

### もも鳥取の協力歯科医療機関である岩田歯科医院をご紹介します



初めまして、岩田歯科医院の岩田と申します。  
東員町で歯科医院を開業して28年になりました。



この28年で歯科事情は大きく変わりました。開業当初は老若男女問わず、むし歯の患者さんで溢れかえり、特に小学校就学前の子どものむし歯は、乳歯の神経を取ることも多く、大変な思いで治療を行っていました。しかし今は歯みがき習慣の定着、砂糖の摂取量の減少、フッ素入り歯磨き剤の普及などが奏功し、乳歯の神経を抜くことは少なくなりました。大人も歯周病ケアに手が回らない状態でしたが、最近では患者さんの4割近くが治療のない定期的なクリーニングで訪れています。



#### 往診での歯の治療風景



岩田歯科医院  
〒511-0244 員弁郡東員町大木1948-1  
TEL: 0594-76-0418

#### 口腔機能低下症

昨年の4月より増え始めている新たな疾病です。年齢を問わず、安全に口から食べる。誤嚥性肺炎と高齢者のフレイル予防をしようというものです。(フレイルとは、筋力が衰え、生活機能が全般的に衰える状態)「食事中によくむせる」「喉からゴロゴロと音がする」「唾液や食事がうまく飲み込めない」などの症状がある方は一度歯科医院で相談してみてください。

参考「口腔機能低下症」2016 学会見解論文老年歯科医学第31巻2号P81-99



### ナーシングホームもも 事業所交流発表会を開催いたしました

平成22年より毎年開催している事業所交流発表会も今年で9回目を迎え、外部・内部を含めて、95名の方に参加していただきました。

今年は『ありのままの生活を支える ～本人の思い・家族の思い～』をテーマにナーシングホームもものスタッフ5名が発表をおこないました。

さらに今回は、長野県上伊那郡の福祉施設からゲストで 清水衛 氏をお招きし、「ゴミが私に教えてくれたこと」というテーマで発表していただきました。介護施設で出るゴミの種類や量に着目してデータを収集、分析し、その結果から介護の様子や利用者様との関わり方まで検討を進展させ、排泄介助の見直しにつながったという内容でした。介護のヒントは身近なところに沢山あるのだということにハッとさせられました。

各事業所の発表からは、日々のケアのなかで利用者様を思い、どうすればいいだろうと苦戦しながら、スタッフそれぞれが知恵を絞って向き合う姿勢や、その成果が喜びに繋がる様子が伝わるものでした。年に一度のことですが、各事業所の愛情あるケアやスタッフの熱い想いを改めて感じ、刺激を受ける場となっています。また、発表会の原稿を準備することは、自分たちの業務を振り返るきっかけにもなり、より良いサービスを提供するための次へのステップになっています。

今年度も11月の第3日曜日に開催予定です。皆様のご参加、お待ちしております！

もも便り発行委員 前葉



【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】 2019年 2月 (年4回)

★職員募集中★  
私たちと一緒に働きませんか?!  
詳細はホームページをご覧ください

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5号もも便り

平成31年春号  
ナーシングホームもも  
平成31年2月発行

新春を迎え、皆様いかがお過ごしでしょうか。今年には例年に比べ暖冬で、過ごしやすいい日が多いようですが、インフルエンザが流行っています。手洗い・うがい・休養をとり、健康管理に気を付けましょう。

今回は、鳥取事業所を紹介します。鳥取事業所は平成29年4月東員町鳥取に開設し、看護小規模多機能型居宅介護・訪問看護・有料老人ホームを展開しています。「療養中でも地域で過ごしたい」という思いに寄り添い、看護・介護・ケアマネ・管理栄養士が、ひとり一人の“今”必要なケア・サービスを検討し、支援しています。

看護小規模多機能型  
居宅介護 定員29名

日中  
一時支援

訪問看護

有料老人ホーム  
17床



鳥取事業所の全スタッフ

鳥取事業所

## もも鳥取 “できっこない”をやってみよう!

有料老人ホーム +  
看護小規模多機能

もも鳥取は住宅型有料老人ホームです。看護小規模多機能居宅介護サービス(看護と介護職員による訪問+通所+泊り)事業所が同じ建物に併設されているため、看多機の介護サービスを受けながら、ホームで生活を送っていただけます。

有料老人ホームの入居者様は、要介護1~5の認定を受けており、24時間介護が必要な方が大半です。そのため、入居後の自宅復帰は難しいのが現状ですが、中には「住み慣れた家に帰りたい」という想いを抱いている方もあります。私たちは、ご家族とも協力して、その想いを叶えるために様々な工夫をしています。

### 畑で実る 想いと野菜

1年半前に有料老人ホームに入居されたAさんは、病気のため昼夜を通して介護が必要な状態でしたが、看多機サービスの利用によって身体は徐々に回復し、最近では身の回りのことは自分で出来るようになりました。しかし、何事にも消極的で、「えらいから～」と他の入居者様とも交流せず、多くの時間を居室で過ごしていました。私たちは、Aさんに気力と自信を取り戻してもらうため「今、何をしたいのか」を尋ねてみたところ、「家へ帰りたい」とおっしゃいました。そこで、自宅への外出を調整し、週1回の外出から試みましたが、「家に帰ってもやること、出来ることがないから意味がない」と、帰宅の頻度が少なくなりました。そこで、Aさんとの会話の中で、「畑で、実のなるものを作りたい」とおっしゃっていたのを思い出し、スタッフで相談して、比較的育てやすい“じゃがいも”をご自宅の畑に植えることにしました。



### 土を触るのがいいね! 元気ももらえるわ!

最初は、「えらくてできない」と、スタッフの作業を見ているだけでしたが、「見てたらやりたくなってきた!」と、種芋をご自分で植え、さらに鍬を持って土をならす作業もされました。

畑作業をきっかけに、ずっと気にされていた庭の草取りも、スタッフと一緒にできました。「土を触るのがいいね! 元気ももらえるわ!」ととても生き活きた表情で、時間を忘れるほど無心に作業されていました。

久しぶりの作業で疲れたようでしたが、作業後はとても充実した清々しい様子でした。今では、自宅に帰るたびに畑を気にされ、スタッフと一緒に収穫する日を楽しみにされています。

私たちスタッフは、ご本人の「やりたい」という想いに寄り添いながら、“できない”ではなく“どうやったらできるか”を常に念頭にケアを行っています。意欲が低下し消極的だったAさんも、今は、「有料老人ホームを退所して、自宅で生活をする」という次の“やりたい”を叶えるために動き出しています。

文責: 須藤

# もも 東 員

## リハビリの専門職に関わってもらい 自立した生活をめざそう！

### ケアマネ

ケアマネジャーは、要介護になった方からの介護相談を受け、その人が在宅での生活を継続できるように支援します。たとえば、脳梗塞などで半身麻痺になった人が、退院後、自宅で本人のやりたいことが実現できるように、また、社会復帰できるように、本人や家族と相談しながら介護サービスの調整を行っています。今回は、介護保険サービスの中のリハビリテーションについて紹介します。リハビリには、訪問リハビリと通所リハビリがあります。ご存知でしたか？

#### 訪問リハビリ

#### リハビリ

#### 通所リハビリ

自宅の実際の生活の場に理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が訪問し、日常生活の自立や、家庭内さらには社会参加(外に出る)機能の向上を訓練します。

介護老人保健施設や病院、診療所に併設された施設に通い、理学療法や作業療法等のリハビリを利用して機能の維持回復を図り、日常生活の自立を図ります。

#### 理学療法士 (PT)

寝返る、起き上がる、立ち上がる、歩くなど、日常生活に必要な基本動作が出来るように身体の基本的な機能回復をサポートする動作の専門家です。

#### 作業療法士 (OT)

入浴や食事など日常生活の動作や、手工芸、園芸及びレクリエーションまで、あらゆる作業活動を通して、身体と心のリハビリテーションを行なう専門家です。

#### 言語聴覚士 (ST)

話す・聞く・発音するといったコミュニケーションに関わる機能を回復させるほか、嚙む・飲み込むといった、食べる機能の回復のサポートを行なう専門家です。

文責：松葉



今回は、ケアマネが利用者様に訪問リハビリをちょこっと紹介したら、自宅での生活が自立されたので紹介します。

- ・ A様は入院中に、自宅での入浴方法を“自宅浴室の写真”を見てリハビリ担当者と検討し、訓練をしました。退院をして実際に行なってみると、浴室が狭く「病院で考えていた方法で入るのは難しい！」ということがわかりました。そこで、訪問リハビリを依頼して、自宅にリハビリの先生に来てもらい、浴室の状況を踏まえ、自宅にある物を活用しながら、入浴動作の訓練をしました。その結果、介助入浴が見守り入浴になるまで回復されました。
- ・ B様は、1人暮らしかつ歩行困難のため、ゴミ出しや買い物に出かけられず、ヘルパーに頼っていました。そこで、訪問リハビリに来てもらい、目的の場所まで歩いて行くための歩行訓練や何かを持って歩く動作等の訓練を行ったところ、自分でゴミ出しや近所のお店へ買い物に行けるようになりました。おかげで介護保険のサービスは終了するまでに自立されました。

# もも い な べ

## おくすりの管理 どうしていますか？

### 訪問看護

訪問看護を利用する高齢の患者さんは、複数の疾患を治療していることが多く、服用する薬の種類や量が多くなっています。そのため、薬の管理や服薬が複雑になり、薬の飲み忘れや飲み間違い、包装された薬を取り出せずに服用できていないこともあります。

訪問看護は、服薬のトラブルを解消するために訪問の依頼を受けることが少なくありません。



#### “お薬カレンダー”

#### 皆でお世話 おくすり管理



90歳代で一人暮らしのAさんは、心不全・糖尿病・腰椎ヘルニアを患っており、内服する薬の種類や量が多くなっています。多少の物忘れがあるものの、薬の管理は長年自分で“お薬カレンダー”に薬をセットされていました。訪問看護が始まったころは、看護師やヘルパーの薬のお世話をかたくなに拒んでいましたが、飲み間違いや飲み忘れが目立って増えていました。看護師は、自立心の強いAさんにお薬管理のアドバイスを受け入れてもらうため、まず、“信頼してもらうこと”を目指し、「自分で出来る」と言う本人の言葉を尊重し、薬の管理状況を見守りながら打ち解けてもらえるのを待ちました。

訪問当初は、看護師が“お薬カレンダー”に触ることも出来ませんでした。訪問を重ね、服薬についてさりげなく声をかけるうちに、徐々に看護師のアドバイスに耳を傾けるようになりました。主治医が変わり、薬の一部が変わったときは、本人から「薬が変わってわからなくなった」と言ってくれるまでになりました。飲み間違いや飲み忘れが増えていたこともあり、Aさんと相談して、看護師が薬を“お薬カレンダー”にセットすることになりました。

最近では、次に飲む薬が分からなくなることができました。そこで、次に飲む薬のポケットに目印の“洗濯ばさみ”をつけることを提案したところ、以前と比べて薬の飲み間違いや飲み忘れを減らすことができています。また、ヘルパーさんも、訪問時に服薬を促す声掛けをしたり、服薬ができていないかの確認を増やしてくれています。本人の出来ることを尊重しつつ、不安な部分を私たち介護スタッフが連携して支えることで、自立した生活の継続と安心できる生活を送っていただきたいと思います。

文責：松田

# もも 桑 名

## 人生最期のお手伝い

### 訪問看護

もも桑名の訪問看護では、人生最期の支援を看護師達で行っています。利用者様の人生の締めくくりをどのように生きていただけるのか、利用者様だけではなく、そのご家族にも寄り添えるように心がけています。私達は最期を迎えるまでの期間のみでなく、実は息を引き取られた後のご本人やご家族の支援も行っています。今回はその支援のひとつである、エンゼルケアをご紹介します。



#### 皆さんは「エンゼルケア」という言葉をご存知でしょうか？

エンゼルケアとは、患者さんが永眠された後に行う処置、保清、お化粧などの全ての死後のケアのことで、「逝去時ケア」とも呼ばれます。生前のご本人やご家族の希望に応じて、私たち訪問看護師がお身体をきれいに整え、選んでいただいた衣服に替え、生前に近い姿で旅立てるようにケアを施します。

これは故人の尊厳を守るためでもあります。大切な人の永眠という最も辛い時期に、残されたご家族の悲嘆した心を支え、サポートしていくためのケア(グリーフケア)の一環としても、大切な過程のひとつとも言われています(阪大院 小林)。

#### 家族でおこなう旅立ちの準備

- ・ 共に介護をしてきたご家族と一緒にケアを行いながら、故人の昔話をうかがいます。介護している時には言えなかったお話を聞けることもあります。涙ながらも「お父さんは頑固な人だったのよー」などと、故人との思い出を話すことで、想いを整理する時間、最後の旅立ちを迎える準備の時間をご家族に感じていただきます。
- ・ 最期に着る衣服をご家族に選んでいただきます。旅行に行くためにと子どもが買ってくれた洋服等、ご家族の思いと共に旅立ちです。ご本人が自分で準備をしていることもあり、ご家族がそのエピソードを語ってくれます。
- ・ 最後にお化粧を施します。ご家族が見慣れた自然なお顔あるいは穏やかな表情に整えると、ご家族は大変喜ばれます。ご本人が使っていた化粧品を使った際は、「うわあっ！ 病気になる前のお母さんの顔になった！ すごい嬉しい！」と言っていたこともあります。そして、エンゼルケアを通して、ご家族は大切な人のお顔を眺めながら、少しずつ、最後を見送るための心の準備をされます。



人生最期のお手伝いをさせて頂く事は、私たち看護師にとっても、大変意義のある大切な時間です。エンゼルケアを通して、ご家族と一緒に故人との想いや思い出を分かち合うことで、「介護してきてよかった」「看取りができてよかった」という思いで見送っていただけるよう、支援していきたいと思っています。御臨終の告知から葬儀までの、生の余韻のある日常のわずかな時間に、大切な人の身体に触れながら、ゆっくりじっくり過ごすことができるのは“在宅ならではの”のではないのでしょうか。

文責：吉岡

# もも 四 日 市

## 「福祉用具を借りたいけど、 介護度が低いから借りられない」という方へ

### ケアマネ

2名に増えました！

「けあまねセンター四日市もも」です。今回は福祉用具のレンタルについてご紹介します。福祉用具とは、心身の機能が低下し、日常生活を営むのに支障がある要介護者・要支援者の日常生活上の便宜を図るための用具や、日常生活の自立を支援するための機能訓練のための用具を指します。福祉用具を利用することで、ご本人の生活の質が向上するだけではなく、ご家族が介護する際の身体的負担を軽くし、腰痛や疲労などから身を守ることもできます。しかし、認定を受けた全ての方がレンタルできるわけではないのです。例えば、車いす・特殊ベッド・床ずれ防止用マット等、要介護2以上の人が、または、要件付きでないレンタル出来ないものもあります。しかし、症状や状態によって必要と認められる場合には、例外的に借りられる場合もあります。

#### 【該当条件】 病気等が原因で 例外的に借りられる場合

- ①状態が変わりやすく、日によって又は時間によって、頻繁に福祉用具が必要になった
- ②状態が急速に悪化し、短期間のうちに福祉用具が必要になった
- ③身体への重大な危険性、重篤化を避けるため、医学的判断から必要になった 等のケースです。



#### 安全に起床出来るようになったAさん

要介護1のAさん(90代・女性)は“めまい症”があり、「起床時に頭を上げるとめまいがして、ベッドから降りようとするとならつき、転びそうになる。」とケアマネに話がありました。ケアマネは、関係している各介護サービス担当者から情報を収集し、「転倒の危険が大きい」と判断しました。そこで、Aさんを困らせたサービス担当者会議を開き、「転倒を予防するための対策」を検討した結果、特殊寝台(電動ベッド)の背上げモーターを利用してゆっくりと上体を起こせば、めまいを抑えることが出来るのではないかと考え、主治医からの意見も聞きとり、電動ベッドを試してみることになりました。

起床時に頭を上げる動作がゆっくりになったことで、頭への余計な振動がなくなり、血圧の急激な変動も抑えられたため、リラックスして起き上がれるようになり、めまいも起こさなくなりました。電動ベッド(背上げモーター付)のレンタルは、要介護2以上からですが、市へ福祉用具軽度者申請(申請書、サービス担当者会議の要点、主治医の意見等)をして、無事にレンタルの許可がおりました。その後のAさんは、めまいもなく、生活のなかで安全に起床されていて、ご家族の方々も「心配なく生活できるようになった」と喜んで下さっています。

福祉用具レンタルの可否は、要介護2を境にしているものが少なくないですが、要介護1だから借りられない、または、自費で購入しないといけないと考える方も多く見受けられます。ご自宅で自立した生活を送るために、心配なことや不安なこと、不明なことは、遠慮なくご相談ください。

文責：武田