

「デイサービスにも看護師が居るって知ってました？」

デイサービスという『介護スタッフが働く場所』というイメージを持つ方が多いと思いますが、実は看護師も重要な役割を担っています。今回はいなべもものデイサービスで働く看護師の「一日の仕事」を紹介します！

- 9:00 出社 利用者さんを笑顔でお迎え
血圧、体温や顔色など総合的なバイタルチェック
- 9:30 朝の体操をサポート
個別のリハビリ
入浴後の塗り薬などの処置
- 11:30 昼食前のお口の体操
- 12:00 食事の見守りや介助、昼食後の服薬管理
介護スタッフと交代で休憩
休憩後、様子や体調等を記録。
- 14:15 介護スタッフと一緒に午後の体操をサポート。
- 15:15 レクレーションを楽しむ。
- 16:15 利用者さんを笑顔で見送り、退社



- ・利用者さん一人一人の健康管理
- ・入浴できるか等の判断
- ・薬や病気の相談
- ・病気を予測し予防的なかわり

インスリン注射・傷の処置や胃ろう等の医療的ケア
体調不良など緊急時の対応
家族や病院への説明



ももスタッフからのメッセージ

いなべもものデイサービス看護師の小野です！
基本的に看護師は一日一名で、介護スタッフと協力して利用者さんの対応をしています。
看護業務は、医療処置や健康管理だけでなく、排せつ介助や体操など、様々な介護のサポートも行います。
利用者さんの小さな変化を察知し、急な発熱や体調の急変など、不測の事態が発生しても、慌てずに冷静な判断が求められる場面がたまにはあり、決して楽な仕事ではありません。しかし、人生の先輩である利用者さんと話をする機会は多く、様々な知恵や生き方、暮らし方を教えてもらうことがあります。一緒に過ごし一緒に悩み、笑ったり、「ありがとう」と声をかけてもらえたり、他の仕事ではなかなか体験出来ない、やりがいのある仕事だと思っています。

看護師、介護スタッフ、利用者さん、皆が明るく楽しく過ごしています！
いつでも見学に来てください。



お知らせ コグニサイズで認知症予防を！

体と頭を同時に使う二重課題は、認知症予防に役立つと言われています。一緒にコグニサイズ（長寿医療研究センター開発）を行いましょ！

日時： 令和元年7月12日(金) 18:00~19:30
会場： ナーシングホームももいなべ デイサービス室
参加対象： 一般、介護職、看護職
講師： 白石 葉子 先生(三重県立看護大学教授)
受講料： 無料
参加申し込みは、ももいなべへお願いいたします。

編集後記
今回の号は、元号の変化と共に読者の目線に立って介護現場のお仕事紹介や、テーマを決めて各事業所の記事を作成するなど、新たな取り組みを数々試してみました。

読みづらい、分かりづらい所も多々あるかと思いますが試行錯誤しながらスタッフが全員で、楽しんで『もも便り』を創っていきたく思います。皆様ぜひご意見をお寄せ下さい。次号もお楽しみに！

★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>

【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6月(年3回)

【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

ナーシングホームもも
令和元年6月発行

第6号 もも便り



紫陽花が見頃を迎える季節となりました。
令和時代の紫陽花のあじわいはいかがでしょうか？

ナーシングホームももでは、昨年度より全事業所が協力して“もも便り”を作り上げ、発行しています。
今年度は、6月・10月・2月の年3回の発行を予定しています。
各号ごとにひとつの“テーマ”を設けてみます。
今回のテーマは、『住み慣れた自宅』です。
ナーシングホームももでは、利用者様一人一人の思いに寄り添った支援をしています。

5月1日から「令和」に！

TOPICS

TOPICS

新元号は、日本最古の歌集『万葉集』の『梅の花の歌三十二首』からの出典で、日本の古典に由来する元号は初めてのこと。
新元号の選定にあたり、『初春の令月（れいげつ）にして、気淑（よ）く風和（な）ぎ、梅は鏡前の粉を披（ひら）き、珮後（はいご）の香を薫す』の序文から引用。『令和』に込めた意味は『人々が美しく心を寄せ合うなかで文化が生まれ育つ』という意味だそうです。
ナーシングホームももの職員も、地域と心を寄せ合って住みやすい町を作っていきたいと思っています。



東員



『最期まで家におりたい』
その願いを叶えるためには

一人暮らしをされているKさん90代女性（強い貧血・高血圧を伴う 要介護3）



本人の希望

自分の家が一番落ち着くし、
誰にも気兼ねせず自由にいられる。
何より主人と頑張って建てたこの家には、
沢山の思い出があるから
死ぬまでここにいたい。

でも本当に一人で自宅におれるかな？
不安で寂しいときがある。
話し相手をしてくれる人がいない。
転倒して助けを呼んでも誰もいない。



本人の不安

困っていること	支援の内容	現在
調理や掃除等の家事	本人ができそうな、味付けや炊飯を声かけでおこなってもらい、掃除や洗濯物干し等、出来ない部分は一緒またはヘルパーが行う。	ヘルパーがいる時には、声かけで炊飯や味付け等できるようになる。体調の良い時は家事のできる部分が少し増える。無理をしないように配慮する。
歩くとふらつき 転びそうで怖い	デイサービスや訪問看護にリハビリの依頼、杖の使用を提案をする(ケアマネジャー)。室内を整え、歩きやすいように環境を整備する。	支援の継続中で今のところは現状維持ができ、転ばずに生活ができています(杖なしで歩行している)。
薬の飲み忘れがある	訪問看護師がカレンダーに仕分けする。	薬を重複して飲まないように、薬カレンダーの定位置を決める。
不安	本人に声を掛けて、不安等、今の状況を聞き、デイや訪問看護、ケアマネジャーと状況を共有する。	Kさんの今おかれている状況を聞き、柔軟に対応する。

私たちヘルパーは、Kさんの不安な原因を一つずつ解決しながら、Kさんの願いを少しでも叶えるため、多職種と連携をとっています。病気を抱えながらの生活なので、わずかな異常も見逃さないよう観察も怠らないようにしています。『最期まで家におりたい』と誰もが願っているのではないのでしょうか？そんな気持ちに寄り添えるような支援を心がけたいです。

文責：谷口

鳥取

自宅と同じように……

自宅と同じように家族と最期を過ごすことができたA様を紹介させていただきます。

A様は100歳、お嫁さんが中心となり長年自宅で介護をされておりました。昨年、100歳を迎え、子供・孫・ひ孫が集まり数十人で誕生日を迎え、楽しい家族の時間を過ごされました。しかし、徐々に食事が摂れず衰弱が進む中、どう介護をすればよいか分からず、主治医に相談され、もも鳥取へ連絡が入りました。

すぐにスタッフが訪問し、ご家族の意向を伺い、看護小規模多機能型居宅介護の泊りでのサービス利用となりました。

通常の泊り(ショートステイ)は、家族の用事や介護負担軽減等で利用され、利用中は、ご家族が面会に行くことは少ないことから、Aさん家族も“面会ができない”と思われていました。そこで、一緒に過ごす時間をできるだけとっていただけるように“いつでも会いに来てください”とお伝えしました。ご家族やご親戚の方々は、家・施設の垣根がなく、会いに来られ一緒に過ごされました。ケアは、ご家族が見守られる中、ご家族が望まれるケアで対応をさせて頂きました。

体調に合わせ、入浴、シャワー浴、清拭での保清を行い、食事はあまり進まず、食べやすいもの(ゼリーや高カロリー飲料等)を持参して頂きました。1回の食事を数回に分けたり、こまめに水分を口に運ぶなど、無理強いせず本人のペースに合わせて、看護・介護職員が頻りに訪室し、関わらせて頂きました。

主治医・家族・もも鳥取(看多機能)で連絡を密にとり、ご家族も状態が把握でき、病状の変化もスムーズに受け入れてもらえました。

最期は、ご家族・ご親族に駐車場がいっぱいになるほど集まっていただき、皆様に見送られながら旅立たれました。

施設であっても、自宅と同じようにお別れの時間を作ることができます。

文責: 須藤

三吉先生とご家族様との最期のお写真



自宅、だからこそ

在宅生活を送る要介護の方の悩みの第1はフレイル「外出・会話機会の減少による認知・運動機能低下」です。ご家族だけの力で外出をすることは難しく、介護保険のサービスを組み込もうとすると、それをご本人が強く拒否される場合もあります。そんな方へのリハビリ専門職の関わりを紹介します。

Aさん(89歳女性)は、家を出ることを強く拒んでいました。“施設へ入れられるのではないか…”と外へ出られません。現在はベッド上で生活し、ご家族からの介護を受けていますが昔は毎日、近所のお寺でお手伝いをされていたそうです。今もお寺の話をしたり、仏壇に手を合わせることにとても積極的です。そこで、近所のお寺への外出から挑戦してみました。

外出↓
会話↓

活動性↓
認知機能↓
運動機能↓



わたしはどこにも行きたくない!

訪問看護・リハで……

- 車椅子座位保持時間アップ
- 移乗動作介助量軽減
- 車椅子が使える環境提案

お寺に出かけてみると、短い時間にも関わらず3人の方にお会いすることができました。

「元気だったんやね」
「なかなか会いにいけなかったんだけど」
「表情がいい」「お寺は今ね……」
たくさん声をかけてもらいました。

それ以降、「ちょっと外いこか」「次はお供え持っていかな」Aさんは表情が変わってきました。これをきっかけに自宅を拠点とした環境作りに繋げていけたらと考えています。

介護が必要となった現在まで過ごしてきた、住み慣れた場所だからこそ、顔なじみの方々だったからこそ、ストレスなく接する機会を作ることができました。

Aさんが自宅で生活する意味を、前よりももっと深くすることができたような気がしました。これからも「自宅だからこそできること」を考慮したケアを提供していきたいと思っています。

文責: 鈴木(明)



住み慣れた場所 一歩外に出れば 家の周り知り合いだらけ

いなべ

病気からくる暮らしにくさを利用者自身で解決!!

桑名

肺の病気で酸素を使用されており、階段の上り降りが苦しい時もありますが、大切な猫がいるので、どうしても家から離れる事が出来ないと嬉しそうに話されるご夫婦の話です。

① Dさんは、昼過ぎに訪問すると、ベッドに寝転んでいることが多く、ご本人は「食べると苦しくなる」とおっしゃいます。看護師が訪問して酸素の量を測ると、毎回、数値が大きく違います。「おかしい……?」と考えたリハビリスタッフは、食事の姿勢を見せて頂きました。



すると、ベッドに座って、ちゃぶ台に食事を置いて、身をかがめて食べていました。身をかがめる姿勢は肺が小さくなり十分な呼吸ができません。リハビリスタッフより、ベッドに座って食べられる高さのテーブルを提案しました。

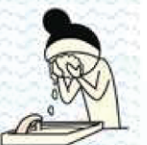


テーブルを使うようになってからは、食事の苦しさは楽になったとのことでした。しかし、時間がかかれば苦しくなってきます

看護師から高カロリー食で効率よく短時間で食べることも提案してもらいました。

② またある時は、顔の皮膚がぼろぼろになってきたことがありました。看護師に相談したら「洗顔が不十分なのではないか」とのことでした。「なぜだろう」と考えたリハビリスタッフが洗顔の様子を見せて頂きました。

すると、洗面台まで歩いて行って立ったまま顔を洗い、食事と同様の身をかがめる姿勢で苦しんでいたのです。リハビリスタッフは、顔を蒸しタオルで拭く方法を提案しました。



ご夫婦は「身をかがめる姿勢を避けたら楽」という経験から「椅子にまっすぐ座った姿勢で顔を洗えばいいんだよね」「漬け物桶をひっくり返して椅子にしたらいい」と、苦しくない姿勢を自分たちで見つけることが出来たのです。

リハビリスタッフと看護師が根拠のある改善策を提案していった結果だと思いませんか?

今まで馴染んで暮らしてきた家。病気になり暮らしにくくなってしまったら……? あきらめないでください!! 困っている現場を見せていただき、一緒に考え解決していきましょう。ご利用者自身で解決していく力を、専門的な視点からアドバイス・応援します!

文責: 刀根(奈)

四日市

リハビリって何するの?

【こんな事にお困りではありませんか……?】

- ①股関節、膝関節が痛くて歩けない/動きにくいからなんとか生活しやすくなりたいか。
- ②脳梗塞後で身体が動かしにくくなってしまい、自宅でどう生活したら良いか。
- ③今はなんとか動けるけど、今後自分の体がどうなっていくか心配。
- ④今の状態が長く維持できるように身体づくりをしていきたい。
- ⑤家の中で安全に移動したい、転倒が怖いので家の環境をみてほしい。

自宅って素晴らしい

住み慣れた自宅でのリハビリのお話しを紹介させていただきます。要介護5の男性Aさん、難病により全身筋肉の硬直により自分で体を動かせない状態です。日中は、奥さんが介護をされています。オムツ替えや着替えは、筋肉を伸ばすと全身の痛みが強く介護に苦労がある様子です。

リハビリ依頼の目的は、介護の軽減を図るための筋肉の硬直緩和と動作の柔軟性を取り戻すことです。最初は、めまいも強く座る訓練もできない状態でしたが、徐々にめまいも緩和し、1ヶ月ほどで自分で

動かせる動作範囲も大きくなり、介護のときに協力的な動作ができ、奥さんも介護が多少は楽になっています。また、リハビリ開始前に比べると日常的に体を動かせるようになり、寝ていても苦痛が少なくなったようです。

Aさんに「自宅での生活はどうでしょうか?」と尋ねると、「やっぱり住み慣れた家におるほうが良いわー」「寝ていても自分が知っている物が近く置いてあると落ち着く」と話されました。やはり、住み慣れた自宅の慣れ親しんだ風景の中で、妻と暮すほど良いところはないのだとAさん宅をあとにしました。

もも四日市の玄関では、スタッフが育てた綺麗なお花が利用者様をお出迎えております。

文責: 小林

もも四日市事業所

