

一般財団法人 榛名荘 介護老人保健施設 あけぼの苑

ライフあけぼの

令和4年5月号

No.77



特集1 ノーリフティングケアの取り組み

特集2 サンクスカード・エクセレントカードの導入

口腔ケアの取り組み紹介

各棟 行事紹介・新入職員の紹介

職員インタビュー

～ノーリフティングケアの取り組み～

あけぼの苑では、3年前からノーリフティングケアを取り入れています。今回はその立ち上げメンバーで現在のノーリフティング委員長の今井稚菜さんにインタビュー。これまでの取り組みや今後の展望を聞きました。(I=今井)

Q 今井さんの経歴を教えてください。

I: 今年で入職して6年目になります。最初は榛名荘病院の脊椎チームでリハビリを担当していました。その後、令和2年にあけぼの苑に異動になりました。ノーリフティングケアについては、立ち上げのメンバーとして参加させてもらって、先輩方から引き継いで今年から委員長をしています。

Q ノーリフティングケアを始めた経緯について教えてください。

I: 介護現場を見ていて、職員の皆さんが腰に負担をかけている印象を受けました。また、病院勤務の時にも腰痛で入院している介護職の患者様も見ていて、腰痛が原因での離職を減らしたいと思った事が始まりです。また利用者様もより安楽に介助を受ける方法があると感じて、この取り組みを立ち上げました。

Q 委員会でチームをまとめる事の大変さなど、どう感じていますか。

I: 多職種と連携をとって行く中で、最初のうちはうまくいかない事もありました。そこで、自分から積極的にたくさんの職員とコミュニケーションをとるようにして、そうしたら、段々と信頼を得る事ができて、今では色々と質問を受けたり、意見交換ができるようになりました。

Q 今後の展望は

I: 福祉用具も必要な物がそろってきたので、これを職員全員が当たり前使えるようにしていきたいです。現状では技術の習得にバラつきがあるので、そこを改善していきたいです。またそうする事で、介助方法が楽になり、心に余裕が生まれて、よりよいサービスが提供できるようになればと思っています。また他の事業所にもノーリフティングケアが広まっていく事も目指して活動していきたいです。

ノーリフティングケアとは

介護をする人・受ける人の双方に安全で安心な「Liftingしない(no lifting)」



①持ち上げない



②引きずらない



③抱え上げないケア



年2回の大発表会を開催して活動の成果を分析、研究しています。

4月22日に、第4回となる大発表会を開催しました。



発表会を終えて、発表者で施設長を囲んで記念撮影

エクセレントカード・サンクスカードの導入

あけぼの苑では、エクセレントカードとサンクスカードを導入いたしました。

介護に携わる職員の能力には、びっくりさせられることが度々あります。利用者様のご様子とその方の食事形態を暗記していたり、それまで何故か興奮されているご利用者様がある職員とちょっとした受け答えをした途端に、にっこりと笑顔になったりする。そんな光景を目の当たりにすると、まさに介護施設にとっては“人財”といえる人材が多数働いてくれていると感じます。そういう仲間の働く姿を見たときに“スゴイ”と感じたらエクセレントカードを贈る。また、急に仕事を休まざるを得なくなった時、気持ちよく変わってくれたといった個人的な感謝の気持ち、ふと気づくと誰もいないホールをせっせと清掃してくれている職員に気づいたとき施設にかわっての感謝の気持ち。そういう時にサンクスカードを送ります。

同僚のすばらしさに気づけば尊敬する気持ちが芽生え、気づいた方も、自分も頑張ろうという気持ちが芽生えるのではないのでしょうか。これからも、一層働きがいのある、楽しい職場にしていきたいと願っています。健康な肉体に健全な精神がやどるではないですが、明るい職場に良質なサービスが生まれるのではないのでしょうか。

施設長 南雲俊之



あけぼの苑のここがすごい！！

今回は口腔ケアのご紹介です。

あけぼの苑では長期利用者様及び短期利用者様に対する口腔(こうくう)ケアの取り組みを強化しています。口腔ケアを適切に行う事で摂食嚥下(えんげ)(飲み込み)機能の維持の改善や誤嚥(ごえん)性肺炎などの疾病予防につながり、よりQOL(生活の質)の維持・向上が期待できます。口腔ケアだけではなく口腔機能向上への予防の取り組みとしてお口の体操(口腔体操)も日々行っています。また、あけぼの苑では一人一人の利用者様の口腔内を把握し、歯科検診を始め虫歯の治療が必要な方や入れ歯の調整など、ご本人様と相談した上、歯科受診(榛名荘病院)へのサポートもさせて頂いています。自分の力で自分のお口の中を守ること、噛むことの大切さを伝えながら一緒に楽しく取り組んでいます。



お食事前の口腔体操の様子



お食事後の口腔ケアの様子

歯科衛生士
原田真喜子

新入・異動職員紹介



- 1 関田 理恵
- 2 支援相談員
- 3 映画鑑賞、ヨガ

4 こちらへ異動したばかりで、まだまだ至らない点が多いですが、少しでも皆様のお力になれるよう頑張りますので、よろしくお願いします。

春は出会いの季節

新たに、あけぼの苑の仲間となった職員を紹介します。

- | | |
|------|---------|
| 1 氏名 | 3 特技・趣味 |
| 2 職種 | 4 一言 |



- 1 田村 ゆう子
- 2 介護福祉士
- 3 洗濯をする事が好きです。

4 まだまだ、学ぶ事はたくさんありますが、笑顔を忘れず楽しく毎日頑張ります。



- 1 渡邊 萌
- 2 介護福祉士
- 3 読書

4 至らないところも多々あるとは思いますが、一生懸命頑張らせていただきます。よろしくお願い致します。



- 1 田中 ゆみ子
- 2 介護福祉士
- 3 DIY、草花を育てる事

4 お休みの日は土いじりをして気分転換をするのが楽しみです。利用者様の大切な時間が穏やかであります様にお手伝いさせていただきます。



- 1 宮崎 美有羽
- 2 准看護師
- 3 カメラ、写真撮影

4 高等看護学校に通いながらの勤務になります。准看護師としては2年目です。至らない点もあるかと思いますが、精一杯頑張ります。よろしくお願いします。

西棟 行事紹介

一月の行事は「ゆく年くる年」と題して、利用者様とお正月をお祝いしました。西棟にも獅子舞が来て、西棟の無病息災を祈りました。
美味しい甘酒を召し上がって頂き良い新年を迎える事が出来ました。



二月は西棟に二匹の鬼がやってきました！
豆に見立てた新聞紙を鬼に向かって投げ、豆まきをしました。みなさん「鬼は外！福は内！」普段は口数の少ない利用者様も大きな声で鬼を追い払って下さいました。

三月はひな祭り。職員お手製のコスプレで、女性はお雛様、男性はお内裏様に変身！
おしとやかに首を傾げて「ハイ！ポーズ！」皆さん笑顔でなりきって下さいました。



四月はお花見をしました。西棟の中庭に綺麗に咲いた桜を見て、写真を撮りました。
春を感じて頂くために春の野菜や果物も用意し、利用者様と昔の話に花を咲かせました。
皆さんとても良い笑顔でお話を聞かせて下さいました。



通所の行事紹介



一月「新年会」
皆様の健康を祈願し、南雲施設長が、だるまの目入れをいたしました。その後、職員がお茶をたてるデモンストレーションを行いました。おやつの中には、抹茶風味の飲み物とお菓子を頂きました。その後、おみくじを引いて、一年最初の運試し。「全部違うの?」「良かったことだけ信じよう」と、書かれたものを楽しそうに読まれていました。

二月「豆まき」
大きな鬼の口の中に、手作りの豆を投げ入れ、「鬼は外」「福は内」と力強い声で厄払い。無病息災を祈願し、豆まきを楽しみました。豆まき後、お汁粉を頂きながら、「手相占いの先生(?)」をお招きし、楽しいひと時を過ごしました。



三月「ひな祭り」
職員による寸劇を行いました。「数十年後の冬ソナ」ずいぶん紆余曲折して、二人は出会えました。「宝塚レビュー」山組トップスターの魅力に酔いしれました。にぎやかな雰囲気、利用者様だけでなく、職員も一緒に楽しませて頂きました。



四月「桜を見る会」
コロナ禍で外での花見は難しい為、職員が桜となり、「さくらさくら・夜桜お七・世界に一つだけの花」の三曲の踊りを披露しました。利用者様から「楽しかった。」と言って頂き、自宅で練習を重ねたかいたがありました。少しでも花見を感じて頂こうと、おやつも桜のおせんべいと抹茶オレを提供しました。皆様に、笑顔で召し上がって頂きました。施設長や事務長にも参加して頂き、とても楽しい花見会になりました。



あけぼの苑東棟 行事紹介

利用者様にコロナに負けないで笑顔で過ごして頂けるよう毎月計画し、実施しています。

1月



お正月
獅子舞が登場し、利用者様と触れ合ったり、写真を撮るなどしました。その後、手作りの羽子板で風船を飛ばして遊んで頂きました。

2月



節分
職員が鬼になり、カラーボールで豆まきをして頂きました。その後、ピアノに合わせて春の歌を歌い、皆様笑顔で過ごされました。

3月



ひな祭り
ひな祭りの由来に関する紙芝居や実際にお内裏様やお雛様になって写真を撮るなど楽しい時間を過ごして頂きました。

4月



お花見
満開に咲いた桜の下で午前中は、利用者様一人一人写真撮影を行い、午後は苑内で職員による劇「与作」を上演し、甘酒と共に楽しんで頂きました。

音楽会



毎月、多職種連携による音楽会を開催しています。音楽の働きを通じて、懐かしさや楽しさ共感などの感情を味わい、また季節感も感じて頂いています。

お誕生日会



毎月、お誕生日を迎えられる利用者様に、誕生日カードやプレゼントをお渡しし、ご利用者全員で歌を歌い、お祝いしております。

あけぼのトピック Topic



インスタ始めました

あけぼの苑ではインスタグラムへの投稿を始めました。
日々の取り組みなどアップしていきますので、
ぜひフォローをお願いします。



お気軽に 介護の相談を

あけぼの苑では随時、介護に関する相談を受け付けております。お困りの事などあれば、お気軽にお声がけ下さい。

介護よろず相談 受付中



介護老人保健施設 あけぼの苑

- ・介護保険はどうやって使うの？
- ・介護のサービスはどんなモノがあるの？

- ・認知症について不安がある
- ・認知症介護に悩んでいる

- ・家族の介護で不安がある
- ・何が不安かもわからない

- ・日々の介護のストレスを聞いて欲しい
- ・介護の悩みを聞いて欲しい



<発行>

一般財団法人榛名荘
介護老人保健施設あけぼの苑
住所:群馬県高崎市中室田町
2258-1
電話:027-384-8612



理学療法士会

金賞受賞

特集でもご紹介したノーリフティングケアの取り組みを日本理学療法士学科で発表し金賞をいただきました。