

みかんの丘 だより

第30号

河内福祉村

- ・特別養護老人ホーム・デイサービスセンター
- ・居宅介護支援事業所・ショートステイ
- ・地域交流センター「夢見館」



2017年1月

二〇一七 迎春

本年もよろしくお願い致します



年頭のごあいさつ

みかんの丘
施設長

池尻 久美子

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。
日頃より、ご利用者様、ご家族様、地域の皆様、事業所等、関係各位の方々からの温かいご支援と、協力を賜り、無事新年を迎えることができたことを心より御礼申し上げます。
今年は「酉年」。干支では「丁酉」。「丁」は、安定する、「酉」は、成熟の極限に達した状態、というそれぞれの意味、そして丁酉では「仕事や挑戦したことへの結果を勝ちとる」という意味があるそうです。しかし、丁酉は干と支に矛盾が感じられる相克の関係

の年と言われるので、その年の干支の意味するところを参考にしながら、私共の力だけでなく、例年以上に皆様のお力、地域との和、協力のもと、慎重にことをすすめながら 2017 年を送り、今後さらに発展していけるように努力してまいりますので、更なるご支援を心からお願い申し上げます。
そして 2017 年が終わった時、私共の地域で何かしら「実り」を実感出来ることを共有することができたら・・・と思います。
末筆ながら、皆様のご多幸とご健康を祈念し、新年の挨拶とさせていただきます。

平成 29 年 元旦



中田 三千代 さん

昭和 8 年 5 月 21 日生

今年の抱負

みかんの丘に来て元気になりました。来年は益々、元気になってたくさん外出できるようになりたいです。



坂門 國子 さん

昭和 8 年 1 月 10 日生

今年の抱負

一年健康で元気に過ごしたい。



小山 和子 さん

昭和 8 年 3 月 10 日生

今年の抱負

みかんの丘に来て運動を頑張りたいです。

スタッフ一同

ココロもカラダも
元気になれる場所
地域のみなさまに支えられ、
みかんの丘も開設十三年目。
みんなが元気になれる場所
〜ここからだも〜を
コンセプトに本年も
明るく元気に頑張ります！

社会福祉法人 陽光 みかんの丘

〒861-5348 熊本市西区河内町白浜字堀切 1440-2 TEL 096-278-4055 FAX 096-278-4056 担当：東



New years greetings 二〇一七

年頭のごあいさつ

社会福祉法人 陽光
理事長

金澤 剛



明けましておめでとうございます。
平成二十九年（二〇一七年）は酉年。
毎年千支の特徴や由来を書き、本年の「こころいき」を明らかにするのが年初の言葉としていたため本年も。
酉年は夜が明けたら「コケコッコー」となく夜明けの鳥の年。また、「とりこむ」との言葉で運氣もお客も取り込む縁起あるいは商売繁盛の年であると物の本には記してありましたが、いずれにしても本年がよい年であること、心を底から願うばかりです。
さて、昨年の暮れの話しでありましたが若手政治家の代表とも言える小泉進次郎氏を中心にした若手代議士達数人が「人生二〇〇年時代の社会保障」を発表しました。
これは昨年発表され時代に話題を提供した

「二〇〇年時代の人生戦略」という本に刺激を受けた時代感覚にすぐれた若手政治家の提案でありました。その本は誰もが二〇〇年生きる時代をどう生き抜くか働き方、方、結婚、子育て、人生すべてが変わる目前に迫る長寿社会に新しい提案である。この本の世界が明日、いや本日にも到来している。この人生二〇〇年の物差しから言えば、今の私どもの介護施設のあるいは地域のあり方も当然変化する。その意味で私どもが「この数年「元気になれる場所」として特養を型作ってきたことに間違いはない。
さて、本年はそこをもっと明確にはっきりと八十歳、九十歳まだ若い元気に二〇〇歳まで生きぬく施設、地域を創りあげよを合言葉に地域の皆様とともに努力しましょう。

【第十一回】 みかんの丘 みかんの花

2016.11.05



最優秀賞の河津さんと田尻さん

研究発表大会

11月5日、第十一回となる「みかんの丘・みかんの花」研究発表大会が行われました。研究発表とは、日々私達のケアの成果を発揮する場であり、取り組みがどこにどう活かされているのかということ報告しあっています。今後、みかんの丘は「介護の模範」になる施設を目指すなか、この研究が困っている方達の参考になれば幸いです。また、これから少子高齢化が進む国にこの介護技術を伝えていければ幸いです。
今回の研究発表では、特養から3題、ショートステイから1題、居宅事業所から1題、デイサービスより2題と計7演題の発表が行われました。その研究発表の中から一部をご紹介します。

みかんの花デイサービス 介護保険適用事業所としての役割を求めて 「IADL特化型デイサービスセンターみかんの花」の取り組みを通して

みかんの花デイサービスは昨年七月にオープンしたIADL特化型デイサービスです。介護保険の給付額は年々増加しています。その中でも居宅型への給付は三千六百六十一億円（49.2%）と約半数を占めています。介護保険の給付額の大半を占めているのは居宅型のデイサービスであり、パンク寸前の介護保険を立て直すためには在宅型給付の見直しをする必要があることに目を向けました。これ食い止めるには私達ができることとしてこれ以上要介護認定者を増やさない取り組みを行うべきではないかと考

え取り組みを開始しました。
【方法①】小集団グループ活動を行うこと。
グループを分けることでスタッフがそばにいる安心感と各りハビリ機器を正確に使用し、かつ、効率化をはかる。
【方法②】自立支援に特化する。基本ケアと呼ばれる水分・食事・運動・排泄を自立させる。
【方法③】画一的ケアは中止して、個人のニーズにあったサービスを提供すること。
【方法④】やる気スコアシートを作成し、3か月に1度評価し現状把握を徹底する。
【方法⑤】通所介護計画書の目標を具体化する。
【方法⑥】自立支援の取り組みは事業所内

だけに止めず地域に向き健康教室・体操教室開催する。
この6つの取り組みをすることで明確な目標をもち利用者一人ひとりが取り組めるスタイルの構築をしました。よって、これまでただただ「わきあいあいとしたデイサービス」のイメージから「自分にあった内容であり、身体機能の維持向上に努めることができるデイサービス」となりました。在宅で最後まで元気に過ごしていただけるためにはこのような取り組みが必要であり、介護保険制度の本来あるべき姿なのではないかと考えます。

ショートステイの新時代 ～レスパイトからの脱却～

ショートステイとは、一時的に利用者をお預かりし、家族の介護負担を軽減することが最優先である、ということが目的だと感じている方が多いと思います。しかし、「来たときよりも元気になれる場所」とし、在宅生活が継続できるよう支援していくことが私達の使命であると考えました。方法は、自立支援介護の実践です。利用者A様は、要介護2ではあったものの歩行時のふらつきがあり、常に転倒リスクを伴うものでした。入所当時は歩行器の使用を試みるも受け入

れが難しい状態で、体は大きく傾き、小刻み歩行しかできず、すり足で歩かれていました。活動量も低下されており、口数も少なく活気がありませんでした。この方に、自立支援の基本となる4つのケアを実践していただきました。水分をしっかりと飲んでもいただく意識度があり、食事、運動量ともに向上しました。さらに歩行器歩行の練習をしたことで、課題であった排泄のコントロールも上手にいくようになりました。日々、出来ることが増え、A様が自信を

持てるようになりレクリエーションに参加されたり、自らの回りのことをされるようになりました。また「ありがとう」「これは私の仕事」などの前向きな発言が増え表情も明るくなりました。不安定だった歩行も独歩で歩けるまでに回復し、レスパイト利用がなくなりしました。最終日には、「ありがとうございました。」と最高の笑顔を見せ家族のもとへ戻られました。ADL（身体活動レベル）が下がらないよう今後も支援してまいります。

デイサービスでの取り組み ～介護保険事業所としての本来のあり方～

数年前までは「レクリエーションを楽しむに通う」だけの施設でした。それから自立支援に取り組み、「リハビリを楽しむデイサービスにしよう」と考え、トリムの導入をしました。その結果活動量は上がったが、自分で選択できることがデメリットとなり、一人一人に活動量の提供ができていないのが現状でした。また、明確な数字がなく評価が出来ていない状況でした。
そのため、私達は自立支援とは何か原点に返り介護事業所としてのありかたを考え直しました。通所介護事業所の役割は身体的、精神的な自立を図り継続的に在宅生活を支援していくことが本来の役割であると考えました。そのために、画一的な集団体操やレクリエーションをやめ、明確な目標を定め個別対応していくこととしました。方法としては、小集団に分け担当職員と一緒に一日のスケジュールに従い活動していただきました。また、廻

遇シートを作成し職員が統一したケアができるようにしました。あとは、自立支援の基礎を徹底して行いました。ある女性は、熊本地震にて避難生活が続き活気がなく、生活リズムは崩れており、寝たきりのような状態でした。目標を定め「生活リズムをただし昼夜逆転を治す」ことにしました。利用当初は、職員が2名で送迎にいくほどの介助が必要で移動手段は車椅子でした。そこでまずは基本ケアを重視し、400ccと脱水気味であったA氏に水分摂取を促しました。また、パワーリハビリ、歩行訓練を行いスケジュールに従って日々訓練をつんでいきました。するとこれまで、寝たきりだったA氏は今では、シルパーカー歩行まで向上しました。日中活動すること夜間しっかり睡眠をとれるようになり、表情まで明るくなりました。また、ある男性は、アルコール依存症であり、利用当初は飲酒をし、「きついから行か

ない」とデイサービス利用をなかなか受け入れていただけない状態でした。歩行状態はふらつきがありアルコール臭もひどくケアマネジャーより地域のケア会議では販売中止の話まであるほど深刻でした。利用される日には、スケジュール管理を徹底し活動を勧めました。するとこのシステムが大変気に入られ楽しまれるようになりました。飲酒よりデイサービスに通うことが楽しみになり、週3回の利用が本人の希望で毎日利用となりました。
これまでのデイサービスはどちらかというと「楽しい」ことが優先であり、女性利用者が大半を占め、男性は後ろ向きの方が多いのが現状でした。しかし、小集団に分け活動することで自分の一日の活動が明確化し役割が把握できます。よって、男性のニーズにも答えることができたことが男性利用者増加にもつながったと考えられます。