

# 快護通信

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

2015年  
2月発行  
発行人光洋

29号

**KOYO デマパス オアシス**  
株式会社光洋 ● 〒236-0004 横浜市金沢区福浦 1-5-1 ● TEL.045-701-2210

紙おむつのあて方ムービー  
「排泄ケアお役立ち情報をご案内中」  
光洋 検索  
http://www.koyo.jp

## QOLとADL ～できる「可能性」と「きっかけ」探し～

排泄ケアを見直しコスト削減・QOL向上に成功した事例  
(光洋ユーザーの100床の老人保健施設)

### おむつを見直してQOL向上へ

平成27年度の介護保険法改正で、介護報酬が2.27%引き下げられるため、施設等では収入減が見込まれます。そこで、紙おむつの見直しからコストダウンを図ってみてはいかがでしょうか。

ご利用者の排尿量の測定や、排尿パターンの把握を行い、適切なサイズのパッドや時間間隔で使用するとコストダウンにつながります。

一方、アウターとなる紙パンツやテープ式タイプの紙おむつは、ご利用者にとって「下着」です。快適性を実現することで、QOLが向上し、コスト削減につながっていくはずで

### オンリーワンパンツで快適介護

紙パンツはテープ式タイプに比べると、吸収体の面積が小さいため通気性が良く、伸縮性があるため身体にフィットします。しかし、夜間は足回りからの漏れ・パッド交換のしにくさからテープ式タイプに変更するケースを目にするのも多くあります。オンリーワンパンツは伸びが良く一分丈(ボクサーパンツ型)のため横漏れしにくい構造です。そのためご利用者にとって快適だけでなく、スタッフのおむつ交換の

負担も軽減できます。運営面でみるとおむつコスト+廃棄コストも改善することができます。

### パッド用ホルダーを試みましょう

布パンツを使う場合、失禁量が増えてくるとパッドの重みでパンツがズレ下がってしまいます。少量の尿漏れの頻度が増えてきて「そろそろ紙パンツかな...」と思ったら、まずはパッド用ホルダー(オンリーワントランクス・メッシュホルダー)をご試用してみたいかですか？伸縮性のある素材で作られているため身体の動きにぴったりフィットし、ズレ下がるのを防ぎます。紙パンツよりも通気性に優れているためお腹周りのムレが少なく不快感・かゆみ・かぶれが軽減します。

ご利用者のADLに合ったアウターを選択することで、「パンツで過ごしたい(希望)」「自分で頑張りたい(意欲)」が生まれ、QOLの維持・向上へとつながっていくのではないのでしょうか。

	変更前	変更後	効果
紙おむつ	60名	52名	16名のQOL向上
紙パンツ	35名	37名	
トランクス	0名	5名	
下着	5名	6名	
300ccパッド	92名	28名	フラットの排除と大型パッドの導入により交換回数の削減
600CCパッド	導入なし	62名	
900CCパッド	導入なし	66名	
フラット	60名	0名	
費用(月間平均)	約55万円	約35万円	約20万円削減

## 快護のブログに聞きました

### スキルアップに向けての社内研修

有限会社 かしこ 管理者 渡辺三池子さん

当事業所では訪問介護、介護ステーション、障害児・福祉サービス等を運営しています。住宅型有料老人ホームもあり、ここではターミナルケアが中心です。医療依存度の高い利用者様が多く、ヘルパーも高い知識と技術が求められます。

事業所の職員数は現在およそ70人。毎年年間研修の計画を立て会社全体の研修は年4回開催しています。外部から講師を招いたり、外部研修にも積極的に参加できるように環境を整えてはいるものの、スキルアップに繋がらないことも多々あります。ただ研修していても身に付かないければ何の意味もありません。そのため研修後は毎回必ず全員に感想文を提出してもらっています。感想文とはいえ内容はほとんど反省文で、改めての気づきもあり研修が無駄ではないことがわかりました。研修で学んだことを実践し、しっかりと身に付けてほしいと思います。

研修時間は夜間に設けており、仕事帰りに気軽に参加できるように工夫もしています。現場だけではなく、事務の職員も皆で参加できるように研修内容も考えています。職種が違っても目指すものは一緒だと認識し



各事業所のリーダーさん  
上段左から三宅さん・野中さん・鈴木さん・門原さん  
下段左から廣瀬さん・渡辺さん・小坂さん・松浦さん  
褥瘡の研修会後にお集まりいただきました。

合えれば、より一層お互いのコミュニケーションや連携が取れやすくなり、業務もスムーズにいくのではないかと思います。

昨年光洋さんに「出前出張」を依頼し「紙おむつとは？」という研修を受けました。内容はおむつの使い方やあて方の説明。デモンストレーションでは職員がモデルになり装着体験もしました。ちよつとしたあて方の工夫で尿漏れや褥瘡予防ができたり、拘縮の利用者様にもあて方次第で苦痛を和らげることが出来るとわかり「目からうろこでした！」勉強になりました！との声が多く聞かれ、自分ではできていると思っても新しい発見ができることを実感させていただきました。これからも日々の業務に生かせる研修をしていきたいと考えています。そして、いつも笑顔忘れず、利用者様が「その人らしく生きる」よう、真心こめて精一杯お世話させていただき、より良いサービスができるよう研修に力を入れていきたいと思

・ QOL: Quality of Lifeの頭文字で、「生活の質」と訳されます。「生活者自身の満足感、幸福感、安心感、安定感などの諸要因のこと。生活環境を整え、健康で文化的な生活の向上をめざして、価値観も含む」<sup>(1)</sup>とあります。  
・ ADL: Activities of Daily Livingの頭文字で、「日常生活動作」と訳されます。「人間が毎日の生活を送るための基本的動作のこと」<sup>(1)</sup>とあります。  
参考文献: 介護保険・介護福祉用語 <http://www.kaigoweb.com/ryakuqol.html>

### より良い生活の実現へ...

介護や看護の場面では、QOLもADLも日常的に耳にします。どちらかというとADLで状態を判断しご利用者に見合った支援を行い、そのなかでQOLを向上させようとすることが多いのではないのでしょうか。

例えばAさんというご利用者の排泄支援を行う場合、できない部分はどこだろう？という発想から、布団をめくるとき、ズボンを脱ぐとき、身体の向きを変えるとき、Aさん自身の動きを妨げるほど手を出すことで「支援している」と考えてしまうと、その行いは逆にAさんのできる「可能性」と「きっかけ」を奪ってしまうこととなります。時間を惜しみ、声かけと同時に手を差し出してしまえば、Aさんの意欲に気が付くことができません。これではADL向上はおろか、本来自分でできるはずのことができなくなってしまい、ADLの低下、ひいてはQOLの低下につながりかねません。

私たち支援者がご利用者の限界を決めつけてはいけません。できないことばかりに目を向けるより、できる可能性ときっかけを伸ばせるような支援に目を向ける方が、ご利用者のより良い生活の実現につながっていくのです。

人員不足から、ひとり一人と向き合う余裕が持ちにくい今日この頃ですが、今一度、ご利用者が「今できること」をさがしてみたいかかでしょうか？きっとそれが、介護や看護に携わる皆さんにとってのやりがいや達成感にもつながっていくことでしょう。

## 粹いき・馬瀬の元気館

いわずと知れた温泉の名所、岐阜県下呂市。草津、有馬と並ぶ日本三名泉のひとつといわれる下呂温泉は、年間を通し多くの人々が訪れる人気の観光地です。今回訪れたのは、そのほぼ中央に位置する自然豊かな馬瀬地域。

全国有数の清流といわれる馬瀬川は、「全国水の郷百選」や「平成の名水百選」にも選ばれており、地域の真ん中を貫流するその優雅な姿は、この地域の象徴として人々に愛されています。

そして穏やかな時間の流れるここ馬瀬にある、自然と調和した佇まいが印象的な建物が、今回ご紹介する「粹いき・馬瀬の元気館」様です。

写真① 中庭から見た施設風景、山の緑と建物の白のコントラストが鮮やか。

写真② 日の光が入り込んで暖かな施設の居室。

写真③ 馬瀬川の春の風景。馬瀬川はアユ釣りでも有名です。



## 「本物の福祉」を追い求めて…



写真④



写真⑤

### 美味しい食事をいつまでも…

平成23年6月にオープンした「粹いき・馬瀬の元気館」は、馬瀬特別養護老人ホームいきいき、馬瀬グループホームいきいき、馬瀬フォレスト歯科の3つの事業を運営する地域密着型の複合施設です。歯科医院を併設している福祉施設は全国的にも珍しいらしく、利用者の皆様に毎日の食事を楽しんでいただくことができるよう、歯科医である理事長先生のもと、専門の口腔ケアを行っているのだそうです。さらにいきいき様では、利用者様が誤嚥をしないよう定期的に経鼻内視鏡を使って摂食嚥下機能検査を実施しています。(違和感を覚える程度のもので、ほとんど痛みはないそうです)

軽々に胃瘻で栄養補給をするのではなく、摂食嚥下機能の維持・向上を目指し、徹底したケアを行ってきた甲斐もあり、ソフト食や極刻みの食事から一口刻みや常食に近い状態まで向上された方が多くいらっしゃるそうです。美味しい食事を噛みしめる喜びと幸せを、利用者様は感じているのですね。

### “おもてなし”の空間

施設の中を歩いていて感じた事は、旅館さながらの“おもてなし”のところがいたるところで感じられるということ。明るすぎず暗すぎず、目にやわらかなちょうど良い明るさの間接照明が灯る廊下を通り、案内されたお風呂はこだわりの檜風呂。そしてさらにもう一つ、なんと壺風呂まであります。

年に数回、温泉の湯に浸かってもらおうと源泉地から運んでくることもあるそうです。

さすが下呂ならではのおもてなしです！

そして、ラウンジと呼ばれるお茶の間スペースは、全面ガラス張りでどなたでもくつろいでいただける空間です。いきいき様では、利用者様の事を『ゲスト』という特別な呼び方をされています。そんな細かなところにも、日本特有のおもてなしの心が感じられます。



写真⑥

### いきいきと温かい人柄が集う施設

インタビューに伺った日、86歳になる高田君江様のお誕生日会が開催されていて、私たちも飛び入りで参加させていただきました。お祝いムード満載の会場では、カラオケ大会も催されており、とても和やかな雰囲気。主役の高田様はバースデー帽子をかぶり、スタッフからのお祝いメッセージが書かれた色紙のプレゼントを受け取り、とても嬉しそうに曲を聴いていました。

今回お話を伺いました施設長の二村様に、施設内の最高齢の方はおいくつか尋ねてみると、「男性、女性共に97歳です。」とのこと。

最高齢の男性・熊崎様に「長寿の秘訣はなんですか？」とお聞きしたところ、「んー、何も考えとらんかったらいい」と満面の笑みでお答えいただき、やはり人生において笑顔でいることは欠かせないことなのだ、と改めて感じました。たくさんの方と交流させていただきましたが、利用者の方

様も職員の皆様も本当に素敵な笑顔でおもてなししてくださり、大変気持ちよく取材することができました。ご協力くださった二村施設長をはじめ施設の皆様、本当にありがとうございました。

写真④: 玄関を入ってすぐ左にある、理事長先生が診ている診療所。温かみのあるロビーで待ち時間もゆったりと過ごすことができます。

写真⑤: 利用者の皆さんに大人気の壺風呂。ガラス張りのドアを全開にすると半露天風呂になります。

写真⑥: 施設最高齢・97歳の熊崎様と弊社営業の鈴木。ガッツポーズが決まっています！

写真⑦: お誕生日を迎えられた高田様と野村リーダー。愛情のこもった手作りの帽子、よくお似合いです。



写真⑦