

ももと食事

◎米の成分とその主な働き

新米1kg(100g)あたりの

成分 (成分)	割合 (割合)
たんぱく質 (たんぱく質)	8.8g
糖質 (炭水化物) (糖質(炭水化物))	75.6g
しぼう (脂質) (しぼう)	1.3g
水分 (水分)	15.5g
その他 (ビタミン・ミネラル等) (その他(ビタミン・ミネラル等))	0.5g

体をつくる……

エネルギー(熱や力)のものになる

体の調子を整える

(食糧庁・全国米穀協会「米なんでもブック」より)

文責：福本（美）

編集後記

もも便り発行委員長 井後 裕貴



<http://www.momo3.net>

〒511-0901 桑名市
筒尾1-13-1
TEL 0594-33-0302

第 1 号 も も 便 り



東昌事業所

東員事業所



知っている？

ほとんど「自宅療養」・
ときどき「地域包括ケア病棟」



文責: 平野(陽)



もも 鳥 取 訪問看護・介護・通い・泊りを 定額サービスで！

看護小規模多機能型
居宅介護

平成29年4月 東員町鳥取に『看護小規模多機能型居宅介護事業所』を開設しました。三重県では3番目の施設です。訪問看護・介護、通い(デイ)、泊り(ショート)を、利用者の生活に見合う計画で利用できます。料金は月単位になります。

- ◆ 70歳代 Aさん(脳梗塞 介護5)の利用状況を紹介します。
Aさんは、脳梗塞で寝たきりになれましたが、昼間は車椅子で過ごされていました。ところが、食事がうまく飲み込めず肺炎になり、入院をされました。退院にあたり、胃に管を通して食事を注入することを勧められましたが、ご家族は「元気な頃に、管は付けたくないと言っていた」と、ご本人の意思を医師に伝え、そのまま退院して、ももの利用となりました。

コミュニケーション

- 声掛けは、常に顔を見ながらしていると、小さな表情の変化を発見することができます。
- ひとつひとつの動作に言葉をつけて話しかけると、関わりが増えていくにつれ表情が豊かになります。

飲み込む力の回復

- 食べたり飲んだりするときは姿勢が大事で、身体に合った車いすや枕を使い、姿勢を整えます。
- 食べる時は、本人のペースに合わせて「○○ですよ」と一口ずつ声を掛け口に運ぶと表情や顔きから、本人の食べやすさや嗜好を理解できます。

運動機能の回復

- 訪問時に生活のリズムを知るように勤めます。日中は横になっていても目を開けていることが分かり、車いすで過ごす時間を短時間から始めました。おやつ・水分摂取・食事と、時間を徐々に延長していきます。
- 場所も室内からデイルーム・食堂へと拡大して、人との交流につなげていきます。車いすに度々移ることで、床ずれ予防に繋がります。

Aさんは、2か月半の利用を経て、**生活リズムが安定**し、寝るところと食事するところが別々になりました。利用開始時は、意思を伝えるのは頷く程度でしたが、「ありがとう」「美味しい」「(喉が)いたい」「えらいわ～」と**言葉**が聞けるようになりました。食事もお茶碗半分から1杯食べられるようになり、食べる時間も早くなりました。また、声をかけると間食もされ、みんなで作った柚子茶も「飲みたい」「甘くておいしい」と好評です。退院時は、痰の吸引が必要でしたが、今は勿論使っていません。

家族様より、「何よりご飯が食べられるようになったことが嬉しい」「お父さんの言いたいことがわかるようになった」と、喜んでいただいています。

文責: 前葉

もも い な べ いなべを食す！ お腹も満たす！！

キッチン
もも

キッチンももでは、日によって異なるシェフが作る地元の食材を使った手作り料理を、利用者様はもちろん、一般の方にも提供しています。

キッチンももの特徴

- ◆ 日替わりのシェフによるメニュー構成で、様々なジャンルの料理を楽しめます。
- ◆ お米や豚肉や野菜や蕎麦など、地元の食材を使用しております。
- ◆ 管理栄養士や調理師による調理・サービスで、一般のお客様でも食事形態を相談・変更していただけます。(アレルギー食材・軟飯・食材のカット等…介護スタッフの協力)
- ◆ お弁当の注文も、電話又はお店で直接承っております。※メニューに応じて要相談
- ◆ モーニング(8:30～11:00)も営業しておりますので、ゆっくり過ごしていただけます。※ランチ(11:30～14:00)

お客様の声

お母様と一緒に来店されたお客様
「いつもはあまり食べないおばあちゃんが、このランチは全部たべるのよね。」
常連のお客様
「近所の一人暮らしの友達にお弁当買ってあげてるの。」
県外からのお客様
「この地方は濃い味付けが多いけど、ここは優しい味で美味しい、安心する。」
好き嫌いの多いスタッフ
「ここで働き始めて食べられるものが増えた」

とても嬉しい意見をいただくことも、時には厳しい意見をいただくこともあります。そのひとつひとつに真摯に対応し、向き合うことは、キッチンももの大きな糧になっていきます。これからも、**いなべを食す！皆さまのお腹も満たす！**地域に開かれた介護施設の入り口として、キッチンももに、お気軽に足を運んでいただけたら幸いです。



文責: 福本(良)

もも 桑 名 在宅療養に24時間365日の安心を

訪問看護

もも桑名の訪問看護は、桑名市・木曽岬町のご自宅で療養生活を送られる方のお手伝いをさせて頂いています。



正月早々だけど
新しい方を緊急
訪問してほしい

直ぐに
伺います



ケアマネさん
床ずれ予防を！

マットレス
交換

平成30年正月、主治医より「A様に緊急訪問を頼みたい」と依頼を受けました。A様は12月中旬に転倒し、腰骨を折り、ベッド上での安静中でしたが、その後、肺炎も併発し熱発がありました。私たちは、訪問看護を直ちに開始しました。

A様を訪問をして

- ① 医師の指示のもと、肺炎からくる脱水症状を緩和するために、点滴を行いました。
- ② 骨折治療のため安静にしていたことにより、臀部に赤みがあり、床ずれ予防が必要だったため、ケアマネジャーにマットレスの変更を提案しました。
- ③ 最も苦しかったのは、2週間ほど便が出ていないことです。その対処をしました。便秘の原因には、腰痛、安静(運動不足)、発熱、食事、排便時のスタイル等があります。浣腸や下剤の使い方、お腹のマッサージ、食物繊維の多い食事、水分をたくさん飲む等の指導も行いました。

- * 1月中旬には、A様の肺炎は改善し、ご自分でポータブルトイレに移って排泄ができるまで回復されています。

訪問看護は **365日24時間 迅速な対応** が可能です。
生活が支えられるように **他職種と協働** しながら支援しています。

文責: 吉岡



もも 四 日 市 ベッド上の生活から歩行へ！

デイ
サービス

O様は昨年の7月下旬、自宅のベッドで背伸びをしたら腰椎圧迫骨折となり、2ヶ月の安静を余儀なくされ、ももの利用も、8月・9月と休止になりました。ご本人は、ももの利用を楽しみにされていたため非常に残念がられました。再開のために入院治療に専念されました。その甲斐あって、10月に利用再開となった時には大変喜ばれ、職員の一人ひとりに声をかけてくださいました。元気そうな姿を見て、職員も再会を喜びました。しかし、日常生活は車椅子での生活となり、ひとりで起立姿勢を保つこともできず、入浴も機械浴となりました。また、座わってもすぐに疲れてしまい、「ベッドに横になりたい」が口癖のようでした。デイサービスに通い始めて約3ヶ月が経ち、ご本人の努力の甲斐があり、車椅子の生活から歩行器での生活へと変わっていかれています。

個別機能訓練Ⅰ
では、主に下肢の
運動機能向上に
取り組みました



個別機能訓練Ⅱ
では日常生活動作の
向上に取り組みました
看護職員

歩行器を使った
歩行訓練に
取り組みました
機能訓練指導員



トイレにも
歩行器で
行けるよう
になりました

お風呂での
動作訓練
介護員

お風呂は
機械浴から
個浴になりました

ご本人は、身体機能が改善し、
日常生活が広がっていることを
実感されており、大変喜ばれています。

ベッドに横になるのは
昼寝のときだけです

文責: 平野(宏)