

Heart News

生活 第297号 2024.5 発行

友だち募集中!



青藍会Facebook



4月19日、山口県庁でこいのぼり掲揚式が行われ、市内の幼稚園、保育園、認定こども園の子どもたち約 200 名が参加しました。青藍会グループからは、はあと保育園中央の5歳児クラスの子どもたちが参加し、村岡嗣政県知事と一緒にこいのぼりを掲揚し、県警音楽隊の演奏を楽しみました。

INDEX

- P2~3 老人保健施設と通所リハビリテーションの連携で在宅復帰をサポート
- P4~5 飲み込みサポートセンター「お口の手帳」活用術
- P6 ハート掲示板
- P7 介護福祉士実務者研修受講生募集!!
- P8 私たちと一緒に働きませんか?

老人保健施設と通所リハビリテーションの連携で在宅復帰をサポート

老人保健施設
ハートホーム山口
事業所長 作業療法士



ハートホーム山口
デイケアセンター
事業所長 理学療法士



2024年度の介護報酬改定で在宅においても医療ニーズへの対応や機能の維持回復を退院・退所後に早期に開始することが推進されています。カンファレンスの参加やリハビリテーション計画書の入手など必要なリハビリテーションが継続できるよう情報共有も促されており、連続的で質の高いリハビリテーションの実施を求められています。

2021年度の改定ではリハビリ、栄養、口腔の取組が一体となって運用されることで、より効果的な重度化予防が推進されてきました。

そこで、ハートホーム山口では老人保健施設（以下、老健）とデイケア（通所リハビリテーション）が連携することで退所後、リハビリテーションや介護支援が継続できる体制を整えてきました。さらに強化を図るため、リハビリカンファレンスや相談員同士の情報共有会議で、退所の近い利用者様の情報を共有するようにしています。

今回は、その中で急性期病院からの退院後老健でリハビリを行い、老健退所後はご自宅へ戻られて通所リハビリに通いながらお元気に過ごされているご利用者様の例をご紹介します。

年齢：67歳 要介護：4

疾患：脳梗塞、糖尿病、過活動膀胱

入所時のコース：リハビリ在宅復帰コース

45歳頃より単身赴任で東京へ。定年後も勤められていた。2021年2月ふらつきを主訴に受診、脳梗塞の診断にて東京の病院へ入院となる。退院許可ができるも自宅での独居生活困難なため、自宅に近い山口で継続したリハビリを希望され、ハートホーム山口へ入所となる。

老健での取り組み

◎入所時の状態

脳梗塞後遺症に伴う身体機能障害

- ・左半身麻痺（可動域制限・筋力低下・感覚障害）
- ・左下肢荷重時痛
- ・高次脳機能障害（注意障害・左半側空間無視）
- ・構音障害

◎活動への制限

- ・坐位、立位姿勢アライメントの崩れ
- ・排泄コントロール（頻尿）
- ・自宅内を車椅子での移動困難
- ・住環境整備（玄関の段差・駐車場の不整地の移動）

◎退所に向けての目標

- ・自宅内の杖歩行
- ・玄関の段差昇降
- ・トイレ動作の自立

リハビリ内容は、筋力訓練・ステップ動作訓練・歩行訓練、プリント課題の提示や口腔体操の提示にて自主トレーニングを中心に実施をしました。自宅内での車椅子移動が困難なため、4点杖を使用し麻痺側への荷重を意識してもらい、立位バランス訓練や歩行訓練を実施しました。自宅内であれば4点杖で安全に移動は可能になりました。



老健退所後の生活に向けた歩行訓練

排泄は過活動膀胱によりトイレに行く回数が多いため、トイレ間隔を2時間空けるように排尿コントロールや生活サイクルの修正を行いましたが、我慢が出来ないことがあるため、在宅でも継続する必要があります。

下位更衣の自立を目指して立位バランス訓練を実施し、介助と手摺りがあれば立位バランスを安定させることができるようになりました。

また、ご家族より「自宅前の砂利道歩行でのふらつきが多く、介助するのが怖い」や「自宅の段差がうまく乗り越えられない」、「車の乗り降りが難しく転倒してしまいそう」といった課題が出てきたため、動作の分析・動作改善・動作指導を行い、

家族への介助指導も実施しました。上記のリハビリにて退所頃には安定した杖歩行や車の乗り降り、見守りでの段差昇降ができるようになり、トイレ動作の介助量も軽減することができました。

ADL能力（老健入所中）

	入所時	退所前
食事	10	10
移乗	10	10
整容	0	0
トイレ動作	5	5
入浴	0	0
平地歩行	5	10
階段昇降	0	5
更衣	5	5
排便コントロール	5	5
排尿コントロール	5	5
合計	45	55

自宅退所後は入所中よりも必然的に活動量が減ってしまうので、介助量や転倒の危険性の増加を予防するために、退所後も継続してリハビリが可能である通所リハビリテーション（デイケア）のサービス提案を行いました。なかでも、自宅の環境や介助量の問題で自宅での入浴が困難だった為、入浴支援もあるロングコースをおすすめしました。入浴支援があるというメリットだけでなく、活動量の確保、家族の休憩時間にもなります。入所中に体験利用も可能であり、ご本人もどのような場所なのか、何をするのかを把握できます。

デイケアの利用が決まってからは、日課を遂行してもらい坐位耐久性の向上を図りました。不整地に関しては車椅子での移動を家族に指導することで解消をすることが出来ました。

デイケアでの取り組み

自宅での移動を継続して実施できるよう4点杖での歩行訓練を実施するとともに、平行棒内での体操に参加することで基本動作を繰り返してもらい、家族の介助量軽減を図りました。立ち上がりから移乗までの動作は自立することが出来ました。

排泄は、デイケアでもトイレ間隔を2時間空けることを継続していますが、日によってばらつきがみられています。家族とのお出掛けにつなげられるようデイケアでの外出訓練には積極的に参加するよう促しています。



立ち上がり、立位の自立に向けた訓練

ADL能力（老健退所後）

	退所時	デイケア
食事	10	10
移乗	10	15
整容	0	0
トイレ動作	5	5
入浴	0	0
平地歩行	10	10
階段昇降	5	5
更衣	5	5
排便コントロール	5	5
排尿コントロール	5	5
合計	55	60

現在はADL能力の低下はなく老健とデイケアを併用しながら在宅生活を継続されています。入所中から歯科治療を実施し、在宅復帰後は訪問診療で治療を継続して受けられており、栄養・口腔においても一体化した支援を実施することが出来ています。

今後も老健とデイケアの連携を強化していくことで、退所後もリハビリテーションを継続してもらい、住み慣れた環境での生活を支援していきます。

問い合わせ先

老人保健施設ハートホーム山口（担当：福田）
ハートホーム山口デイケアセンター（担当：林）
T083（933）6000

飲み込みサポートセンター「お口の手帳」活用術

近年高齢化に伴い、飲み込む力が弱くなっている方が増えてきています。

健康状態に問題がない状態でも突然の病気や怪我などで入院することになり寝たきり状態が続くと、体力や筋力が衰えて飲み込みの障害（摂食嚥下障害）を患うことがあります。病院では原因疾患が治癒すると退院となるため、患者様は退院後どのように嚥下障害と向き合えば良いのかわからないといったケースが増えているようです。そこで、施設や在宅でも飲み込み・栄養サポートが継続できるよう、歯科医師・歯科衛生士・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・看護師・管理栄養士がチームになって口腔や栄養にも特化した取り組みを行うために発足したのが**飲み込みサポートセンター**です。

青藍会の飲み込みサポートセンターでは飲む・食べるが様々な事情で難しくなったすべての方を対象としています。定期的に飲み込みサポートのチームが集まり、飲み込みサポートの周知、今後の取り組み内容等意見を出し合い、検討しています。



歯科医、歯科衛生士、管理栄養士、言語聴覚士、看護師、リハビリ職員の多職種で行うカンファレンス

高齢化社会となり、飲み込みの障害（摂食嚥下障害）のある方が増加し、多くの方が治療や指導を受けて生活されています。嚥下障害のある方が退院、退所されて自宅に戻られた時、その方のみならずご家族も嚥下障害についてどのように向き合っていくか、チームとして在宅の方にどのようにサポートしていくかが最初に出た議題でした。

青藍会では病棟を退院、老健を退所される際に栄養や口腔面の情報提供はこれまでも書面でご家族やケアマネジャーに行っていました。ただ専門職が思う以上に相手に分かりやすく伝えきことは難しく、嚥下障害の対応について広く普及することは困難でした。

お口の手帳

この状況を打破するために、おくすり手帳や血圧手帳のようにご利用様が持ち歩いて、一目でご利用様が何をどのようにして食べ、どのような点に注意が必要か、などがわかる**「お口の手帳」**を作成しました。手帳をお使いになる利用者様の口腔内の状態や食事場面、日常生活で気を付けることといった情報を、サポートする多職種の職員が記載して連帯していくことでご本人、ご家族を含め情報共有できるようになりました。

「お口の手帳」という名称はこれを持っているご利用様が歯科を受診したり、施設を利用したりする時に嚥下障害があることが周囲に分かりやすく、医療機関などで適切なサービスが受けられるイメージから考案しました。

これまで歯科受診でどのような治療をしたのか、歯周病や虫歯について治療の緊急性があるのか等情報共有が難しかったのですが、歯科受診の際に歯科医師や歯科衛生士に記入していただけるページも設けています。

お口の記録

記入日 ○年 ○月 ○日
 医療機関名 あんの循環器内科 歯科

このページは医療関係者が記入してください

口腔ケア

- 歯ブラシ
- タフトブラシ
- 歯間ブラシ SS(S)M L LL
- 舌ブラシ
- スポンジブラシ
- ガーゼ (ケアティッシュ)
- 保潔ジェル 剤名 _____

使用するケア用品に○をつけたい

うがい

- ガラガラうがい
- ぶくぶくうがい
- ふきとり
- 吸引

舌苔

食事の状況 1 記入日 ○年 ○月 ○日

栄養状態 身長 147 cm 必要栄養量(1日) 1291 kcal
 体重 42.7 kg 目標水分量(1日) 1200 ml

食事 回数 3 /日 (朝・昼・夜) ()
主食 米飯・(軟飯)・全粥・分粥・ミキサー・ゼリー
副食 常食・(軟菜)・(ひと口大)きざみ・(ひと口/とろみ)・ミキサー・ゼリー
 ※食形態・とろみについては、最後のページを参照してください。

補助栄養 (なし) / 経口 / 経鼻経管 / 胃ろう / ()
 回数 /日 栄養剤流動食名

水分 ゼリー・濃いとろみ・中間のとろみ・(薄い)とろみ・とろみなし
 とろみ剤名 つるりんこ
 水 100 mlに、とろみ剤 1.0 g

おくすり 経口 / 経鼻経管 / 胃ろう
 水・ゼリー・(とろみ)・()
 (錠剤)・簡易懸濁・粉砕

医師・看護師・ST(言語聴覚士)・栄養士・()
 医師 種別名 あんの循環器内科 氏名 ○○

食への方 座位(車椅子座位・椅子座位) / リクライニング ()度
 自力摂取可能・(見守りで可能)・一部可能・全介助

使用食器 ティースプーン デザートスプーン カレースプーン
その他必要な道具 介助食器 自助具 滑り止めシート その他()

食事時間のめやす 20分
 交互嚥下(ゼリー・とろみ)
 複数回嚥下
 うなずき嚥下(あご引き)
 声がきれいなことを毎回確認

姿勢・ポジショニング注意事項 ※必要な場合は写真貼付
 左片麻痺のため 食事は右側に置いてください。
 食事のペースが速いときは ゆっくり食べるように右側から
 声かけをしてください。

老健やデイケアでは言語聴覚士が食事の状況を記載できるようにしています。

またお口の手帳を日常生活の中で継続して使用していただけるように、1つの取り組みとしてスタンプカードを手帳の中に入れてあります。デイケアでは、通所ご利用時に口腔ケアをされると1回につき1個スタンプが貯まるシステムとしました。スタンプが貯まると歯ブラシやはあと農園のお菓子和交換できるようにしました。はあと農園のお菓子は季節によって変わるのでご利用者様も楽しみにされています。

ご利用例

今回老健退所後にデイケアに通われている方に実際にお口の手帳を使ってみての感想をインタビューしてみました。

【老健退所後にデイケアをご利用中のA様】

・お口の手帳についてどう思いますか？

——老健を退所する時にいただきました。退所前に専門の職員の方が口の中をチェックして記載してくれました。丁寧に手帳の説明もしてくれたので、嬉しかったです。

・ご家族の反応はどうでしたか？

——息子が遠方に住んでいるので見せていません。手帳をいただいたことは伝えました。デイケアで

気をつけていただいているので感謝しております。口腔ケアを頑張って継続してほしいとのことです。

・実際に使ってみてどうでしたか？

——スタンプを貯めるために口腔ケアを忘れないようにしたいと思います。自分のことがこの一冊にまとめてあるので助かります。

まだお口の手帳を使った活動については取り組み始めたばかりですが、前向きに取り組んでくださる利用者様が多く嬉しく思います。



言語聴覚士がお口の手帳を使って食事の状況を説明

問い合わせ先

飲み込みサポートセンター

☎ 0120 (2) 81056

ハート掲示板

● はあと親子勉強会「今、楽しみながらできることってなんだろう」

4/20(土)に、はあと保育園新山口で、はあと親子勉強会を開催しました。日々の子育ての中でとても大切な「ふれ合い」について、タイミングや触れる場所など、日頃の生活の中で楽しみながらできる親子の関わり方について、小児専門の作業療法士とともに学びました。また、布団を丸めてそこによじ登るなど、家の中にあるものを工夫して使う遊び方や、子どもの成長に大切な背中や足の裏の触れ方について、参加者と一緒に実践しました。



● 「スマホくん」

昨今のデジタルデバイスの普及に伴い問題となっているスマホ依存症の低年齢化ですが、この度下関市のかねはら小児科の石本 美香代先生が著者の絵本「スマホくん」が出版されました。こちらの絵本の出版にあたっては、青藍会グループも趣旨に賛同し、協力しております。ハートクリニック新山口で発達相談外来をしている岡桃子医師も医学解説で携わっています。是非お手にとり、ご家庭でスマートフォンの使い方について親子で話し合うきっかけにいただければと思います。



● ソフトクリームはじめました

はあと農園では、これからの季節に向けてソフトクリームの販売を始めました。7種のトッピングの組み合わせで様々な味・食感のソフトクリームをお楽しみいただけます！是非お立ち寄りください。



～MENU～

バニラ	350円	★トッピング (各50円)
いちご	350円	・いちご
ミックス	350円	・マシュマロ
カップソフト	400円	・チョコレート
		・キャラメル
		・きなこ
★コーン		・ナッツ
フラワーコーン		・コーン
ワッフルコーン		



カップソフトにコーンのトッピングも人気です☆自分のお気に入りの組み合わせを見つけよう！

2024年度第1回 介護福祉士実務者研修

通信
課程

受講生募集!!

国家試験
「介護福祉士」
受験に必須!

経験豊かな講師が教えます!

青藍会職員には受講料免除制度あり!

日程詳細

6月：13 (木)・20 (木)
7月：11 (木)・18 (木)
8月：8 (木)・22 (木)
9月：12 (木)・19 (木)
10月：10 (木)・17 (木) 修了式

開講時間 9:00~17:30
(終了時間が異なる場合あり)

通学日
10日間

受講料金 (テキスト代含・税込)

保有資格なし	159,080円
介護職員初任者研修修了者 訪問介護職員2級修了者	129,080円
訪問介護職員1級修了者	95,280円
介護職員基礎研修修了者	43,080円

応募締切

2024年 **6月6日** (木)
(定員15名に達した時点で受付終了)

7月に開講予定!

「介護職員初任者研修」
「喀痰吸引等研修」



詳しくは下記お問い合わせまでご連絡ください。

実施場所

青藍会在宅医療支援センター
研修センター みずほビル2階
〒753-0813 山口市吉敷中東1丁目2-6

移動介助・実習ケアプラン作成・
医療的ケア実技など盛りだくさん!

問い合わせ
申し込み先

♥ 青藍会グループ 有限会社みずほ企画 キャリア開発課 担当：岡本・西

〒753-0813 山口市吉敷中東1丁目1-1
青藍会グループ本部 (ハートホーム山口内)

T 083 (933) 6000
F 083 (933) 6007
M info@seirankai.or.jp

申込方法

右記QRコードを読み取ってお申し込み
いただくか、左記のメールアドレス・
電話番号にご連絡ください。



資料請求

私たちと一緒に働きませんか？

■ 厨房スタッフ



無資格
未経験OK

正社員

時間/①7:00~16:00 ②8:30~17:30
③10:00~19:00 (休憩60分)

休日/月9日休み(1・5・8月は10日、2月は8日)

内容/厨房業務:盛り付け・配膳・食器洗浄など

パート

時間/8:30~19:30の間の4時間程度

勤務地/**キッチン はあと**(吉敷中東1-1-2)
ハートホーム 南山口(深溝803-1)

■ 介護士



正社員

時間/日勤8:30~17:30

早出7:00~16:00

遅出10:00~19:00

夜勤16:00~翌9:00

※表記の時間は一例です。詳細はお問合せください。

休日/月9日休み(1・5・8月は10日、2月は8日)

パート

時間/7:00~19:00の間の4時間以上

内容/介護業務:食事・入浴・排泄介助・送迎

勤務地/**ハートホーム 宮野**(宮野下2996-1)
ウェルネスセンター 中央(神田町1-4-2)
ハートホーム 山口(吉敷中東1-1-2)
ハートホーム 平川(黒川729-2)
ハートホーム 南山口(深溝803-1)

詳しくは
HPに掲載中!!

勤務地・時間・日数についてお気軽にご相談ください!!

お問い合わせ



青藍会採用サイト 採用LINE

TEL 083 (933) 6000

きのした とみなが おかざき
担当: 木下・富永・岡崎



山口県山口市



東京都世田谷区



♥ 青藍会コールセンター
0120 (2) 81056

青藍会 🔍

