

今回のゲストは、もも四日市のある下野地区在宅介護サービスセンターの松原さんです。
地区全体で地域の方まると、住み慣れた場所で安心して過ごせるような街づくりを目指していらっしゃいます。

「遠くの家族より近くの在宅介護支援センター」を目指して!!

こんにちは、四日市市にある『諧朋苑下野在宅介護支援センター』の松原です。
在宅介護支援センターは、市内26か所にあり、市からの委託をうけ、地域の方々の困りごとに対応をしています。当センターは、下野地区を担当しています。
地域住民の相談で一番多いことは外出です。自宅で過ごすことはできるけど、病院に行く、買い物に行く等の外出に困る方が多い状況です。



平成29年4月より介護予防・日常生活支援総合事業がスタートしました。

下野地区では、その事業を『NPO法人下野・活き域ネット』で取り組んでいます。『下野・活き域ネット』では、通所型・訪問型の2つの住民主体サービス(サービスB)を運営されています。地域の困りごとが在宅介護支援センターに届けられると、『下野・活き域ネット』に相談をして、改善をしています。これまでに、電球交換やゴミ出し、草むしり、庭木の剪定、買い物・病院等の外出支援等に柔軟に対応していただき、地域の皆様に喜んでいただいています。

また、地域の方々の交流の場として、「下野活き域!集まるまいか」を開いています。地域の方が気軽に集まり、楽しく語らい、共にひと時を過ごす場です。地域の方々の交流の場に、在宅介護支援センターも協働しています。
どこの地域にも、このような住民同士の助け合いがあったらいいなと常々思っています。
下野地区の困りごと、“ちょっと聞いて”の窓口となり、支える住民の皆様と共に改善し、住みやすい・暮らしやすい下野地区にしていきたいと思ひます。

NPO法人下野・活き域ネット
四日市市あさけが丘2-1-38
(下野活き域ステーション内)
電話・FAX: 059-324-9341



四日市市は、地域包括支援センター3箇所と在宅介護支援センター26か所が高齢者の相談に応じています

編集後記

“もも便り” 第4号の作成を終えて

ももの季刊誌も早いもので第4号を発行できました。
四日市事業所があるこの下野地区は、西の方向に鈴鹿山脈がきれいに見える地にあります。特に冬の雪をかぶった景色は感動です。最近の秋は、地球温暖化現象の影響か、短い期間で冬に突入しているように思われます。寒暖の差による体調不良に気を付けて、元気に毎日を過ごされますよう、お祈りいたします。
最後になりましたが、お忙しい中、原稿依頼を快く承諾していただいた、諧朋苑下野在宅介護支援センターの松原様には心より感謝申し上げます。

四日市梨について

四日市梨は、下野地区在住の下田亨三さんが、大正の初め、岐阜県大垣の梨栽培者から、この地が梨栽培の適地としてすすめられたことをきっかけに開墾がなされ、今の四日市梨の誕生の原動力となりました。
現在、四日市梨は下野地区に果樹園が多数あり、ひと口ほおった瞬間にあふれる爽やかな果汁を求めて、県内・県外からも沢山買い求められています。
梨は冷やすと甘みが強くなりますが、冷やしすぎると舌が麻痺し、甘みを感じなくなるため、食べる前に1時間位冷やすと、より美味しさが増すようです。
近くにお越しの際は、果樹園で、秋の気配と味覚をぜひ堪能してみてください。

出典：ふるさと下野 遺跡・史跡探訪、久留信官衛遺跡と朝明郡
出典/写真：やませ果樹園

もも便り発行委員 平野(宏)



【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11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4号 もも便り



平成30年 冬号
ナーシングホームもも
平成30年11月発行

秋も深まり、めっきり日脚も短くなってまいりました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。
もも便りも第4号を発行することができました。今回はもも四日市が担当しています。
冬はもうすぐそこに来ていますね。寒さやインフルエンザに負けず、冬を乗り切りましょう。

第4回は、四日市北部の下野地区にある『もも四日市』の紹介をいたします。
もも四日市は、居宅介護支援、通所介護、短期入所生活介護(基準該当サービス)、訪問看護ステーションのサービスを提供しています。当事業所は、平成17年に北永台で開所し、朝明町に移転して11年目になりました。
地域の皆様に必要とされるケアを提供し、地域に根付いた事業所になれるよう心がけています。



もも四日市 事業所スタッフ



もも四日市

自宅での療養 あきらめないで!!

短期入所生活介護 (ショートステイ)

もも四日市の短期入所生活介護(ショートステイ)は、単独型ユニット型(9床)で
四日市市在住の要支援1～要介護5の方を対象にサービスを提供しています。

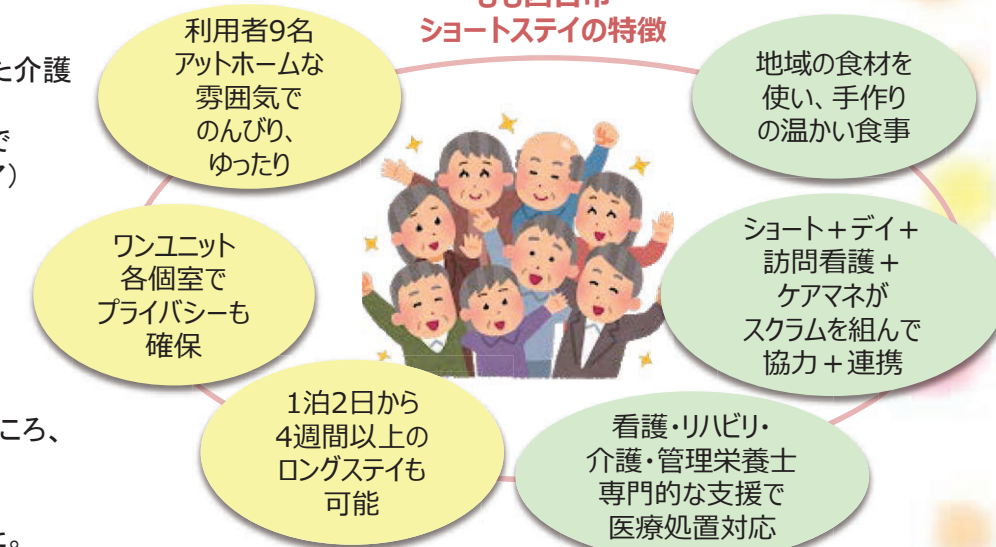
在宅生活の継続 “つなぐ”支援

- ①在宅介護・療養介護でのゆとりを持った介護
- ②退院から在宅生活復帰まで
- ③在宅生活から施設(特養など)入所まで
- ④最期の安らかな旅立ち(ターミナルケア)をサポートいたします。

↓
事例:A様
“最後まで家にいたい”
ご本人の希望は、ご家族の希望…
でも、介護疲れが目立ちます。
そこで、ショートステイの利用を勧めたところ、
ご家族の気持ちもリフレッシュ!
余裕が生まれ、最期はご自宅で、
ご家族に見守られながら旅立たれました。



もも四日市 ショートステイの特徴



ケアを頑張りすぎないで! レスパイトケア ~介護者に休息を~
“ショートステイサービス”を是非ご利用ください

「日々の介護に疑問や不安が…」「家族も少しリフレッシュしたい」
そんな時、もも四日市のショートステイがお役に立てるかもしれません。
もも四日市では365日、見学が可能です。お気軽にお問い合わせ・お立ち寄り下さい。

もも東員

気持ちに寄り添う援助を目指して ～障がい福祉サービスの支援から～

ヘルパー



障がい福祉サービスとは？

障がい者総合支援法に基づき支給されるサービスです。身体障がい・知的障がい・発達障がい・精神障がい・難病などにより、日常生活に制限が生じ、介護や就労支援を必要とする方々が主な支援対象となっています。ナースিংホームもものヘルパーは、知的障がい・重度障がいの方の入浴介助や生活援助を主に行なっています。

Aさんとの出会い～入浴介助

20代の女性 A さんは、3歳のときインフルエンザ脳症により脳の細胞の一部が傷つき、知的障がいになりました。A さんが10代の半ば頃、「自分のペースでゆっくりと、楽しくお風呂に入りたがっている」と、お母様から情報をもらい、もものヘルパーサービスが開始されました。

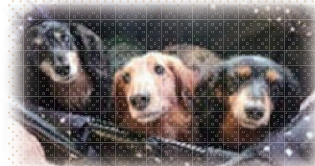
信頼関係の構築

A さんは人見知りがあり、最初は意思表示も、人と目を合わせることも難しく、支援に入るヘルパーも限定せざるをえませんでした。私たちは、言葉かけに気を配り、浴槽内でのオモチャ遊びや、A さんの好きなCDを流すなど、Aさんがリラックスできる環境づくりをすることで、少しずつヘルパーに馴染んでもらえるようになりました。A さんが発するサインや好みなどが分かってくると、少しずつコミュニケーションも増え、打ち解けてもらえるようになりました。



支え・支えられる関係に・・・

しかし、利用開始5年目、ヘルパーが交代しなければならなくなり、新しく3名のヘルパーが支援することになりました。A さんとお母様にとっては、とても不安な時期だったと思います。しかし A さんは、新しいヘルパーにあだ名をつけたり、呼び方を考えたりと、自分なりにそれぞれのヘルパーの性格や対応の仕方に応じられるまでに成長されていて、戸惑っていたヘルパーのほうも、A さんの頑張りに救われました。



成長に寄り添える楽しさ

訪問 8年という月日の間に、A さんは人に打ち解けて、意思表示が出来るまでになりました。さらに、ここ3年程の成長は著しく、訪問すると玄関まで聞こえる大きな声で「きた～！」と、テンちゃん(犬)と一緒に出迎えてくれ、わがままも沢山言ってくれます。ヘルパーの訪問について、本人やお母様は「私達の気持ちの安定や負担の軽減に繋がっています」と言っています。今後も、ご本人やご家族に寄り添える支援を目指していきたいと思っています。

文責：ヘルパー同

ももいなべ

「自分らしく」 デイでの時間を楽しむ

地域密着型
通所介護

ももいなべの地域密着型通所介護は定員10名のこじんまりした事業所です。在宅で自立した日常生活が続けられるよう、生活機能の維持または向上を目指し、日常生活の世話や機能訓練を行っています。

デイサービスでは、一人ひとりの利用者が、自分の思い思いに楽しく過ごしていただけるよう支援をしています。

職員が心掛けていることは、10名の利用者様一人ひとりに寄り添っての会話

ももいなべのデイサービスは、「デイが楽しみ」と言って来られる方や、近隣との交流がなく自宅で閉じこもりがちな方、生活のお世話のいる方など、様々な要介護者が利用されています。私たち職員は、利用者が「自分らしく」デイで過ごしていただけるように、「コミュニケーション力」を援助の中でも重要に取り組んでいます。

午前中の個別活動時に、一人ひとりの利用者様に寄り添って、ケアにつながる体調や家での過ごし方等を尋ねます。すると、利用者様は、傍にいる職員にご自身のとおきのお話を下さるときもあります。寄り添って話をする中で、利用者様の心の安定や緊張感、楽しんでいる、打ち解けていない等の心身の変化を感じ取ることもできるようになりました。特に入浴は個別入浴のため、周りの利用者様の目を気にすることなく、スタッフと1対1で、リラックスしてご自身の思いを表出していただける大切な時間になっています。

個別入浴

会話

食事



利用者様の楽しみ



やっぱりここはええわ。
みんなと話ができるし、
笑って一日過ごせるで。

家では猫ちゃんのお世話などで塗り
絵なんかやらないから塗るのが
楽しい。細かい絵の方が好き。



デイを利用して
楽しみが増えました！



文責：小森

もも桑名

あれ？もしかして？と思いながら 支援するセラピスト

もも桑名では、訪問看護師・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が、療養生活を送られる方のお手伝いをさせていただいています。

“出来る事”を増やす取り組み

①脳性麻痺のため、手や足に麻痺がある利用者様。学校卒業を前に、学校で毎日行ってもらっていたリハビリの頻度が大幅に少なくなるため、訪問リハビリでその頻度を補いながら、さらに出来ることを増やすことを目的に、サービスを開始しました。



作業療法開始当初は、手も足もある程度は動きますが、右手はほとんど動かず、左手だけでもおもちゃを操作して遊んでいる状態でした。麻痺により姿勢の保持が困難で、身体も変形しやすいため、姿勢保持能力の向上・側弯(そくわん)変形予防を中心に、もも桑名の理学療法士がリハビリを行っていました。

②リハビリ中、理学療法士は気が付きました。『右手は全く使えていないのに、拘縮(こうしゆく)や変形が全く無いのはなぜだろう？麻痺だけが原因であれば、拘縮や変形がもっと進行しているはずなのに…。』

担当の理学療法士は経験が豊富で、これまでも多くの小児麻痺の方をみてきましたが、ここまで手に拘縮や変形がないに関わらず、動かない手を見たことがありませんでした。

💡 もしかすると、左手で間に合っているから、
右手は使っていないのかも？



③そこで、手を使う訓練をしてみてもどうかと提案があがり、作業療法によるリハビリ開始となりました。

右手しか届かない位置に大好きなおもちゃを置き、右手を使いたくなる状況を作りました。さらに学校とも連携して同様に関わってもらい、右手を使う頻度を上げました。1年後、びくびく動く程度だった指が、おもちゃへ手を伸ばして掴んだり、自分の手元に引っ張り寄せたり、手を上げたりする事が出来るようになりました！



④その後も、理学療法士と作業療法士が協力してリハビリを継続しています。もう片方の手も「使う事」によって、体の左右差が少なくなり、結果、座る姿勢を保つ力の向上にも繋がっています。そしてその力を向上する事が、両手をより自由に使える事に繋がるため、日常生活を過ごしやすい環境に保たれています。

文責：矢野

もも鳥取

手作りのおもてなし

管理栄養士

もも鳥取の厨房では、6人のスタッフで1日約100食を作り、四日市と鳥取の利用者様に、1日1500 kcal で栄養バランスを考えた食事を提供しています。利用者様に「おいしい」と思ってもらえ、次の食事を楽しみにしていただける、そんな食事の提供を日々心がけています。

メニューには季節ごとの旬の食材を多く取り入れ、行事ごとの特別メニューのほか、利用者様も参加出来るおやつ作りや目の前で作りたてを提供するお好み焼きなど、食のイベントを定期的に行っています。

8月 流しそうめん開催



スタッフが山へ出かけ竹を切り、流しそうめんの道具作りから始めました。普段お部屋で食事されている利用者様もフロアに出て、賑やかな食事を楽しまれていました。

9月 家族会（繋がり）開催

流しそうめんの竹を器にし、ご家族さまにお食事を提供しました。手作りのお饅頭も好評でした。

繋がりのお昼食

手作り饅頭



【カロリーアップおやつレシピ】

材料 (100 mL のカップ4個分)

- ・エンシュア 400 mL
- ・プリン素 15 g



- ①エンシュアを缶のまま湯煎する。
- ②プリン素に①のエンシュアを入れよくかき混ぜる。
- ③プリン型に流し入れ冷やし固める。

エンシュア使用のプリン 1個 165 kcal
通常のプリン 1個 82 kcal

エンシュアは医師が処方する栄養補助剤です。とろみを付けて捕食として利用していますがあまり好まれず、プリンにアレンジしたところスムーズに食べていただけるようになりました。

栄養が摂れなくて
お困りの方、
是非お試しください



文責：西塚