



「排泄ケアお役立ち情報をご案内中」

光洋

検索

<http://www.koyo.jp>



社会福祉法人八千代美香会 船橋市特別養護老人ホーム朋松苑での取り組み

船橋市特別養護老人ホーム朋松苑は千葉県船橋市に平成14年に開設された介護老人福祉施設で、社会福祉法人八千代美香会が千葉県船橋市の指定管理者となり運営しています。4つのユニットとショートステイを合わせ120床、全体的に和風な創りで落ち着いた雰囲気のある施設です。1つのフロアを、2ユニットが合同で使用する作りはとても開放的で、いつもご利用者と職員の方でにぎわっています。ご利用者が一堂に集まり食事をとられている風景はユニット型の施設ではあまり見られない大人数で、和気あいあいとした風景です。経管栄養の方も注入時は食堂で皆様とともに過ごします。研修当日のメニューは石狩風煮、南瓜コロッケ、カニ風味キャベツ和え、すまし汁。八千代美香会は各施設の栄養士の方が集まり、メニューを工夫し、ご利用者に楽しんでいただいているそうです。バランスが良くてボリューム満点！そしてとても美味しい！ご利用者や職員の方々からも喜ばれている自慢のお食事です。



排泄ケア研修

今回は美香会全体の新人研修に、光洋も講師として3時間排泄ケア研修の時間をいただきました。研修内容は排泄のメカニズムなどの座学とおむつのあて方のグループワーク。特にあて方の実習をメインに行い、あてる練習とあてられる体験を全員にいただきました。正しくあてる練習ももちろん大事ですが、あてられる体験をすることで使用する方の疑似体験ができます。上手にあてられていないと不快感や痛み、漏れに対する恐怖感などが生じることを実際に感じる事ができ、非常に良い勉強になるのです。研修に参加された職員の方々からは、「漏れなどを起こさないよう正しいあて方をしっかり学んでいきたい」「正確にスピーディーに行えるようにしたい」などの力強い感想をいただきました。ご利用者の皆様、職員の皆様、ご協力ありがとうございました。



社会福祉法人八千代美香会
船橋市特別養護老人ホーム
朋松苑さざなみユニット
排泄褥瘡委員会在籍
前野雄亮様(介護スタッフ)

排泄褥瘡委員会でスキンケアを導入

5年目の前野様は排泄褥瘡委員は4年目、昨年は委員長を務めていました。「排泄ケアで気を付けていることはご利用者の肌に合ったスキンケアを行うこと。看護師と話し合って洗浄剤やスキンケア用品を取り入れています。例えば陰部洗浄や入浴で真菌や細菌の増殖を抑える石鹸を導入。他にも紙おむつを使用している方へ撥水性ジェルを用いたスキンケアや保湿効果を高めるクリームなど、肌の状態に合わせて効果的に使い分けています。」そして「今後はもっとご利用者に合った排泄用具やおむつ、パッドを使用して行きたい、グループ内の他施設との交流を持っていいところを取り入れて行きたい。」とおっしゃっていました。



社会福祉法人八千代美香会
船橋市特別養護老人ホーム
朋松苑まつかぜユニット
感染症対策委員会在籍
山本伸子様(介護スタッフ)

感染症対策委員会で 感染予防対策の啓蒙活動

3年目の山本様は昨年まで排泄褥瘡委員でしたが、今年から感染症対策委員になり感染予防対策のポスターや、張り紙の作成感染予防の勉強会の開催など行っています。施設内のいたるところで感染症対策委員会の方々の作成したポスターを目にします。自分自身で気を付けているのは手洗いとうがい徹底。「基本がとても大事」とおっしゃっていました。そして「ご利用者が皆笑顔になってくれるようなケアを目指していきたい。」ともお話ししてくれました。



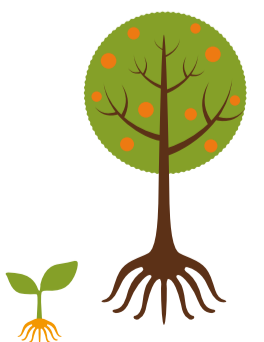
で精いっぱい」と悩みを抱え込んでしまっても何の解決にもなりません。そのような時、先輩たちはスーパービジョンを行える環境作りが大切です。

スーパービジョンとは「人を支援・援助する専門家」を支援するものと定義されています。つまり、専門家として一歩踏み出したことは、ゴールではなく新たなスタートを迎えたことになり、新人は更なる学びが必要となります。先輩たちは、専門家を育てていく役割を担うことになるわけですが、支援はご利用者・ご家族だけが対象ではないことを自覚しなければなりません。数ある職種の中から介護・看護という専門職を選び、新たに加わった私たちの仲間を、私たち自身の手で「育てる」という意味の支援をしましょう。それと同時に、私たち自身も新人から学ぶ姿勢を忘れずに取り組みをおすすめします。

養成校では、支援者として自己覚知すること、人との関わり方、身体の動きなど、基本となる支援技術を学びます。しかし支援の場では応用が求められるため、学んできたことが活かせていないように感じ、戸惑いを生じてしまいます。このような戸惑いは焦れば焦るほど解決できず、どんどん深い悩みへと変わり、最終的に「自分は介護・看護職に向いていない…」と考えてしまうことがあります。「先輩たちは忙しそう、同期は自分のこと

専門家を育てる 支援の場で導入するスーパービジョン

昨年度、養成校などを卒業し施設・病院等に入職された方々は、介護・看護の専門職(家)として一歩踏み出しました。先輩たちが的確にそして素早く支援が行えるのに対して、新人はどこか動きが固く緊張して笑顔でいられなくなってしまうこともあるでしょう。ですが、焦ることはありません。誰もが同じように悩み、不安に押しつぶされてしまいうような時期なので、



転倒骨折予防 ヒッププロテクターの活用

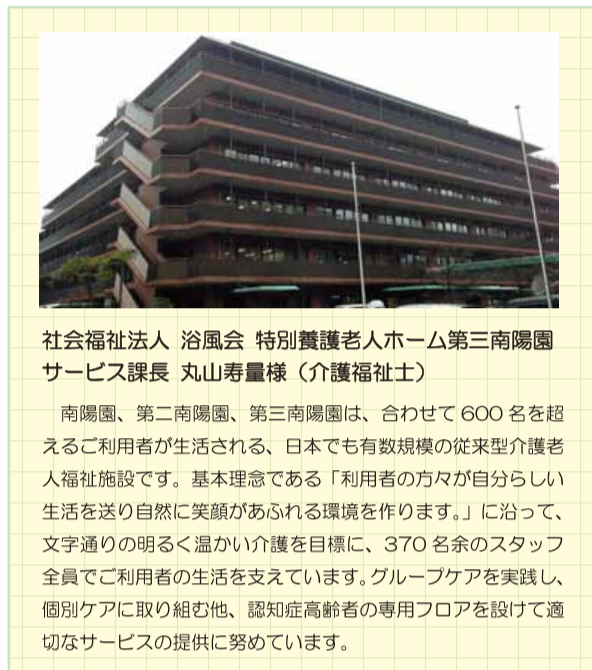
2013年度から始まりました第2次「健康日本21」の施策の一つである、社会生活機能の維持・向上の一環とした、ロコモティブシンドローム（運動器症候群。以下ロコモ）をはじめとし、転倒骨折予防が今注目されています。介護が必要となった原因の約3割がロコモ関連であり、また大腿骨頸部骨折は70歳以上で急激に増加しているからです。大腿骨頸部骨折は高齢者にとってリスクが高く、骨折者の5人に1人は寝たきりとなり、その約一割は一年以内に死亡との研究報告もあります。ほか介護費用の増大や、施設等の場合は起訴され賠償問題に発展するケースもあり骨折者本人だけでなく家族や施設等のリスクも非常に高いのです。リスク低減の為に、大腿骨頸部・大転子部骨折の予防にはヒッププロテクターの着用は有効*で、転倒予防の中でも即効性の効果が期待できるといわれていますが、国内ではヒッププロテクターの認知度は低い状況です。

浴風会第三南陽園（特養）では、「転倒骨折＝本人の生活レベルの低下を招く」と位置付け、転倒骨折予防に取り組まれています。その一つとしてヒッププロテクターを活用しています。ヒッププロテクターは4年程前から施設全体で導入しており、認知症の方にも着用を薦めているとのこと。転倒のリスクが高い方や転倒歴のある方には、入所時に職員からご家族の方へ転倒骨折のリスクを伝え、ヒッププロテクターの効果をご説明し、施設で購入・保有しているヒッププロテクターの使用をご利用者・ご家族の方から承諾をいただきます。着用期間中に、ご本人が着用に対し受け入れていただけるか、またご利用者の歩行状況を評価し、着用が必要であればご家族にご説明し購入を検討していただくとのこと。洗い替えを含め外側のパンツは複数枚用意しています。「高価ではあるが転倒骨折するよりは良い」といったご家族・ご本人も多いとお話がありました。職員の方にとっても“転倒リスクが高い方が着用している”という前提があるので“目配り等の意識づけ”にもなっているとのこと。「今までは紙パンツの着用の有無に拘わらずパンツ型のヒッププロテクターを使っていたが、中に履いているものが下着か紙パンツかで着用感が変わってくる。“オンリーワン

パンツにはるだけほねガード（発売元：光洋）は紙パンツに直接貼って使えるので紙パンツを使用している方への選択肢が増えたので良かった」とお話をいただきました。第三南陽園ではヒッププロテクターを導入後、転倒骨折は減少傾向にあるとのこと。皆様もヒッププロテクターを活用してみたいはいかがでしょうか？

※大腿骨頸部骨折リスクが5分の1以下に軽減

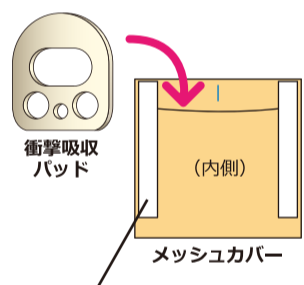
参考文献：日医師会誌/122巻大腿骨頸部/転子部骨折診療ガイドライン南江堂
2005年 大腿骨頸部/転子部骨折診療ガイドライン南江堂
2001年日本骨粗鬆症学会/国立療養所中部病院整形外科・原田敦氏らによる発表
日医雑誌第122巻・第13号 厚生労働省平成22年国民生活基礎調査の概要



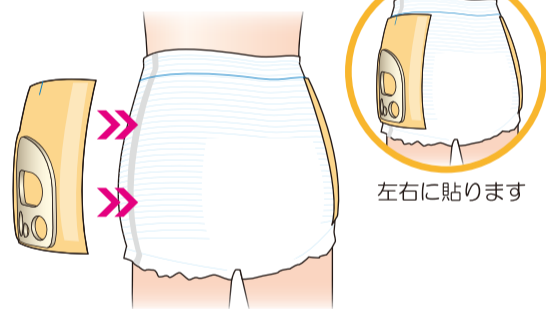
【紙おむつに貼るタイプのヒッププロテクター】

衝撃吸収パッドを、通気性・伸縮性の良いメッシュカバーに入れて、

大転子部の位置に合わせて、紙パンツに貼って使用します。



面ファスナーで紙パンツの素材にくっつけます。



眠気覚ましに『ツボ押し』

気候の変化や蒸し暑さで身体は疲れ気味ではないでしょうか？体調調整がうまくいかないこの時期は、昼間でも眠気を感じてしまいます。楽しい行事やお食事前に、道具を使わずどこでもできる！眠気に効く『ツボ押し』をご紹介します。

せいめい
晴明：目頭と鼻の付け根にあるツボです。親指と人差し指でつまむように押します。

ひやくえ
百会：頭の正中線と左右の耳を結んだ線が交わる部分（頭頂部）にあるツボです。自立神経と直結しており、頭痛にも効果があります。中指で痛くない程度に、優しく押します。

ろうきゅう
労宮：手のひら中央にあるツボです。労宮中心に手のひら全体を、やや強めに押します。

ちゅうしゅう
中衝：手の中指の、親指側にある爪の付け根部分にあるツボです。親指と人差し指でつまむように揉み押します。

ごうこく
合谷：親指と人差し指の股の間で、骨の少し指先側部分にあるツボです。反対の手の親指で、人差し指の方向に徐々に押します。

食前のレクリエーションにいかがでしょうか。ご自分に合ったツボを探してみてください！

快護のプロに 聞きました

簡単手作り足置き

座位保持のために使用するクッションや足置き。既製品は活用したいと思っても価格の問題や、個々の足の状態に合わない等の問題があります。そこで今回は佐賀県嬉野市にありますケアホーム美笑庵で活用されている手作り足置きをご紹介します。

牛乳パックを、ご利用者の座位時の足の状態に合わせて、高さ・幅を調節して並べ、テープで止めて布を張り、同じ布で包んだクッションを乗せて両面テープで止めた職員のアイデア品。この手作り足置きで美笑庵のご利用者は安定した座位を保持でき、離床時間も長くなったとのこと。皆様もぜひ、ご参考になさってください。



足置きの中身はなんと牛乳パック！