こし、興奮状態になるからだといわれています。気分が不愉快になり、怒りっぽくなります。周囲の状況を知って対応する力（認知力）が弱くなります。

というお話をしたので、夜、奇声をあげるようになったおじいちゃんに一生懸命水分をとらせたと嫁さんがいます。数日後に自宅をのぞくと、「しっかりとってきたわ」とお嫁さんから嬉しい報告を受けました。けれど、一か月半たったころには、日中も朦朧としてはじめました。耳が遠い方でしたので、私はいつも筆談をしていましたが、字

も読めなくなりました。「どうしたのかしら。お茶はよく飲むようになったのに。」とお嫁さん。二人で首をひねりました。

受診時に、お嫁さんから主治医に経過を伝えてもらいました。血液検査をし、血糖値が高いことがわかりました。「水はあまり飲まないのに、ジュースをあげていたの。若いころに糖尿病だったことがあるけれど、すっかり治っていたし、オムツをするようになったので、尿の検査もこの1年くらいはしていなかったわ」とお嫁さん。高血糖状態になると、細胞から水分が浸透圧の関係で出てしまい、体は脱水状態になるそうです。

栄養状態がよくないときや、ビタミン不足でも認知症がでることは知っています。毎日が勉強です。

これからもわたしたちは、認知症で悩んでいるご家族のお話を聴き、ご利用者様本人の気持ちを尊重するにはどのようにしたらよいのかを、ご家族と一緒に学び、一緒に考えていきたいと思っています。

今後ともケアプランセンターをよろしくお願いいたします。

## 病児保育室 プティそれいゆ

お子さんの体調不良時の看病、お困りではないですか？  
病児保育室は、病気や怪我で保育園や学校をお休みしなくては  
いけなくなった時、一時的にお預かりする施設です。

**開設日時** 月～金曜日 8時～18時

**利用料** 1人1日 2,000円  
5時間以内 1,000円

**予約・お問合わせ** 病児保育室 プティそれいゆ  
☎35-2525

**対象児童** 生後6カ月～小学3年生

**場所** 高山市昭和町2丁目85-1  
レザミひだメディケアガーデン南棟2階



## 事務室からのお知らせ

### ◎インフルエンザの予防接種を行います。

毎年たくさんの方が感染するインフルエンザは、健康な大人でも感染しやすく激しく体力を消耗します。

予防には、うがい・手洗い・予防接種が有効です。それいゆ併設の桐生クリニック、昭和町のレザミひだメディケアガーデンにある折茂医院では、インフルエンザの予防接種を行います。ご希望の方は、受付にてお申し込み下さい。(電話での予約可能)

#### 《予防接種期間》

折茂医院 10月1日～  
桐生クリニック 10月22日～  
※ワクチンがなくなり次第終了。

#### 《申し込み》

折茂医院 0577-34-5025  
桐生クリニック 0577-35-3880 (要予約)

#### 《料金》

一般 3,500円

### ◎施設利用の皆様へ

施設を利用される皆様へ、インフルエンザの予防接種をお願いしております。

予防接種費用助成券・予防接種券に必要事項を記入し、施設まで提出して下さい。アレルギー症

状など、お体の都合により予防接種が受けられない方はご相談ください。

#### ・予防接種費用助成券

65歳以上の方、60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の機能障害、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害のある方(障害者手帳1級程度)は、高山市からの費用助成が受けられます。高山市に住所のある方で、昨年度インフルエンザワクチンを接種された方へは、9月下旬に住所地へ予防接種券が郵送されています。

昨年度接種されなかった方は、平成24年12月28日(金)までの間に、市役所健康推進課へ電話にてお申し込み下さい。

また、高山市に住所のない方は、住所地の市町村長の予防接種実施依頼書が必要となります。住所地の市町村にお問合わせ下さい。

### ◎うがい・手洗いのお願い

外出から戻られた際・面会の方などへ、入棟される前の「うがい・手洗い」をお願いしております。

うがい薬は、1階職員お手洗い内・お風呂横の洗面所、手指消毒剤は正面玄関に設置しております。ご協力よろしくお願ひいたします。

### ◎それいゆ文化祭のお知らせ

・作品展示期間 … 11月20日(火)～27日(火)  
・発表 … 11月20日(火)

## 編集後記

それいゆの一階に、実はこっそり喫茶コーナーがあるのをご存知ですか？

メニューはコーヒーと紅茶のみです。

一杯百円で提供しています。コーヒーは市内の販売店から購入している豆を使用しています。以前は休日に入所者様のご家族や親戚、お友達など面会にいらした方が入所者様と一緒にコーヒーを飲みながらお話をしていました。お風呂上りの一杯を楽しみに、それいゆへ通う利用者様もいらっしゃいました。

ここ最近では、通所リハビリに通っている利用者様のご利用が多くみられます。食後に飲む方や利用日に必ず飲む方、気の合う友達と一緒に飲む方、週刊誌を見ながら飲む方など。

私たちは職場の飲み会や友達とのランチ、最近流行りの女子会など、いろいろなお店へ出かけてはたわいもない話や笑い話、悩みの相談など時間が経つのを忘れて盛り上がり、気づかぬところで自分の中の思い出がこつとやって少しずつ増えていきます。

それいゆ喫茶をご利用になる利用者様にとっても、場所やメニューは決まっていますが思い出が増えていくのはみんな同じなんだなあと感じます。

これから寒い季節がやってきます。温かいコーヒーで温まるのもいいかもしれませんね。

(坂上)