



りんご箱

ケアセンター成瀬住民の会だより 第93号

2012年（平成24年）1月 発行：住民の会広報委員会 電話：729-0617 発行責任者 塚本誠子

新年への思い

住民の会 会長 塚本誠子

新年を迎え、今年こそ何事も起こらない平和な年でありたいと思っております。毎日、新聞やテレビで報道されている、東日本大震災の様子にまだ心を痛めています。

この9ヶ月の間に、日本中や世界中の人たちからの救援や声援の大きさに、改めて感動いたしました。東北地方の人の我慢強さ、人の良さには、我が身とくらべ驚くばかりです。

しかし、原子力発電所の事故は、まだまだ多くの人命へ大きな被害を及ぼしています。二度とこういう苦しみを起こらない世にしたいものです。

さて、ケアセンター成瀬の現在の様子は、すでにお知らせの通り大改装の最中です。あちらこちらにブルーシートを張り巡らし、ガンガンと大きな音や、振動

をさせて急ピッチで工事を進めています。

デイサービスを受けている利用者の方々は、今では新装なった地下のフロアでいつものように、楽しんで過ごされていますが、一時は趣味活動や学習の時間など、大分窮屈そうでした。住民の会の事務局も移動が続いて、ホットコールをする時以外は開店休業状態、3月末の完成が待ち遠しいくらいです。

それでも何か緊張した雰囲気や伝わってきて、共に前向きに進まなければという気分になっています。

ショートステイが無くなったことは残念ですが、超ミニであったも、この町に温かく家庭的な特養施設ができることを期待し、デイサービスと共に、素晴らしい高齢者センターであるよう、住民の会としても末永く協力していくことを心か

ら願っています。

今年は、ダンケムジークのコンサートをはじめ、ケアセンター成瀬まつりを盛大に開催し、地域の皆さんとの交流を深めたいと思います。

喫茶「花みずき」が施設利用者ばかりではなく、地域住民の温かい集いの場として大いに活用できるように、住民の会は協力していくつもりです。



ケアセンター成瀬住民の会

平成二四年度 通常総会のお知らせ

日時 四月二二日（日）

午前十時～十二時

場所 ケアセンター成瀬

デイサービスルーム（旧地下ホール）

ケアセンター成瀬住民の会 臨時総会開催のお知らせ

日時 一月二九日（日）

午前十時～十二時

場所 ケアセンター成瀬

デイサービスルーム
（旧地下ホール）

りんご箱93号目次

* 新年への思い p 1
* ただいま大改装中 p 2, 3
* シリーズ介護技術講座 第二回 口腔について p 4, 5
* 創和会通信 p 6
* NPOアップルサービス p 6
* ボランティア親睦会 p 7
* ダンケムジークから 創和会へ寄付 p 8
* 編集後記 p 8

大改装中



12月末の様子 1階、2階

昨年10月に始まった「ケアセンター」の改装工事が順調に進んでいる。まず地下ホールから始まった工事は、予定どおり11月末日にはデイサービス

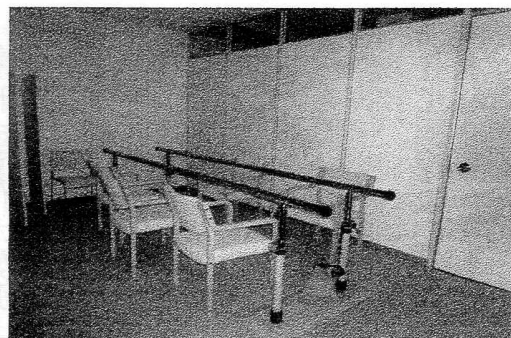


デイサービスルーム

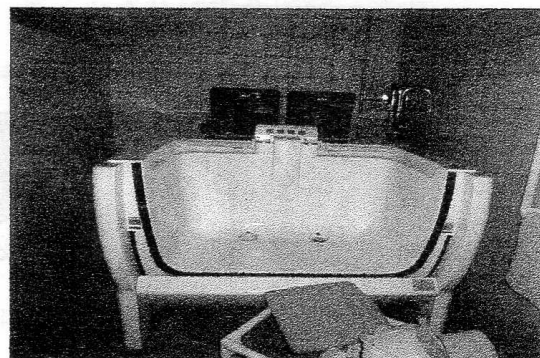
スを行うホールとリハビリテーション、浴室部分が完成した。12月4日の日曜日には1階に仮移動していたデイサービス部分が、職員休日返上での引越しとなった。以前あった舞台を取り払い、段差がなくなつたためか、とても広い空間に見える。

廊下を挟んで歩行訓練等を行うリハビリテーションの部屋と浴室がある。浴室は3ヶ所。車椅子ごとに入れるような大きなゆつたりとした浴槽と中くらいの広さのもの。それと普通の浴槽が1ヶ所と並んで設けてある。

12月5日から早速この場所での通常のデイサービスや趣味活動が行われている。その他いろいろな催し物の会場に使われるという。1月15日(日)にはボランテニア親睦会が行われた。



リハビリテーションなど多目的室



側面開閉式浴槽

全てが白い浴槽で、とても清潔に見える。自分の家で入浴することも、が困難になられた方々も、このお風呂なら安心して気持ちよく入れることだろう。



ただいま

さて、1階を見てみよう。通りがかりにご覧になっておられる方も多いだろうが、南側「住民の会入り口」、「シニアカフェ」花みずき」の室内は1月半ば、荷物置き場の様相であった。出来上がったらどのような「花みずき」のスペースになるのか、4月の再開が待たれる。



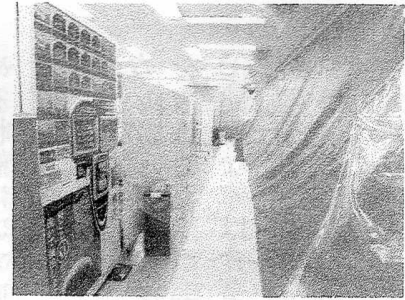
4月完成時には「住民の会」も以前からあった南側の入り口近くに移動する予定だ。

「住民の会」の少し先に「花みずき」でお馴染になった飲み物の自動販売機が鎮座している。

「花みずき」で飲むように椅子に座ってゆっくりは

できないが、立ち飲みをしながらしばしお喋りを楽し

む人々を時折見かける。



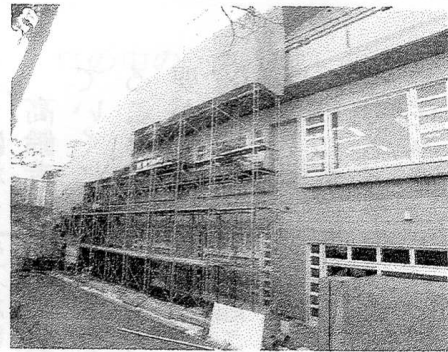
12月に工事のため休んだ厨房は1月には再開し、温かい昼食をデイサービス利用者へ提供している。

(1階にある創和会は、1月17日に南側入り口付近に移動して事務を行っている。このように場所をど

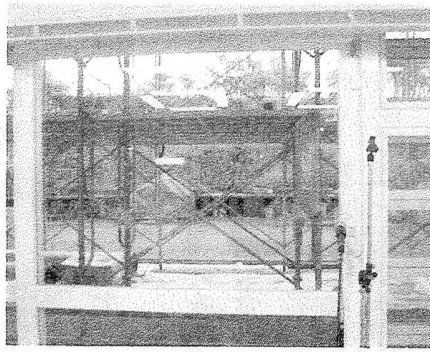
東側の庭にはいくつかの倉庫が新たに設置され、いろいろな用具が一時保管されているという。

園芸グループのボランテニアの方々の手によっていつも綺麗に清掃され整えられている庭も、今は作業道具などがあつたりするが、

春になれば美しい緑の庭をまた見られることだろう。



東、庭側から見た風景

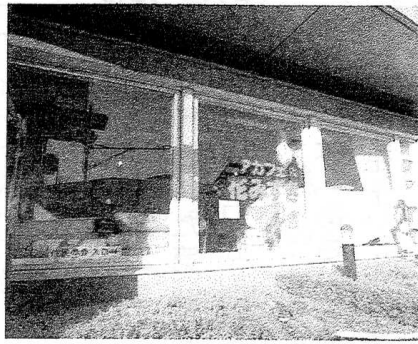


地下ホールから庭を見る

10月以降、午前9時近くになると、ダダダダダッという機関銃のようなさまざまな連続音が聞こえる。「あつ、やっっているな」とご近所の方々への申し訳なさと、着々と進んでいる実感がして、安堵の気持ちも沸く。

ご近所にとっては大騒音。そしてそれはデイサービスに来られる利用者の方々にとつても職員にとつてもそうである。お互いの話し声が聞こえない。電話の音が聞こえない。工事の音が途切れると、ワツとばかりに電話を掛け捲るのだそうだ。そしてこの寒い中、地下ホール以外はいま集中暖房がきかない(デイサービスの部屋は暖房がきいている)。1階で仕事をしている職員の方々は小さな暖房器具と厚着でこの冬を乗り切るうとしてしている。

皆がそれぞれ小さな我慢と頑張りでこの春を待ち望んでいる。あと少し。もう少しで春が来る!



では、「住民の会」の窓口はどこにあるのだろうか?

シリーズ介護技術講座

第二一回 口腔の働き

今回は平成22年9月14日に行われた第23回施設内研修の「口腔の働き」について。

講師は「あさがお歯科」歯科衛生士、小島早苗先生。

口腔ケア講習を始める前に

4年ほど前から、「口腔ケアの大事さ」を訴える介護、医療関係者が増え、最近よくケアマネージャーからも嚥下についての質問を受けることがあります。

ただ、口腔ケアや嚥下の話はよくですが、実際の所はどうでしょうか？

デイスタービスでの検診などのデイスタービスを見ても、治療が必要の方は80%以上になっていきます。たとえば、10人の検診を行うと、8人が何らかの治療が必要ということとなります。このデイスタービスをみても利用者や家

族、介護医療関係者の口に対する意識はまだまだ低いと言えます

うです。

歯科治療を受けられる方の大半は、義歯等のトラブルで食事がとれなくなるか、痛みが出てからあわてて、という方がほとんどです。やはり、体の内疾患には皆さん注意しますが、歯のほうは後回しになってしまっているようです。

利用者の所に週一回のペースで歯科治療に入るとして、残りの6日間は家族やヘルパーの助けが必要となると、「うがいをしたから」「あまり歯がないから」とケアを怠っている方も多いようです。利用者の食事の楽しみを失わせないためにも、歯科医院だけではなく、家族や介護、医療関係者と連携を取り、一人の利用者に対して皆で見守ることが大事になっていきます。その中でも、注目しているのが、デイスタービスやシ

ョートステイです。在宅介護を受けられている方の「最後の砦」と言っていると思います。家での口腔ケアが出来ない方が外のサービスを使っている間だけでも、口腔ケアをしつかりすることににより、口の環境がすぐく変わります。もう一度原点に戻り、みんなが口腔ケアの重要性を考える事が大事だと思います。

口腔ケアの重要性

*口腔ケアは、なぜ必要か？

80歳で20本の歯を残すことは一つの目標。たとえば歯が少なくても治療して噛める状態にいくことが大切。歯の問題というものは、死に直結するわけではないが、生きるために栄養を取ることが重要。

①健康な体は食事から

要介護高齢者の日常生活では、食事が一番の関心事で、介護施設入所者の約40%、他県では在宅訪問を受けられている高齢者の約30%は低栄養というデー

ターがある。

低栄養の問題点は、免疫力が落ち、肺炎を起こしやすくなる。衰弱して歩行が出来なくなる、尿路感染を起こし、最後には褥瘡(床ずれ)ができて死に至る。

口腔の問題で、低栄養を引き起こす事がある。

ブリッジや入れ歯、虫歯などが原因で食べられない方が、その原因をすべて治療し、入れ歯で食べられるようになり、歩行不可能から立てるようになり、三ヶ月後には一人で歩行できるようになった方がいる。

高齢者の生活を高めていくには、口腔ケアがあることをもう一度考える必要がある。

②口腔細菌から起こり得る病気

いつも清潔にしている口腔でも、百億を超える細菌が住み着いている。また、歯周病などがある場合、数千億にも達する。さらに介護の必要な高齢者の口腔内では、バイオフィーム集団

となり、一兆個の細菌数になってしまう。それらの口腔細菌は唾液に混入し、中枢血管障害などの要介護高齢者の下気道に入り込めば、誤嚥性肺炎を起こしてしまう。

デンタルプラーク細菌は、頻繁に血液に入り込んでいくことが証明されている。

歯周病性細菌などが血液に入り込み、菌血症、敗血症、細菌性心内膜炎の原因になり、動脈硬化などに関わるということが示されてきた。

また、口腔・咽頭部の細菌は、インフルエンザウイルスの感染を助けるプロテアーゼやノイラミニダーゼを産出する。それらの細菌数を増やさないためにも、口腔清掃が大切である。

③歯周病が影響する全身疾患

- 患
- ・脳梗塞
- ・脳血管性認知症
- ・メタボリックシンドローム
- ・糖尿病

- ・心臓疾患
 - ・誤嚥性肺炎
 - ・腎炎
 - ・早産、低体重児出産
 - ・関節リウマチ
 - ・パージャヤー病
 - ・皮膚の病気
- *摂食・嚥下障害とは？**
- ① 食物を口腔から胃へと送り込むことの障害
 - ② これから食事が始まるという認知や、食物の視覚的識別の低下
 - ③ 唾液の増加など、食物の存在や匂いに対する生理学的反応の低下
 - ④ 嚥下障害では、嚥下動作の準備と位置付けられたきた知覚及び運動神経の働きの障害も含む。

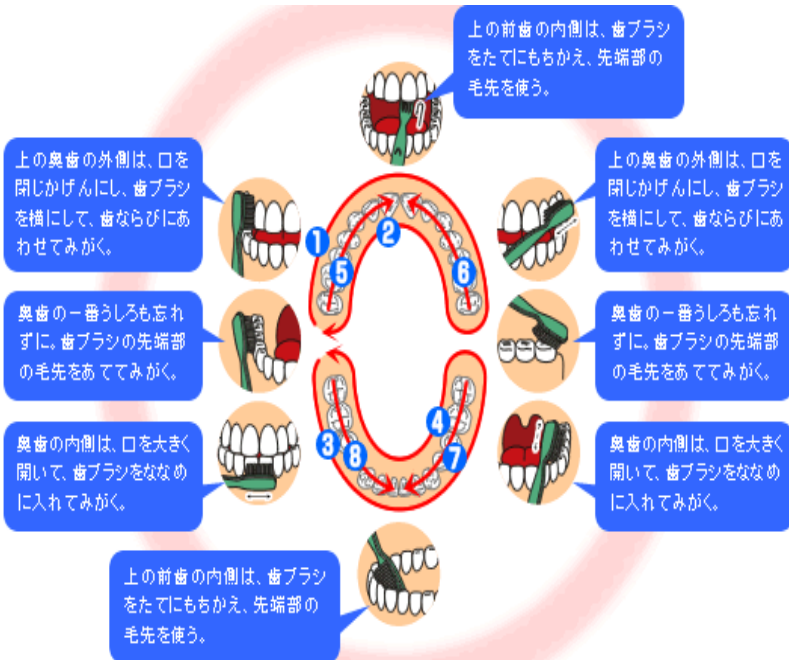
- て口から喉へ送り込む
 - ← ④ 咽頭期…食塊を喉から食道へ送り込む…嚥下反射
 - ← ⑤ 食道期…食塊を食道内から胃へと送り込む…蠕動運動と重力
- *摂食・嚥下にまつわる用語**
- ・誤嚥(ごえん)…食物などが声門を越えて下気道に侵入すること
 - ・誤飲(ごいん)…食物以外のものを誤って飲み込むこと
 - ・喉頭内侵入(こうとうないしんにゆう)…食物などが咽頭前座に侵入すること
 - ・不顕性誤嚥(ふけんせいごえん)…誤嚥してもむせがない状態

- *摂食・嚥下障害が疑われる症状**
- ・むせる
 - ・食事をすると喉がゼロゼロという
 - ・飲み込みにくい
 - ・食物がのどの奥でつまる感じがする
- *老化に伴う摂食・嚥下機能の低下原因**
- ・歯の喪失による咀嚼力低下
 - ・口腔・咽頭・食道などの嚥下筋の筋力低下
 - ・粘膜の知覚、味覚の低下
 - ・唾液の分泌減少、性状の変化
 - ・咽頭の下降
 - ・無症候性脳梗塞の存在
 - ・注意力、集中力の低下

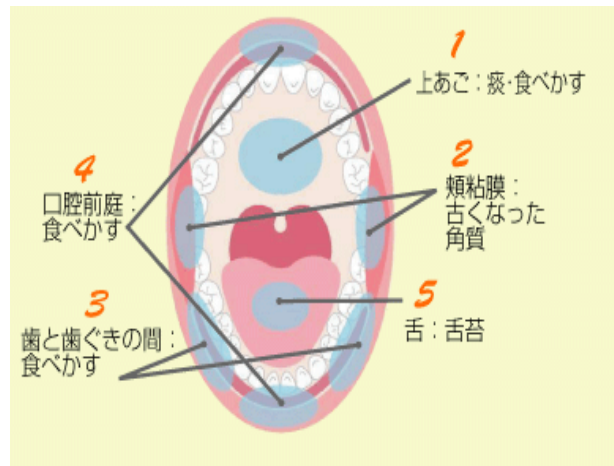
歯の磨き方の手順

- 使用
- ・ブラシは柔らかいものを使用
 - ・歯は下から上に磨く
 - ・外側から内側へ歯と歯を一本一本優しく丁寧に

歯磨きの手順 (介護クラブ HP より引用)



口の中の汚れやすい部位・特徴 (和光堂 HP より引用)



入れ歯をいれると姿勢がよくなる。入れ歯は下歯からはめるとやり易い
文責・山岸

創和会通信

新しいデイサービスフロアが
完成しました

創和会 副施設長 鈴木知明

施設内改修工事に伴って、デイサービスの提供場所を昨年9月19日より1階食堂で仮営業を行っていましたが、12月4日に新しくなった地下への引っ越しを行い、12月5日よりサービスを提供する事になりました。

一部、全体工事の進捗の関係で仮設天井を張ってある所もありますが、空調設備も一新され利用者の皆様には快適にお過ごし頂く事が出来るようになりました。



ただ2階特養の開設に向けて本格的な解体工事が始まり、騒音と振動が段階まで響き利用者の皆様には大変ご迷惑をお掛けしており、

心苦しく思っています。大きな騒音も1月中旬ころには解消される予定です。

新しいデイサービスの提供場所については、すべてのサービスが地階で完結することになり、上下の移動は送迎時のみとなりました。

浴室については、機械浴槽を2基導入し、今まで以上に快適に安心して入浴できるようになりました。又、職員の負担を少なくすることも出来たと感じています。

食事については1月より、温かい食事は温かく、冷たい食事は冷えた状態で召し上がって頂けるように温冷配膳車を新たに導入しました。

デイの昼食時には

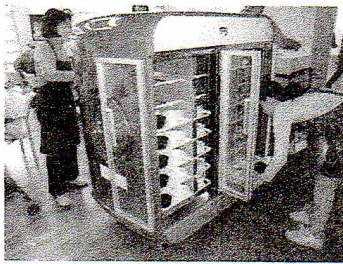
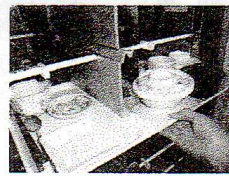
温冷配膳車が活躍↓

午後のレクリエーションについても今まで以上に落ちて着いて楽しめる場所の確保に努めました。



スタッフ一同、今まで以上に快適・安全・安心して楽しくサービスを受けて頂けるように頑張りますのでよろしくお願い致します。

一つのトレイ上で
同時に保温保冷が
できます ↓



新年おめでとうございませう。工事現場に取り囲まれた中、1月4日から厨房が再び稼働できるようになりました。

(約1か月間の休業中、利用者の皆さんには外部のお弁当が提供されました。)

当初の工事日程では厨房関連工事は3月の予定だったので、2階ショートステイ部分の解体が急がれたため連動して真下の厨房空調工事が急遽12月5日から始まったのです。

ほぼ一か月間、厨房は全く使用できず、事務室も出入り禁止、冷凍冷蔵庫も電源を切るため使用不可となりました。

厨房や事務室には多数の食器、調理器具、食品、衛生関連品、書類等があるため、年末年始は工事の粉塵を防ぐ目張り、搬出、覆い作業とその復旧作業に追われました。

ケアセンターの厨房再開!

予定通り1月4日に支障なく再スタートでき、ホッとしています。

このたびはデイサービス用に、28名分の食事を収納できる温冷配膳車が導入されました。

温かい料理と冷たい料理を同じトレイ上で各々保温保冷できる機能が付いているので、理想的な温度状態で食事をお出しできるようになりました。保温用の蓋付き食器も新品でピカピカ・・・

利用者の皆さんの評判は上々です。

献立や調理法、作業工程スタッフ配置も温冷配膳車対応に変わりました。

まだまだ工事続行中の一階です。ブルーシートの隙間を縫って作った細い通路を通過して大きくなった温冷配膳車を移動するには技術を要します。

常に変化と工夫が要求される厨房では3月の特養開始に向けて更に忙しい業務が続きます。

(NPOアップルサービス

高綱美智子)

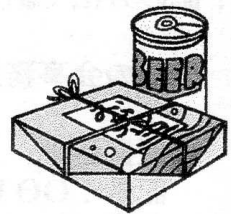
お正月気分が残る1月15日(日)、新装なったケアセンター成瀬地下ホール(デイケアルーム)で恒例のボランティア親睦会が開かれ、70名近い参加者が楽しいひとときを過ごした。

例年は年末に開かれる親睦会だが、今回はケアセンター成瀬の改修工事の関係で年が明けてからの開催。永井まちさんの名司会で始まった会は創和会、住民の会、アップルサービスの各代表挨拶に続いてゲストの永渕武臣さんと小野節子さんによるおめでたい大黒舞も披露され、新年会を兼ねたような賑やかな雰囲気にも包まれた。

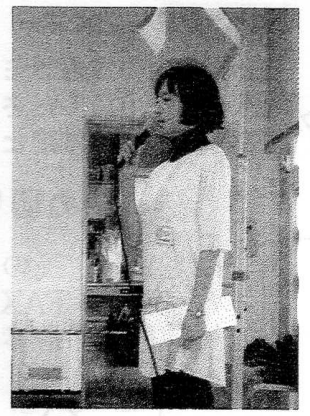
集まったボランティア50数名は普段は各々のグループや委員会に分かれて活動しているため顔を合わせる機会があまりないが、各グループのメンバー紹介や仕事の内容に耳を傾け、美味しいお料理を食べながら仲間たちとの交流を深めた。



ボランティア親睦会



2012年
1月15日



また、リニューアル工事に伴う建物内の変化や新しい機器が大型スクリーンで紹介され、出席者は次のステージへ向かって進化するケアセンターの姿を実感することとなった。

食事の運搬用に使用が始まった「温冷配膳車」には特に関心が集まり、食器やトレーを含む実物を使っての説明に一同興味津々の表情だった。デイの食事環境は今後一層改善されていくことだろう。

新しく導入された機械式浴槽を映像で見ると輪切りにした断面図のようだ。(写真は2ページ)
なんと、椅子に座ったまままで入浴できるとのこと。
「ご希望のかたは本日、体験入浴もできます」と紹介された。

この日実際に湯あみを楽しんだ人がいたかどうかは未確認だが、こんなふうな様々な最新情報に生で接することができ、親睦会出席者達は充実感とともに帰途についた。

