

Heart To Heart

ゆりん

2016 秋号



特集

「トランスファーについて」

行事ダイジェスト

◆ 納涼祭
◆ 敬老会

● 新人職員紹介・実習生紹介
● 自宅での食事について

その他

特集

『 トランスファーについて 』

◎トランスファーとは何でしょう。

利用者の活用できる力を支援活用し、介護者・利用者に優しい援助技術です。

今日、日本で行われている介護援助の大半は、介護者が利用者を抱え持ち上げる事で行われています。この介助方法では介助される側も介助する側も負担を伴います。特に介助側にとっては腰痛等の身体的負傷になり、離職の原因に繋がります。それを防ぐための介助動作の方法です。この方法はデンマークのセラピストたちが生み出した実践的な方法であるため、机上で考えられた方法とは違い即践的に出来るものです

・ 支持基底面を広くし、重心を低くする。

身体を支えるために、床と接している部分を結んだ範囲のことを、「支持基底面」といいます。

この支持基底面は広いほど安定します。また、重心が基底面の中にあることで、転ばずに立位を保つ事ができ、重心が低いほど安定します。

足を開き、膝を曲げ、腰を落とす姿勢が、安全で安定した介助姿勢です。



・ 本人にできる限り接近する

本人にできる限り接近することでより容易に介助ができるようになります。

・ 身体をねじらない

不自然に身体を曲げると不安定になり、腰痛の原因ともなります。介助者の身体で本人の移動する方向を妨げないように、足の位置を考えて介助します。



全介助の人を起こす場合、臀部を支点にすると、少ない力で介助することができます。



・ てこの原理を応用

持ち上げるのではなく、シーソーの様に支点を作り自分の体重をかける事で軽い負担で介助ができます。

「高齢者のリハビリテーションとは？」

ご本人・ご家族・ケアマネジャー・介護福祉士・その他スタッフの方と、担当者会議等の話し合いの中で疑問に思うことがあります。何気無く「リハビリをしましょう!」、「リハビリをがんばりましょう!」、その意図するものは・・・?

リハビリを一生懸命すれば、リハビリさえ続ければ、必ずきっと病気が治る、必ずきっと元の状態に戻ると・・・どうもそう思っているらしい?ご家族に希望を聞いてみても、ADL(食事・排泄・更衣・整容・基本動作)を誰の手助けなしに一人で出来るようになって欲しいと・・・。結局のところ、どうにかして介護や介助なしの状態にしてほしいと願っています。魔法使いでもないのに、若返りはできないし、これは大変!

ところが、現実的にご高齢の要介護者や、あるいは比較的若い要介護者の方が、要支援・非該当の状態になることはそうそうありません。リハビリさえ続ければ、いつか認知症が良くなる、麻痺が良くなる、自分ひとりで歩けるようになって、何でも身の回りの事が出来るようになるということはありません。どんなに時間が経ったとしても、どんなにリハビリを頑張ったとしても、ほとんどのの方が必ずそこには介護と介助が必要なのです。要介護状態とは、文字のごとく、この先ずっと何らかの介護が要ることなのです。

では、高齢者のリハビリは何をするのか?リハビリとは、介護と介助が必要なことを前提に、その方に合った福祉用具を選んだり、介護の仕方、介助のされ方を覚えてもらって、介護量と介助量の軽減と効率化を高めることなのです。その手段として、リハビリ専門職は、筋力をつける、柔軟性をつける、体力(持久力・耐久力)をつける、使いやすい道具を選ぶ、自宅で出来るトレーニングを指導する、反復して同じ動作の練習を行う、等を実施しています。

要するに、リハビリ専門職は、その方の生活機能の予後を予測して(出来ること、出来ないことを見極めて)、ご本人・ご家族・その他スタッフと一緒に介護するということを受け止めてもらった上で、その方に合った生活の目標を見つけたいと思っています。たとえ障がいが残って介護と介助が必要な状態であっても、自分の好きなこと・やりたいことを一緒に見つけたいと思っています。それが、今求められている「活動」と「参加」に焦点を当てたリハビリです。

皆さん!これから、一緒に本当のリハビリを考えてみませんか?



★第一弾 食べ物の硬さについて





●自分に合った食事を選ぼう

能力に応じた食べ物を噛む力、飲み込む能力が低下しても、柔らかさや食べ物の形態を工夫すれば、食事を楽しむことができます。一人ひとりの能力に応じて、食べやすいものを選びましょう。

●食品選びの参考に・・・

区分	区分1 容易にかめる	区分2 歯ぐきでつぶせる	区分3 舌でつぶせる	区分4 かまなくてよい
かむ力の目安	かたいものや大きいものはやや食べづらい	かたいものや大きいものは食べづらい	細かくてやわらかければ食べられる	固形物は小さくても食べづらい
飲み込む力の目安	普通に飲み込める	ものによっては飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらい
かたさの目安	ごはん ごはん～ やわらかいごはん	やわらかいごはん～ 全がゆ	全がゆ	ペーストがゆ
	たまご 厚焼き卵	だし巻き卵	スクランブルエッグ	やわらかい茶わん蒸し (具なし)

※次のような食感の食べ物は、むせたり、喉に詰まったりする危険があるので、食べる時には注意が必要です。

	具体例
サラサラ → むせやすい	水、お茶  、ジュースなど
ボロボロ → ばらけやすい	ごはん粒、そばろ、かまぼこ  など
ペラペラ → はりつきやすい	のり  、わかめ、青菜類など
パサパサ → ぱさつきやすい	パン  、カステラ、いも類など

とろみをつける、小さく刻んであんをかける、水分を含ませるなど食べやすくする工夫が必要です！



※粘り気の強い「もち」や、噛み切りにくい「いか」「たこ」などにも注意が必要です。

7月お誕生日会

7月 1日に7月のお誕生日会を行いました。
今年もひかり保育園の園児達による、
踊りや音楽発表会が
ありとても楽しい時間になりました。
ありがとうございました。



8月誕生日会



ソーラン節かっこよくきました!!



ふれあい会、気持ちよかねえ~

高崎 フジエ様



百歳のお祝い

「百歳のお祝い」内閣総理大臣より銀杯と贈呈がありました。
これからも元気ですごされて下さい。



納涼祭



8月20日(土) ゆうりん納涼祭を行いました。
ご家族の皆様に参加頂き、楽しくゲームや総踊り
等盛り上り、夏の楽しいひと時を過ごしました。



8月誕生日会



一緒に踊るよ〜♪



これ!安かバイ!



子供会の演奏



ソーメンとれたかな?



金魚取れんよ〜お兄ちゃん

9月19日(月)の敬老会を行いました
今年もウィンドオーケストラに来て頂き、敬老会を
盛り上げて頂きました。
利用者様と皆様とで懐かしい曲を手拍子をしながら、
歌い楽しみました。

敬老会



新人職員紹介



包括支援センター ケアマネージャー 石村智恵美

7月4日から包括支援センターに入職しました石村智恵美、寅年うお座です。初めての事ばかりで毎日必死です。みなさんと仲良くなりたいので見かけた声をかけてください♡

相談 施設ケアマネージャー 竹口恵

施設ケアマネの竹口です。
なんでもご相談ください。



理学科 アシスタント 田川まゆみ

リハビリのお手伝い一生懸命頑張りたいと思います。
よろしくをお願いします。

理学科 言語聴覚士 濱華織莉

秋晴れの青空が映える季節になりました。今度言語聴覚士としてゆうりに勤務します濱華織莉と言います。私は、食べる事や話す事の訓練を担当いたします。私の好きな言葉は、一期一会です。御利用者様との出会いを大切に、日常生活の自立支援を目標にお手伝いさせていただきます。私の好きな事は歌を歌う事です。御利用者様とも一緒に歌を楽しめたらと思います。趣味は園芸や手芸です。家では色々な季節の花や野菜を栽培したり、縫物を楽しんでいます。明るい笑顔で皆様に接していきたいです。宜しく願い致します。



学生紹介



熊本駅前看護リハビリテーション学院1年 高野祥久
一週間の実習では、普段学校で学べない事を多く学べました。先生方がとても優しく、有意義な時間を過ごす事が出来ました。この経験を今後活かしていきたいです。
一週間ありがとうございました。

職員募集

「(医)優林会 介護老人保健施設アムニティゆうりん」では、職員を募集しております。
 介護職 介護支援専門員 管理栄養士 看護師など
 詳細につきましてはアムニティゆうりんまでお問い合わせ下さい。
 電話番号 0965-33-8880 採用担当 山田

「社会福祉法人龍峯会 地域密着型介護老人福祉施設 希望」も併せて募集しております。
 介護職 看護職 事務職
 詳細につきましては「希望」までお問い合わせ下さい
 電話番号 0965-39-1120 採用担当 中島

★表彰されました★

療養科看護部長：平上 祥子



全国老人保健施設協会会長表彰を受けられました。
 福祉施設全体の職員の模範者として、これまでの功績を称えられ表彰されました。

ゆうりんの行事予定

10月 誕生日会
 11月 誕生日会
 12月 誕生日会



医療法人社団 優林会
 介護老人保健施設 アムニティ

ゆうりん

- 介護老人保健施設
- 短期入所療養介護事業
- 通所リハビリテーション事業
- 居宅介護支援事業所
- 訪問看護ステーション
- 訪問リハビリステーション
- 八代市地域包括支援センター
- 介護予防指定事業所

〒866-0891 熊本県八代市古閑浜町 3401
 TEL 0965-33-8880(代) FAX 0965-33-7500

<http://www.yuurin.or.jp>

E-mail info8880@yuurin.or.jp

編集者後記

夏の暑さも和らぎ、日に日に秋を感じるようになってきました。実りの秋、皆様はどのように過ごされる予定でしょうか。スポーツの秋・読書の秋など言われますが、私は「食欲の秋」になりそうです。また、涼しくなってくるので、体調を崩されることなく、元気にお過ごしください。今年も残り、3ヶ月となりました。今年の抱負が達成できることを祈っています。

新聞委員：作増 雅子