



HIDAMARI

— 陽だまり —



あけぼの苑高崎施設長 新年の挨拶

介護予防のための豆知識

行事紹介

あけぼの苑高崎の活用例

新型コロナウイルス感染予防の対応について

編集後記

新年あけましておめでとうございます

あけぼの苑高崎施設長 高木省治郎

2023年 新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願い致します。

最近、杉浦敏之という医師が書いた「死ねない老人」という本を読む機会がありました。現代の日本には2つのタイプの「死ねない老人」が存在すると述べられており、一つは将来の希望や生きがいを見失ってしまい、死にたいと願ってしまいながら生きていかざるをえない「死ねない老人」と周囲の圧力によって不本意に生かされ、本人が望む場所で「死ねない老人」がいるというのです。

前者の「死ねない老人」については、日本では高齢者が「お荷物」とみなされ、高齢者自身も「自分たちは社会のお荷物」、「生きていて申し訳ない」と感じてしまう環境が背景にあるといえます。さらに年金を頼りにして「死なせない」パラサイト家族の存在、家族を混乱させる「遠くの親戚問題」等の「死ねない老人」を生み出す環境も指摘されています。高齢者を施設や病院に入れることで家族は安心してしまい、高齢者自身も「子供になるべく迷惑をかけたくない」という思いから、治療や介護方針に対し、子供や医師まかせとなり、自分の思いを主張しないことが多くなるということです。人生の終盤を住み慣れた場所で暮らすことができず、殺風景な病院や施設を転々とする生活が待っている。そういう将来を想像すれば、高齢者が生きる希望を持たず、暗澹たる気分になるのももっともだと著者は述べています。

一方、後者の望まない延命治療が生み出す「死ねない老人」については、医療・介護側の「どこまでも治療する」、「一分一秒でも命を長らえる」という延命至上主義の考えや医師にとって「死は敗北」という意識の存在が背景にあると述べています。加齢等の理由で経口摂取ができなくなり終末期と判断された高齢者への胃瘻などの強制的な栄養補給についても、虐待にあたるのではないかと疑問視して述べられています。実は、胃瘻などの人工栄養の実施推進の最も大きな理由は医師の「人工栄養（胃瘻）の差し控えは餓死させることと同じだと思う」という意見であるということです。オーストラリアのガイドラインでは、1) 無理に食事をさせてはいけません。2) 栄養状態改善のための積極的介入は倫理的に問題がある。3) 脱水のまま死ぬことは悲惨であると思い、点滴を行うが、緩和医療の専門家は経管栄養や点滴は有害と考える。4) 最も大切なことは入所者の満足感であり、最良の点滴をすることではない。という方針が明確に示されているということです。延命治療について尊厳死という言葉がよく語られます。日本では残念ながら、尊厳死に関する法案については意外にも筋萎縮性側索硬化症や脳性麻痺などの患者団体等の反対が強いため、いまだ成立していないと著者は述べています。

高齢でも人生に生きがいをもてるような社会づくりや家庭、家族環境の改善、終末期の高齢者が人生の最期までその人らしく生き、その人が望む医療の後に自然な死を迎えられるような社会をめざさなければなりません。われわれも微力ながら、今年も頑張っていきたいと思います。

謹賀新年

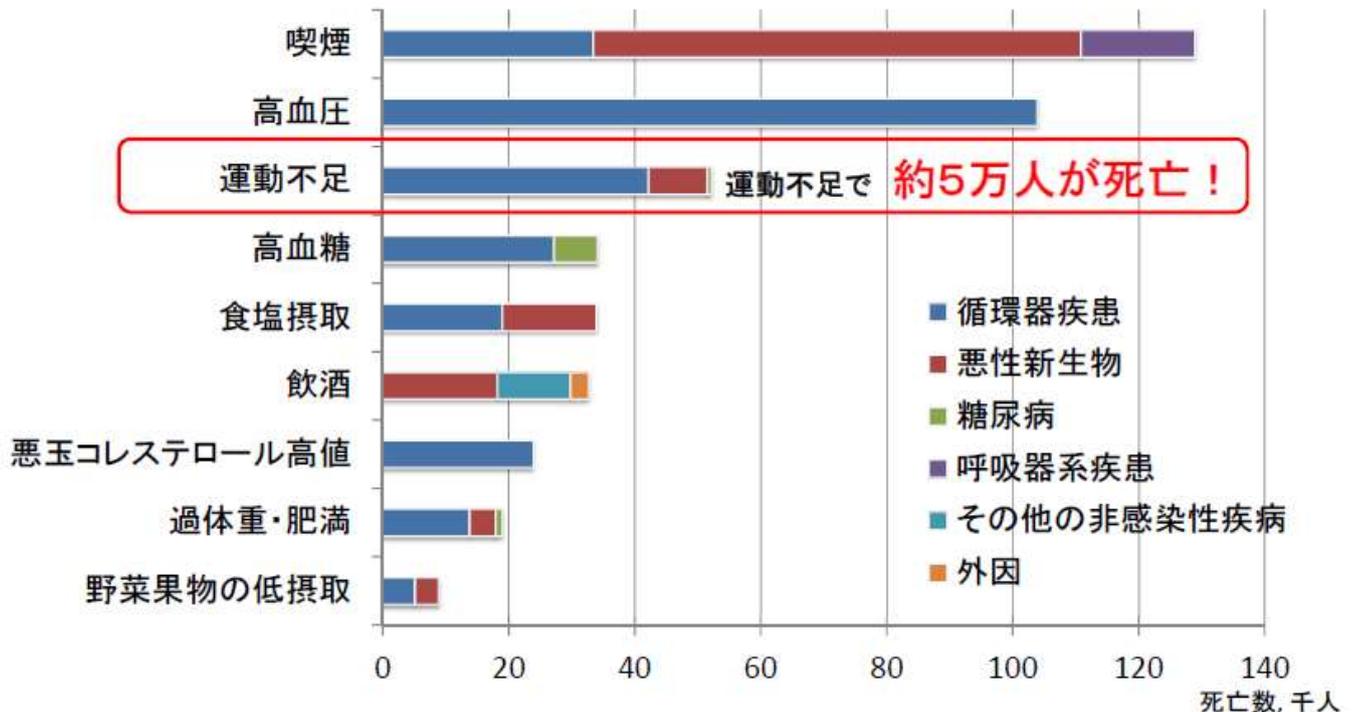


介護予防のための豆知識

超高齢化社会を迎える現代、介護を必要とする高齢者が増え、介護費の増大や介護職員不足など問題が山積みとなっています。そのような中で「介護予防」という言葉を聞いたことがあるかと思います。この介護予防で大切な運動についての豆知識をご紹介します。

わが国では運動不足が原因で毎年5万人が死亡！！

2007年の我が国における危険因子に関連する非感染症疾病と外因による死亡数



出典) THE LANCET 日本特集号(2011年9月)日本:国民皆保険達成から50年「なぜ日本国民は健康なのか」

厚生労働省によると、わが国では運動不足が原因で毎年5万人が死亡していると報告されています。それならば運動すればいい、と安易に考えますが、運動負荷については様々な意見があり、迷ってしまうものです。

厚生労働省が推奨しているものは、「65歳以上の方は、強度を問わず、身体活動を40分行う」です。「身体活動」とは、生活動作（家事、畑仕事）と運動（ウォーキング、運動施設に通う）のことです。また、テレビを見ながら筋トレやストレッチなどの“ながら運動”も効果的です。

安全のために・・・

誤ったやり方からだを動かすと思わぬ事故や怪我につながるので注意が必要です。

- ・からだを動かす時間は少しずつ増やしていく。
- ・体調が悪い時は無理をしない。
- ・病気や痛みのある場合は、医師や健康運動指導士などの専門家に相談を。

行事紹介

コロナ禍の中で面会制限によりなかなかご家族に会えず、外出もできずにいらっしゃる入所者様、自宅で生活されていても外出もままならず感染の不安も抱えていらっしゃるデイケアのご利用者様。皆様が少しでも多く笑顔になるよう、楽しい時間が過ごせるよう、月に1度の行事には職員一同力を入れています。今後も、より一層楽しい時間を提供していけるよう努めていきたいと思っております。

なお、行事の時の写真は当苑1階のエントランスホールの洗濯物置き場にも掲示していますので、お立ち寄りの際はぜひご覧になって下さい。

専門棟 9月は敬老会、10月は運動会、11月は秋の収穫祭を行いました。

9月



10月



11月



一般棟

9月は実験室、10月は秋まつり、11月は合同誕生日会を行いました。

9月



10月



11月



デイケア

9月は敬老会、10月はミニ喫茶、11月はお楽しみゲームをしました。

9月



10月



11月



あけぼの苑高崎の活用例



あけぼの苑高崎をすでにご利用されている方、ご利用をお考えの方、あるいはご近所やご親戚の方で介護にお悩みのある方など必見。あけぼの苑高崎には、様々な活用方法がありますのでぜひご覧ください。

自宅介護？施設？方向性が未定の方・家での介護継続に限界を感じている方

アセスメント（評価機関）として活用

- 多職種（PT、OT、ST、歯科衛生士、管理栄養士、医師、看護師、支援相談員、ケアマネ）が専門的に関与
- 24時間の観察でじっくりとアセスメント
- 地域のケアマネジャー、在宅支援業者と連携し、最良の在宅支援を検討
- お試しの外泊、短期的な在宅復帰など、柔軟に自宅での生活を模索
- 在宅が困難なら最適な生活環境を設定

風邪、帯状疱疹、ケガ、長期安静から心身機能が衰えてしまった方

専門的リハビリで心身機能の維持向上

- リハビリ専門職による個別リハビリ計画
- 有料老人ホーム入居中でもリハビリ専門職が「やる気の続く自主リハビリのプログラム」を提供
- 介護職による潜在能力を活かした生活リハビリ
- 管理栄養士が栄養供給状況をアセスメントし、リハビリ効果をUP！
- OT、ST、歯科衛生士により食事行為の維持・改善も
- 訪問、通所、短期入苑、長期入苑から最適サービスを選択

認知症の周辺症状にお困りの方

専門的認知症ケアの提供

- 脳外科を併設し（あけぼの苑高崎の敷地内にはるな脳外科を設置しています）、認知症の原因となっている疾病についての確定診断
- 診断に基づき、ご利用者様の思いを汲み取ったケアを提供
- 家庭で介護におけるケア方法についてアドバイスや相談
- 家庭環境を考慮しながら、施設での生活滞在時間をゆっくり確保し、じっくりと今後の方向性を一緒に考えていきます

～その他、こんな要望にも対応しています！～

認知症状の安定化

周辺症状の安定化を図る機関としてご利用いただけます。

食べる喜びをサポート

口腔・嚥下機能の維持・改善をサポート。歯科医師、歯科衛生士、PT、OT、STなど多職種が介入可能です。

排泄行為の維持改善に

排泄リズムを把握し適切な誘導でトイレでの排泄をサポート。夜間排泄や排泄後処理など、介護負担の改善を提案・支援します。

排泄行為の維持改善に

特養対象外、要介護1 or 2、家庭生活が困難、心身機能の向上が必要な方など、生活場所が定まらない方。アセスメントで最適な生活場所を探索支援します。

待機しながら個別リハビリ

GH、小規模、有料ホーム等の待機中でもリハビリ専門職による生活リハビリができます。

新型コロナウイルス感染予防の対応について

新型コロナウイルス感染が流行しており、あけぼの苑高崎では感染予防の対応をさらに強化しております。高齢者にとって感染症は命取りになりかねません。利用者様とご家族様には、今後もお不便をおかけすると思いますが、ご協力をお願いします。

以下に現在のあけぼの苑高崎の対応について、まとめましたのでご確認をお願いします。

あけぼの苑高崎の対応について

- ・入所者様のご家族含め、1階エントランス・事務所以外の入館を完全に禁止とさせていただきます。入所者様の洗濯物については、1階エントランスに洗濯物受け渡しの専用エリアを設けてあります。

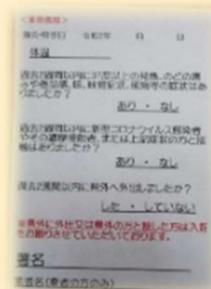


- ・面会はタブレット端末を用いたテレビ通話（10分間）で対応しております。予約制となっておりますので電話や事務所窓口でご予約をして下さい。

一般棟 月～土 10:15～、10:45～

専門棟 月～金 16:00～、16:15～、16:30～、16:45～

- ・1階エントランス含めあけぼの苑高崎に入館される方（洗濯物を取りに来た方、面会の方、業者の方など）は全員**マスクの着用**、**検温と質問事項の記入**のご協力をお願いします。正面玄関から入った正面に検温コーナーがあります。



- ・デイケア、ショートステイは通常営業いたしております。ご利用日当日は、ご自宅で検温等の健康チェックをして配布しているチェック表への記入をお願いしています。チェック表を忘れた場合は利用をお断りさせていただく場合もありますので、ご注意ください。
- ・デイケア、ショートステイご利用時は必ずマスクの着用をお願いします。マスク着用のない場合はご利用をお控えいただくこともありますのでご了承下さい。
- ・施設の感染予防として、感染しやすい環境の理解とその予防策・プライベート時間の感染対策・感染疑い発生時の対応方法・感染者陽性者発生時の対応方法の教育を職員に行っています。また、職員本人や家族に発熱または疑い症状がある場合は出勤停止としています。

※上記が現在の対応となりますが、今後、感染状況によってはデイケア、ショートステイの受け入れ中止など、対応が変わることもありますので、ご理解よろしく願いいたします。

～編集後記～



新型コロナウイルスとの闘い、ロシアによるウクライナへの侵攻、どちらも解決をみないまま新たな年が始まりました。辛い現実慣れるのではなく、今年こそ解決することを祈るばかりです。昨年、BONOガーデンと銘打って当苑敷地の一角に花や果樹を植えました。草だらけの土地を耕し小さな苗を植え、育てることの大変さを痛感した反面、雨や雹に負けずぐんぐん育つ草花のたくましさを知りました。日々の草むしりや水やりなど大変なことはありつつも、ご利用者様に花を摘んでいただいたりスイカ狩りをしていただいたりと楽しい思い出も沢山できました。今年は何が育つのか楽しみにしててください。

2023年がどんな1年になるのか、きっと今年も想像がつかないようなことが起こるのでしょうか、それがどうか明るいことであって欲しいと思います。

あけぼの苑高崎の基本理念～和 護 夢～

和：和やかな生活環境を提供するように心がけます。

護：より良い看護、介護を提供できるよう職員一丸となり努力いたします。

夢：夢と希望のある生活空間を提供いたします。



基本方針

- 1.利用者様一人一人の尊厳を守り、自立を支援します。
- 2.安心して満足のいくサービスを提供できるよう職員自ら研鑽に努めます。
- 3.地域や家庭との連携を密にし、地域福祉のために寄与します。

一般財団法人 榛名荘
介護老人保健施設 あけぼの苑高崎
群馬県高崎市上豊岡町827の1
TEL 027(343)2653
FAX 027(340)7118



Instagram



マスコット あかりちゃん

インスタやっています！
Follow me

介護老人保健施設 あけぼの苑高崎

日々の様子や情報をUPしていきますので、お気軽に閲覧やフォローをお願いします

こちらからアクセス >>



ROUKEN_AKETAHA