



まきよう苑通信



2022年7月
第25号



発行：医療法人社団 松和会 介護老人保健施設
「まきよう苑」(年4回発行、創刊2016年4月1日)
〒259-1126 神奈川県伊勢原市沼目 6-1237
TEL: (0463) 92-8101 〓 kikyo-en@showakai.or.jp

まきよう苑の リハビリテーションは??

介護老人保健施設(老健)の最も大切な役割は、いわゆる種々の高齢者のための施設の中で、いかに高齢者の生活の質の向上を図り、それを維持していくことです。

そのために、まきよう苑では、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士によるリハビリテーション職員を軸に、医師、看護師、介護士、栄養士、相談員、そして事務職員が1つのチームとなって、その運営、活動を行っています。

より質の高い、有用なリハビリテーションを実施できるよう、一元的なプログラムではなく、その利用者にとって「何が必要か、その効果、経過を常に、チーム全体で評価」し、さらに、リハビリテーションの有用性を高める努力をしています。

そこで、本年度のまきよう苑通信では、入所部門(本25号)、通所部門(26号)、訪問部門(27号)において、まきよう苑でのリハビリテーションの取り組み、そのリハビリテーションの成績を含めてご紹介させていただきます。

利用者の皆さまだけでなく、ご家族、そして地域の皆様にもご理解をいただき、老健施設である「まきよう苑」を上手に利用していただき、高齢者において、自立、意欲の向上を目指していただければ幸いです。

(入所部門 部門長 布川 幸子)

入所リハビリテーションの取り組みとその効果

入所部門リハビリテーション部は、2022年7月現在、理学療法士3名、作業療法士2名、言語聴覚士1名、計5名の専門職員が所属しています。

(1) 目標達成度

ご利用者の立ち上がりや歩行・排泄動作などについて、ご本人の疾患や体力などにより、その向上を目標とするグループ(向上目標群)と、その維持を目標とするグループ(維持目標群)に分け、リハビリ開始時、1ヶ月後、3ヶ月後でのそれぞれの「目標に対する達成率」の推移を図に示しました(図1)。

(2) 誤嚥性肺炎の予防

言語聴覚士による訓練だけでなく、栄養士、介護士も含めたミールラウンドの実施、そして、その評価、対策を行う栄養サポートチーム(NST)委員会を開催してきました。

その取り組みを始めた2015年から、図2のように、全退所者において、誤嚥性肺炎によりやむなく退所した利用者の割合は、徐々に減少してきました。

(3) 介護士による「リハレク」の強化(2020年度から開始)

「リハレク」とは、「活動量の低下予防」、「日常生活動作の維持・向上」を目的とした「個別レクリエーション」で、まずは、「自宅退所」を目的としているご利用者を対象に、取り組んでいます。

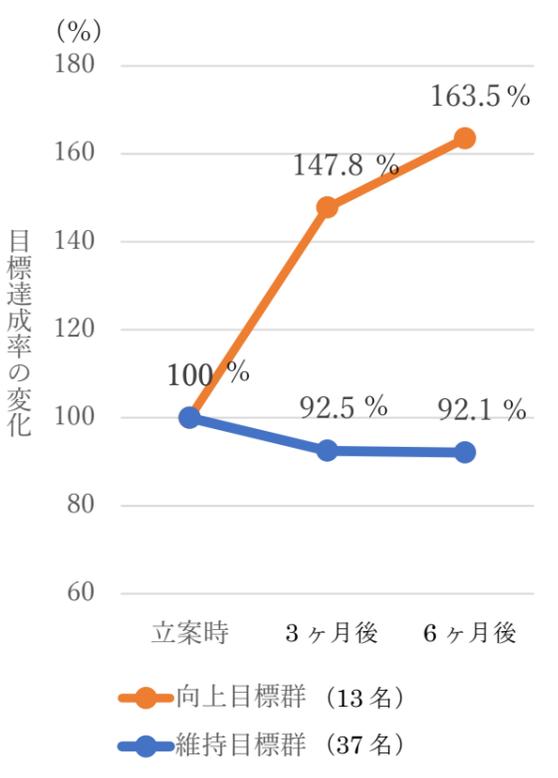


図1：目標達成率の変化

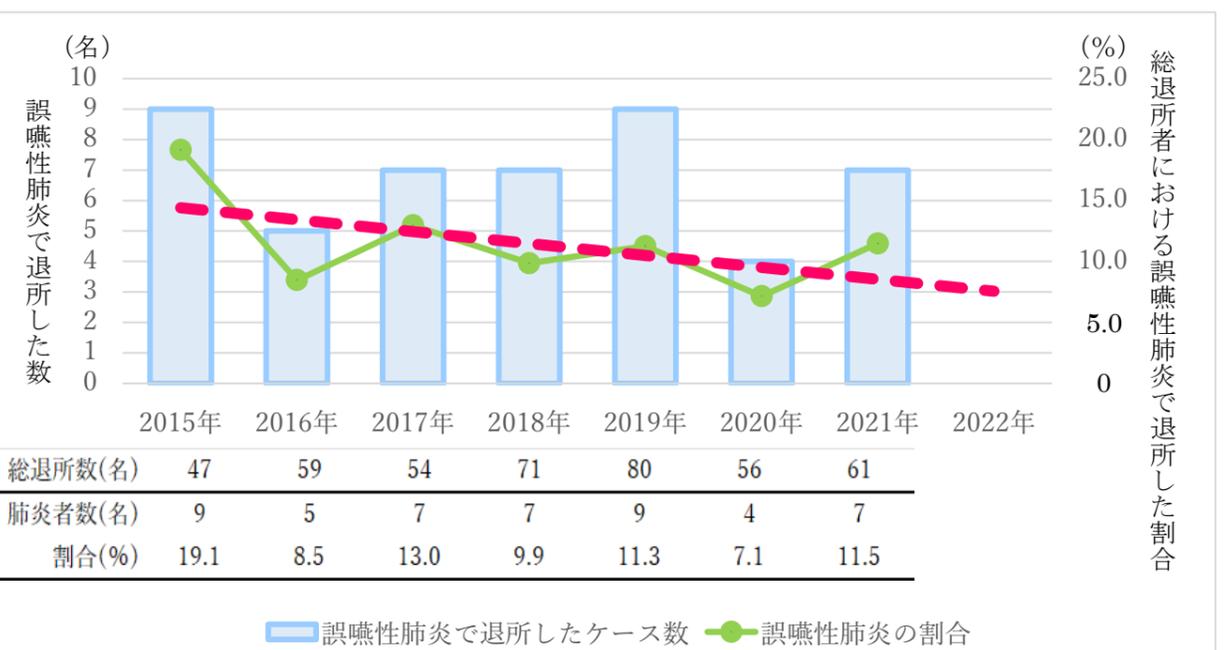


図2：誤嚥性肺炎の発症頻度

歩行や排泄など、日常生活動作の向上を目指し、自宅内では車椅子の使用が難しいご家庭も多く、車椅子利用のご利用者も、手引き歩行訓練などを中心に行いました。すなわち、リハビリ専門職による現在の状態評価と指導、相談員によるご家族への聞き取り、介護士によりご利用者の生活面での様子をまとめ、「リハレク」の内容や回数を決めて、介護士とともに実施しています。

(入所部門 リハビリテーション部 主任 新倉 太一)

ききょう苑における医学生、理学療法 および介護学生の臨床実習

ききょう苑では、毎年、医学部1年生、理学療法学科学生2年生、および介護福祉学科学生1～2年生の臨床実習を受け入れています。それぞれの分野の特性を、座学ではなく、実際の現場での実習や見学、とくに高齢者施設での役割、考え方を学んでいただいています。

将来、それぞれの分野で活躍してくれることを期待しています。利用者の皆さま、ご家族におかれましては、実習へのご理解とご協力をよろしく願います。

(医学生担当…施設長 小澤 明
理学療法学科学生担当…訪問リハビリテーション主任 越地 正樹
介護福祉学科学生担当…入所介護部主任 岡部 大祐)

2022年度 伊勢原市介護予防教室の開催

伊勢原市による地域支援事業の一環として、伊勢原市東部地区地域包括支援センター主催により、沼目地区在住の65歳以上の市民を対象に、2022年度下半期の「介護予防教室」が、以下の要項で、計6回の講演、実施指導が開催され、ききょう苑が担当させていただくことになりました。

「歩行能力の維持」をテーマとして、体力測定とともに、必要な運動プログラムの説明と実施、そして最後には、その効果を評価していきます。気軽に、そして、楽しく、多くの皆さまのご参加をお待ちしています。

お問い合わせ・申し込みは、伊勢原東部地域包括支援センター

「花たば(電話0463・97・4755)」まで、お願いします。

日時…2022年10月1日～2023年3月31日

(毎月第2水曜日、10時～11時)

会場…伊勢原市 大田公民館

(リハビリテーション部 主任 越地 正樹)



ききょう苑における 新型コロナウイルス感染について

ご利用者、そして、ご家族、関係各位のご理解とご協力により、お陰様で、ききょう苑においては、新型コロナウイルスの感染状況は、2022年7月5日現在まで、大きなトラブルはなく(表)、感染予防対策を行っています。

それらの解除につきましては、今後の行政の指導に従いながら、感染状況にも注視し、対応する所存です。しかし、いましばらくは油断せずに、現在の感染予防措置を継続していきます。

そのため、ご利用者、ご家族におかれましては、ご不自由、ご不便をおかけしますが、ご賢察の上、ご理解、ご協力をよろしく願います。

栄養部より

「フレイルという言葉をご存じですか？」

フレイルとは、加齢とともに心身の働き・社会的つながりが弱くなった状態を指します。適切な対策をおこなえば、健康的な状態に戻る可能性があります。

フレイル予防として、特に重要とされているのが「栄養」と「運動」です。

【低栄養を防いでフレイル予防】

3食バランスよく食事をとることは、低栄養を防ぎフレイル予防につながります。特に筋肉を作る蛋白質を十分にとることが重要です。

【必要な蛋白質の量を知っていますか？】

65歳以上では体重1kgあたり、蛋白質1g以上が必要です。例えば、体重50kgの人が必要な蛋白質は50g以上です。

【食品に含まれている蛋白質は何グラム？】

	卵1個 50g 蛋白質 6.2g		鮭1切れ 60g 蛋白質 13.5g
	鶏もも肉 100g 蛋白質 19g		牛乳コップ1杯 200ml 蛋白質 6.6g

1日に必要な蛋白質を摂取することを意識して、バランスの良い食事を3食しっかりと食べましょう。さらに、運動を意識することでフレイルの予防となります。

どうぞ、参考にしていただき、健康的な生活が送れるようにしてください。

(参考)日本人の食事摂取基準2020年版
(栄養部 主任 木我 みな美)

〈寄贈〉

平塚市在住の安池憲一様より、菖蒲を根付いただきました。

早速、ききょう苑の庭園に植え替え、大切に栽培し、季節の「菖蒲湯」としてご利用者に入浴を楽しんでいただければと思います。

ありがとうございました。

(事務長 前田 大介)



〈お知らせ〉

ききょう苑に「ツバメ」が巣作りをやってきました。今年は合計6籠ほどあります。

大空へと羽ばたく日が楽しみです。



(事務部 向笠 将)

〈編集後記〉

色とりどりの七夕飾りに、夏の訪れを感じる頃となりました。いよいよ暑さも本番です。

栄養・水分を十分に摂り、暑さを乗り切る身体作りが大切です。コロナ感染症対策も、少しずつ緩和されるニュースが聞かれています。

短冊に、健康や幸せの願いを込め、笑顔で明るく過ごしていきたいと思えます。

(広報委員会 長谷川 邦子)