

「ナーシングホームもものリハビリテーション」 ～「私には自分でしたいことがある」そんな気持ちと一緒に～

こんにちは、ナーシングホームもものリハビリ職員一同です。理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の3職種が総勢8名で、ももの全事業所に関わっています。活動は、訪問看護を中心に、デイサービス、ショートステイ、有料老人ホーム、看護小規模多機能型居宅介護などの利用者様の動作の改善です。ももの担当職員や利用者様に関係している他事業所様と協働しています。リハビリ職員は、利用者様の運動機能を評価し、それぞれの生活スタイルに応じた生活動作の実践を一緒にやっていきます。「どのようにトイレまで移動しよう?」「どんな家事ならできるだろう?」「食事介助の方法は?」など、利用者様と共に考え、練習し、自分自身でできる動作を再び取り戻していくことをお手伝いします。

主の訪問看護ステーションの訪問には、看護師による病気や療養の管理ができることから、難病やがん末期の方が多くいらっしゃいます。「便座に座ると、頭が重くてつらい方の姿勢を考えて欲しい」という看護師からの依頼にリハビリの専門的な立場からアドバイスや動作指導を行います。また、小児の場合は、発達にそって考えながら関わります。両手を顔の前で合わせられることにどんな意味があるのか、机から物を落とす遊びにどんな意味があるのか等、観察の視点や遊びについて支援します。

自宅でのリハビリは、家にある物を使って遊ぶので、ご家族はリハビリを再現しやすいという利点があります。デイサービス、ショートステイの通いの場では、ご自宅での生活を想定した機能訓練を行なっています。食事の時間にリハビリ職員がお邪魔して、姿勢や咀嚼(そしゃく)・嚥下(えんげ)をみさせていただく事もあります。有料老人ホーム(第2の自宅)は生活の場なので、生活の動作“自分で茶碗に食べられる分だけご飯をよそう”、“就寝時の安楽な姿勢”など、認知度や身体の運動制限にあわせたアドバイスをすることもあります。



自宅での生活を継続・維持するための自立支援!
利用者様が困っている現場に出向く私たちは、東員町、いなべ市、四日市市北部、桑名市を駆け回っております。お役に立てることがあれば、ぜひお声かけ下さい!

編集後記

もも便り 第3号の作成を終えて

早いもので、もも便りも第3号の発行を迎えることができました。最近では、「もも便りを見ました」と、ありがたいお声をかけてくださる方も増え、スタッフ一同、もも便りの作成に、より一層意欲が高まっております。第3号の作成にあたって、私たちが提供しているサービスやスタッフの想いを便りの中でうまく表現してお届けできているかと、作成に関わるスタッフで繰り返し集まり、1号2号紙を振り返りながら意見交換を重ねました。第3号もまだまだ試行錯誤の中での仕上がりですが、楽しんで読んでいただければ幸いです。

「桑名の千羽鶴」に学ぶ、つながる思い

私たちが住んでいる桑名には、「桑名の千羽鶴」という無形文化財があります。千羽鶴は、昔から病気平癒や願掛け、平和や非核のシンボルとして作られています。日本では、古くから「鶴は千年、亀は万年」といわれるように、長寿の象徴とされ、折り鶴を作るたびに寿命が延びると考えられており、江戸時代には庶民の間で折り鶴が流行ったそうです。右の写真は「桑名の千羽鶴」です。見たことがある方も多いのではないでしょうか。まるで鶴と鶴とが仲良く手を取り合っているように見えませんか。人々の思いが込められた「つながる折り鶴」は、心のつながりも表しているように感じられます。私たちも「桑名の千羽鶴」に学び、人と人との輪を繋げていけると良いですね。



まだまだ残暑が続いています。水分をこまめにとり、よく食べて、よく眠りましょう。そして、食欲の秋を、万全の体調で迎えましょう。

もも便り発行委員 吉岡



【発行】 有限会社だいち ナーシングホームもも
【編集】 もも便り発行委員会
【発行月】 2018年8月(年4回)



ナーシングホームもも

検索

<http://www.momo3.net>

【東員】

〒511-0254 員弁郡
東員町中上790-1
TEL 0594-75-0302

【鳥取】

〒511-0241 員弁郡
東員町鳥取917-2
TEL 0594-86-1110
TEL 0594-86-1113

【いなべ】

〒511-0428 いなべ市
北勢町阿下喜3514
TEL 0594-72-3530

【四日市】

〒512-8054 四日市市
朝明町441-1
TEL 059-336-3330

【桑名】

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



第3号もも便り

平成30年秋号
ナーシングホームもも
平成30年8月発行

立秋とは名ばかりの暑い日が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

おかげさまで、第3号も無事に発行することができました。

朝夕の風に感じる秋の気配と共に、ももからのお便りをお届けいたします。

第3回は名古屋のベッドタウン、桑名市の住宅街にある「桑名事業所」の紹介です。

もも桑名では、【居宅介護支援事業所】と【訪問看護】を展開しています。介護保険事業以外で地域の方に利用していただける活動は表のとおりで、利用料無料です。“どなたでも気軽に立ち寄っていただける場所”を目指しています。

ふれあい保健室	毎週木曜日 午後	地域の方の健康、医療、介護についての相談
オレンジカフェ	年2回	認知症や介護について語りあう場
高齢者サロン	第2木曜日 午前	地域主催の「高齢者サロン」で地域の方々の交流の場



今流行りの
多肉植物



もも桑名事業所スタッフ



もも桑名事業所



もも桑名事業所スタッフ



みんなで野菜も
育てています

もも桑名

あなたが今一番大事にしたい事は? 「アニマルセラピー」

訪問看護

もも桑名では、訪問看護師・リハビリスタッフ・ケアマネジャーが在籍し、ご自宅で療養生活を送られる方のお手伝いをしています。利用者様の自宅を訪問すると、世間の猫ブームもあってか、猫を飼っているお宅が非常に多く見受けられます。動物と触れ合う事で、心が落ち着いたり、ストレスが軽減したりなど、癒しの体験をお持ちの方も少なくないのではないのでしょうか。

このため、「アニマルセラピー」という動物を使った精神療法も、昨今注目されています。ストレスの緩和とうつ状態の緩和に効果があります(『健康長寿ネット』より)。例えば、血圧低下、心拍数低下、自律神経の調整、ストレスの緩和などです。特に、猫の喉のゴロゴロ音には低周波や振動により、免疫力も上げてくれるという効果もあるそうです。一緒に暮らすご家族にも、ペットはさまざまなリラックス効果をもたらしてくれるとも言われています。



独居で猫1匹と暮らしているA様を、私たちは訪問しています。お子さんもいらっしゃいますが、ご本人の希望で“猫と2人?!”暮らしです。自宅内ではシルバーカーを使用し、トイレ移動など、ゆっくりゆっくり歩かれています。一緒に暮らしている猫ちゃんは、A様がトイレに行く時、デイサービスに行く時に、いつもお見送りをしてくれます。その際、歩かれる道筋にちょこんと座ります。歩くのもやっとのA様ですが、その時は足がひょいっと上がり、猫をゆっくりまたいでお出かけです。猫の食事やうんちのお世話などもがんばってされていて、リハビリ効果もあります。「猫ちゃんはどんな存在ですか?」とお聞きすると、ニコッと優しい眼差しで、「孫みたい」と答えて下さいました。



自宅で過ごされている利用者様は、ペットだけでなく、ご自身の好きな物・好きな事・大切な物・大切な人に囲まれて、住み慣れた地域で暮らしていらっしゃいます。病気になってもご自身の思いが尊重され、ご自身の希望を決定できる事で、自分らしくリラックスした生活を送る事が出来ているのだと、私たち訪問看護師は常々感じています。

ご自分が思い描いた生活を叶えるためにも、自分の人生の事、大切にしたい思いを、今一度考えてみませんか。そしてその思いを、家族や大切な人はもちろん、私たち訪問看護師にもお伝え下さい。私たちは、利用者様おひとりおひとりの想いや生き方を受けとめ、その方の療養生活を支える周りの人たちと連携して、想いの橋渡しをしていきたいと思ひます。

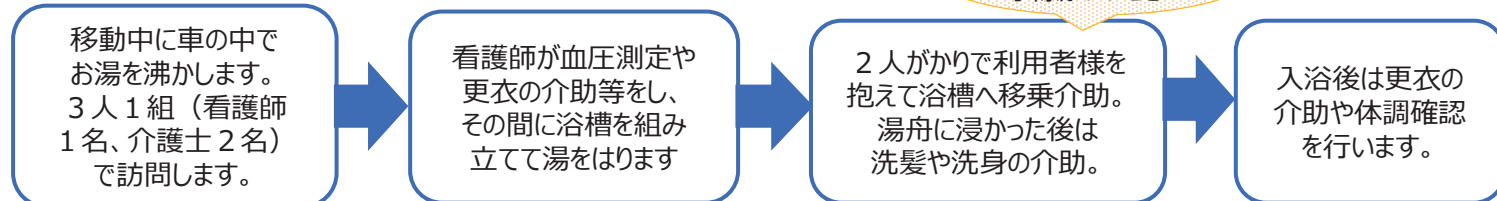
文責: 筒井・吉岡



もも東員「自宅でお風呂に入れない」「入れてあげたい」その思いが叶う、訪問入浴サービス

自宅で寝たきりの状態になると続けることが難しい生活習慣の一つは入浴です。お風呂に入れてあげたいけど、自宅での入浴介助では本人の体力的に無理、お風呂場までの移動が困難等の理由で、入浴を断念されるのが実情です。そんな時に、自宅に浴槽を持ってきて入浴できる訪問入浴サービスがあります。

訪問入浴サービス事業所による訪問入浴の仕組み

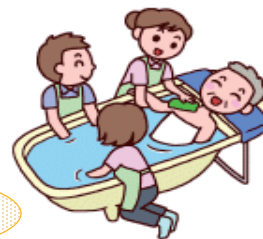


- A様は、寝たきりの為、半年以上もお風呂に入ることができない生活が続いていました。居室は2階で、お風呂が1階にあります。自力では2階から1階に降りることはできず、介助を受けて降りるには、階段が狭く難しい状態です。ご要望を伺った当初は、建物の状況から訪問入浴は困難かと思いましたが、入浴事業所に相談をしたところ、快く引き受けていただきました。A様にとって、半年ぶりのお風呂は大満足で、さっぱりしてニコリ笑顔になりました。これからも、生活の楽しみが広がりました。
- B様は、末期がんで体力の消耗が著しく、自宅で入浴するには体力的に無理な状態でした。そのため、長い間、介護者に体を拭いてもらっていました。ケアマネジャーは、毎月1回以上、ご自宅を訪問して、介護サービスの内容が計画的に行われ、その内容がご本人にとって最良かの検討をしています。そんな時、入浴が話題に上り、「訪問入浴のお試し」を紹介したところ、ご本人の希望もあり、訪問入浴を利用することになりました。ご本人は、久しぶりのお風呂を大変喜んで下さいました。その数時間後、残念ながらお亡くなりになりましたが、ご本人にとってQOL（Quality of Life：生活の質）の向上につながったようです。＊訪問入浴事業所様には、「喜んで頂けて本当に良かったです」と言っていたましたが、サービスの継続に繋がらず恐縮しています。本当にありがたかったです。

これからも、「お風呂に入りたい！」という利用者様の願いが叶えられるよう、最新の情報や最善の工夫をこらして、ケアプランを提案していきたいと思ひます。

文責：伊藤（由）

ケアマネ



なんと！
手際がいいこと!!

もも鳥取「その人らしさ」をあきらめないで

アルツハイマー型認知症は、認知症をきたす疾患の中で、最近では一番患者さんが多いと言われています。もの忘れから気付くことが多く、今まで日常生活でできたことが少しずつできなくなっていく。徐々に変化していく様子を受け入れることは難しく、認知症かな？と思っても、身近な人であるほど、「まさか！」と思ってしまいがちです。

有料老人ホーム＋看護小規模多機能居宅介護で...

もも鳥取では、有料老人ホームを“自宅”として生活しながら、看護小規模多機能型居宅介護（介護保険サービス）をご利用いただけます。スタッフやその他の利用者様と定期的に関わりを持つことで、その方の居場所や役割ができ、その人らしい生活を送っていただけます。

【アルツハイマー型認知症のA様のケース】



有料老人ホーム＋看護小規模多機能



もし事実と異なることを話しても、それは違うと否定せず、「そうだね」と現状を受け入れ、本人が落ち着ける環境を整えることが重要です。

- ◆ 血圧が安定し、薬の量を減らすことができた
- ◆ 入浴、更衣、歯磨き等、一貫して行えるようになった
- ◆ 間食が減り、空腹の訴えもなく3食のリズムが戻った
- ◆ 積極的に人と交流できるようになった
- ◆ ベッドで就寝するようになった

病気の進行を止めることはできませんが、生活を整えることで、今までできていたことを、少しずつ取り戻すことはできます。認知症かも...と思ったら、悩まずお気軽にご相談ください。

文責：須藤

ももいなべ 昔とった杵柄を大切に

それぞれの過ごし方（生き方）を大切にしたい！

ももいなべ認知症対応型デイサービスでは、認知症介護の専門職員が利用者様それぞれの症状に合わせて介護を行っています。

集団で取り組む体操などは、その日の体調や気分によって、参加を無理にすすめることはありません。興味のあること、自信を持ってできることに取り組んでいただき、住み慣れた「いなべ」で、自分らしく暮らし続けられるように支援していきたいと思ひます。

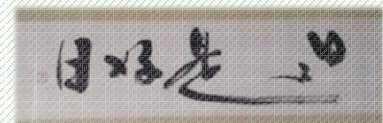


物忘れと認知症のちがい

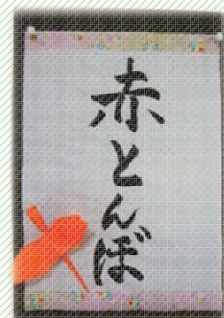
	物忘れ	認知症
原因	脳の生理的な老化	脳の神経細胞の死滅
物忘れ	体験の一部を忘れる	体験をすべて忘れる
症状の進行	あまり進行しない	だんだん進行する
判断力	低下しない	低下する
自覚	物忘れの自覚がある	物忘れの自覚がない
日常生活	支障がない	支障がある

「私書くことが好きやったでね」

Aさんは、デイサービスに通うお話し好きな80代の女性です。日常生活の様子は、時間や場所の認識がほとんどなく、数分前の出来事も記憶に残らない状態です。ある日送迎で居室に訪問した際、額入りの書道の作品が目にとまりました。Aさんに尋ねてみたところ、書道教室に通っていた記憶をとて楽しそうに話して下さいました。そこで、好きなことをしながら少しでも集中できる時間が持てるように、デイサービスで筆を持つ機会を作ってみました。最初は「よう書くかなあ」と戸惑いもありましたが、椅子に正座をして活き活きと取り組まれました。「私書くことが好きやったでね」と笑顔で話され、若い頃に戻ったようでした。今後も、Aさんが笑顔で自分らしく過ごされるように、スタッフ一同“その人らしさ”を発見し、発揮していただけるよう取り組んでまいります。



若い頃の作品



デイサービスでの作品

文責：伊藤（真）

もも四日市 住み慣れた地域に、私たち訪問看護師が伺います！

もも四日市では、居宅支援事業所（ケアマネジャー）、デイサービス、ショートステイ、訪問看護の4つの事業を展開しています。今回のもも日よりでは、訪問看護について紹介します。

訪問看護って？ 地域の方からよくたずねられる質問にお答えします。

Q: どんな人が利用できますか？

A: ご自宅で療養されている、赤ちゃんから高齢の方、病状や障がいも軽くても重くても、看護を必要とするすべての人に対応しています。もも四日市の訪問看護は、四日市北部・菰野町・川越町・朝日町にお住まいの方のご自宅に訪問しています。

Q: 訪問看護ってどんなことをしてくれるんですか？

A: ・健康状態の観察
・リハビリテーション
・緊急時の対応
・病状悪化の防止・回復
・点滴・注射などの医療処置
・主治医、ケアマネジャー、薬剤師、歯科医師との連携
・療養生活の相談とアドバイス
・痛みの軽減や服薬管理
など、その方の状態に合わせた、オーダーメイドの看護を提供します。

Q: 利用するには、誰に相談したらいいですか？

A: 受診している医療機関、地域包括支援センター、市町の介護保険や障がい福祉の担当窓口などでご相談ください。

《訪問看護利用者へのかかわりの様子》



来てくれるだけで安心

介護の方法を教えてもらって参考になる



心遣いや細かい気配りに感謝しています

すぐに来てくれてありがとう（緊急時の対応）

《 現在利用中の利用者さま・家族さまの声 》

文責：宮崎・伊藤・中村

訪問看護



もも四日市の訪問看護スタッフは、利用さまに支えられ、活動しています