

快護通信

A good care makes a good smile. A good smile induces happiness.



KOYO CORPORATION

デマスペース オフショウ

株式会社光洋

〒236-0004 横浜市金沢区福浦 1-5-1

TEL045-701-2210 URL <http://www.koyo.jp>

発行人：ケアコンシェルジュ

< 24号 >

寒さ対策はじめましょう！

いよいよ冬がやってきます。気象庁が9月に発表した全国3か月予報では今年の気温は、平年並みまたは低い確率が40%であるとのこと。そろそろ冬の気温や天候が気になる時期となりました。

◆ 筋肉と体温調節

運動機能に関係のある筋肉は、動かすことで身体をあたためます。感覚機能は体温調節に関係し、暑さ・寒さを感じます。利用者の方は、私たちと比べ活動量が少なく、加齢とともに基礎代謝が落ち、全身の運動機能・感覚機能が低下しています。また、体温を保持する機能が活発ではないため、寒冷による体温の低下が起こりやすい状況です。

◆ 冷えやすい部位と保温のポイント

首まわりやお腹、腰、手足は冷えやすい部位です。冷たい空気は下の方にたまりやすいため、冷えやすい下半身をあたためると、全身を効率よくあたためられます。

◆ ひざかけなどで保温

ひざかけやブランケットは足腰をふんわりカバーして冷えを緩和してくれます。ひざかけがない時はバスタオルなどでも

代用が可能です。また、レグウォーマーやあたたか素材の下着（シャツやズボン下）の着用も保温には効果的です。

◆ 排泄支援の場面では

夜間・明け方のおむつ交換では、かけ布団をめくるときの温度差に注意しましょう。急激な温度変化は、心筋梗塞などの重篤な疾患をもたらす危険があります。温度差の少ないお部屋でのおむつ交換、支援に関わる職員の手の温度にも配慮した排泄ケア、寒さ対策をおすすめします。



コンシェルジュの 快食レシピ

クルミ入りかぼちゃ豆乳スープ

抗酸化作用の高いかぼちゃとアンチエイジングに必須のクルミ、ダイエットに効果的な豆乳を使った褥瘡予防・美肌効果にとっておきの簡単レシピのご紹介！

●材料：2人分

豆乳：300cc

かぼちゃ：1/2個

くるみ：市販のロースト

したクルミ4片位（50g位）

A：コンソメ（顆粒）：小さじ2杯 / 塩・胡椒：適量



●作り方

①クルミをすり鉢やフードプロセッサーにかけ粉状にする。

②かぼちゃの種・繊維を取りふんわりラップをかけ竹串がスッと入るくらい温める。

③かぼちゃの皮を取りザルなどを使って裏ごしをする。

④鍋に豆乳と③を入れその後Aを入れ沸騰しないようにかき混ぜる。

⑤①を一つまみ残し④に入れかき混ぜる。

⑥器に盛ったら残しておいたクルミ一つまみを乗せ、お好みでみじん切りにしたパセリを乗せて出来上がり。

身体の温まるかぼちゃスープ、中にパスタやマカロニを入れてスープパスタ風にしても美味しいです♪

かぼちゃ・クルミ・豆乳はアンチエイジングの強い味方です！！

「便利な吸収シート」 フラット型紙おむつの役割

現在フラットはベッド上での汚染を防ぐため、シーツの上に敷いていたり、陰部洗浄する際におしりの下に敷いたり、看護用途として褥瘡ケアや様々な処置用として使用されています。

しかし、フラットは以前おむつカバーの中に入れて使われていたので縦に長いものが一般的で、陰部洗浄や処置には横幅が狭く使いづらいとの意見も少なくありません。

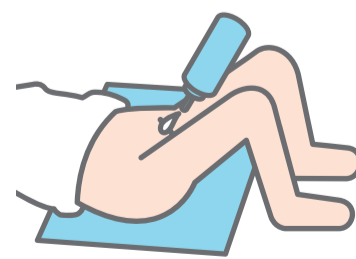
そこで光洋では程よい大きさのフラットを新発売致しました。

石けん水も、ゆっくり流せば最大500mlまで吸収できます。また車椅子の座面にぴったりサイズになっており、従来型よりも大変薄くできているため、車椅子の座面に敷いても体圧分散に対して影響のないつくりになっています。それ以外にも様々な場面でお使いいただける製品です。たとえば、陰部洗浄の他に口腔ケアや看護用途などでも有効的ですので、皆様是非お試しください。

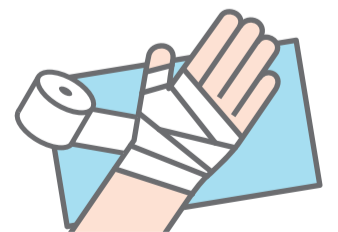


製品名：便利な吸収シート
サイズ：45×60cm
入数：50枚×4袋（200枚）
発売元：株式会社 光洋

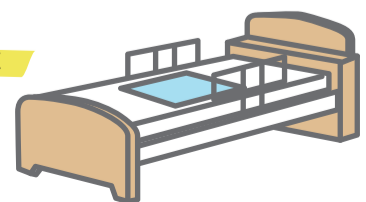
「便利な吸収シート」使用例



陰部洗浄時に



処置時の汚染防止に



使い捨ての防水シートとして



心に寄り添える人でありたい・・・ 特別養護老人ホームかりん様

自然豊かな町・^{わたらいちょう}度会町

伊勢神宮のおひざ元、三重県度会町。清流宮川をはじめ、一之瀬川、獅子ヶ岳など豊かな自然と澄んだ空気が自慢の美しい町。

今回私たちは、清流と緑に囲まれた静かな山間にたたずむ特別養護老人ホームかりん様にお伺いしました。施設を案内してくださったのは施設長の前田様。温かく迎えてくださいました。

温かな風景

玄関を入ると目を引くのが大きな野点傘と季節の飾りのついたすだれ。このすだれは職員の方とご利用様が季節ごとに創作する作品の一つだそうです。(写真①) 施設は50床のユニット型。1階に2つのユニット、2階に3つのユニットがあり、各階に広々とした詰所が設けられています。でもその詰所に職員の方々の姿はほとんど見ることはありません。皆様申し送りなど以外は常にご利用様のそばに寄り添って過ごしているのです。

かりん様の中で2番目のご長寿、御年99歳の西村長一様、長生きの秘訣は「安心して過ごしていること」だそうです。「何も考えずぼやっと生きていれば何も心配事はない」という一言に一同思わず笑ってしまいました。(紙面上の写真左)

感染予防の勉強会

今回お伺いしたもう一つの目的は施設研修会で感染予防についての講義を行うこと。かりん様では毎月1～2回程度の施設研修を行っています。私たちも今まで排泄ケアの勉強会やポジショニングなど、数回の研修でお手伝いさせていただいています。2回に分け、なるべく全職員に参加していただくのですが、皆様とても真剣にメモを取りながら受講してくださいました。(写真②)

施設長の前田様との対談(写真③)

「温かい家庭的な雰囲気を作り、一人ひとりに寄り添った介護を提供することを心掛けている」とお話しくださる施設長の前田様。そして、職員同士のコミュニケーションを充実させ、良い人間関係を作れば施設の雰囲気も温かくなる。職員同士の摩擦があるといろいろな場面で



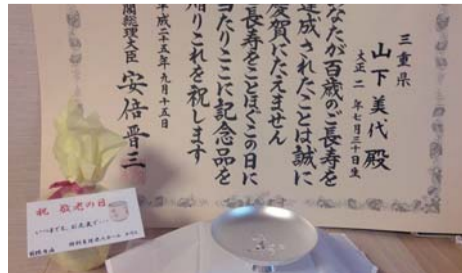
ご利用者様にとって不利益になる、とおっしゃいます。特に看護師と介護士のコミュニケーションを大事にしている、看護師の方々にも積極的に介護に携わってもらっているのだそうです。おかげでかりん様の離職率はとても低く、長く従事してもらうことで職員の方々のスキルアップにもつながり、良いケアを提供できる場が出来上がるのだといいます。私たちも毎回お伺いすると、職員の皆様やご利用者の皆様からの温かな歓迎ムードに包まれ、とても癒された気持ちになるのですが、それは施設の方々の人間関係から生まれているものなのでしょう。

今回、突然の取材依頼にもかかわらず快諾くださった施設長の前田様、温かく迎えてくださったご利用者の皆様、ご多忙中にもかかわらず笑顔で対応くださった職員の皆様、本当に有難うございました。

(写真①)



コスモスと赤とんぼの手作りの飾りがついたすだれで季節感を演出。



御年100歳の山下美代様(紙面上の写真右上)、総理大臣から今年銀杯が届いたというので拝見させていただきました。

(写真②)



感染予防の勉強会風景。

(写真③)



今回案内してくださった施設長の前田様(右)「今日より明日、明日より明後日成長していきましょう」という言葉がとても印象的でした。