

地域の皆さまに、心(Heart)と技術(Hands)でヘルスケアサービスを提供するためのコミュニケーション誌



■特集

「地域で生きること」をサポートする

～いきいきとした生活を保つために～

インタビュー

トレーナーのお仕事

まめ知識

一般撮影、CT検査、MRI検査について

トピックス

第19回はあと&はんずアカデミーを開催しました。
リフレッシュアップ研修を開催しました。

“Cafe” Infection Control

生きかばり死にかばりして打つ田かな 村上鬼城

人間の悠久の歴史と生の営みを簡潔に表現した句だと思います。

「田を打つ」のは、「田を耕すこと」です。先祖代々守り通してきた田に、毎年毎年、田植えして稲を育て、米を収穫してきた生活、それは私たち日本人の原風景です。

耕す人が死に、また違う人が耕す田んぼは、冬の間は静かに耐えて、春になると青々とした作物によって「生まれ変わり」、夏には生命力を主張するような豊かさを見せ、色づいて収穫の時を迎えます。この一年の繰り返しは、人の一生やさまざまな人生に重ね合わすことができます。

私たちヘルスケアに従事するものは、人が「生まれ」「生き」「老いて」「病んで」「死ぬ」という一生のいずれの局面にも深く関わります。多忙さや制度改革のめまぐるしさに、本来の役割を見失いそうになりがちな私たちにとって、この句が持つ簡潔さと力強さは宝物です。

この句の魂は、私たちグループの使命・理念の根底にある魂でもあります。

私たちひとり一人が、心と技術を磨き、グループとして力を発揮するために、次の4つの項目を軸として、今年も活動を続けます。

- (1)業務の標準化(誰でも良質のケア) (2)システムの構築(ICTを使った情報の共有・活用)
- (3)グループ内、組織内でのチーム機能の強化 (4)他施設との地域における有機的な連携



理事長 島田永和



島田病院、八尾はあとふる病院は『病院機能評価認定病院』です。

はあとふるグループ

医療法人(財団) 永広会
社会福祉法人 はあとふる

「地域で生きること」をサポートする ～いきいきとした生活を保つために～

健康に過ごせる時期をなるべく長く保ち、人に迷惑をかけず、自分の生活を楽しみたいものだ、ほとんどの方が願っていると思います。しかし、高齢による体力の低下や障がいなどによって、食事や入浴、トイレなどの動作が難しくなり、日常生活に支障が出る場合があります。そんな時、「その人らしい生活」を維持し、「地域で生きること」も可能なように、在宅での生活を支援する介護保険サービスの仕組みがあります。

はあとふるグループは、「地域で生きること」を支援するために、グループ内の施設だけでなく、地域の社会資源サービスとも連携することによって、住みやすい地域にしていけるような社会作りに貢献していきます。

今回は、悠々亭の通所リハビリテーションをはじめとした介護保険サービスを活用され、ご本人やご家族が力を合わせて在宅生活を送ってられるNさんをご紹介します。



ホームヘルパーとNさん



立位介助

年々足に力が入りにくくなって、転倒したらあぶないから、ほとんど外に出ることはないなあ。外出は、悠々亭の通所リハビリテーション以外は、病院に行く時くらいやな。通所リハビリテーションは、一人で外に出ることができない自分にとって、外出する良いきっかけになってる。運動せなあかんの、わかってるけど、なかなか一人ではできないし、楽しみながらじゃないと続かないね。大好きなお風呂も家では、あぶなくて入れないから悠々亭に行った時には、入れてもらえるから助かってるね。

昔みたいに何でも自分でできるようになりたいねえ。

Nさん談



介護サービスセンターゆうゆう亭
担当 介護支援専門員(ケアマネジャー)
佐藤 知子 さん

Nさんの介護計画は、居宅介護支援事業所 ゆうゆう亭のケアマネジャーが担当しています。Nさんには、下肢筋力の低下と手のしびれ、指の拘縮があり、日常生活動作が十分ではないので、今は、在宅サービスの通所リハビリテーション、ホームヘルパーを利用されています。

Nさんのご家族は、日中はお仕事でご不在なので、ご本人と奥さんの二人になります。奥さんも要支援認定のため、ご主人の介護は難しい状況です。ホームヘルパーが自宅にモーニングケアのため訪問し、一人では難しい排泄や着替えの介助などを行っています。清潔に保つことは大切で、スキントラブルの予防にもつながります。ご家族と話し合い、お仕事が終わった後は、ご家族が必要な介護をされ、ホームヘルパーとの連携で、切れ目なく介護ができるようにしました。

また、Nさんは、「自分でできる事は自分でしたい」という思いを強く持っておられます。この思いを、Nさんに関わる「通所リハビリテーション 悠々亭」「ヘルパーステーション 悠々亭」「株式会社ハートウェル」に伝える機会を作って、Nさんに適した内容の介護サービスを提供することにつながっています。



ヘルパーステーション悠々亭
サービス提供責任者
播摩 由紀子 さん

ご家族の生活スタイルとご本人の生活リズムを大切にしながら、訪問時間帯やサービス内容の細かな調整を行い、ご自宅での生活を支援しています。

訪問ではNさんが、ご家族の不在となる日中でも、不安なく、また心地よく過ごしていただけるよう、ひとりでは行くことの難しいトイレへの移動介助、また外出時の介助などを行っています。

通所リハビリテーション悠々亭とも連携し、ご自宅での自主トレーニングの継続が意欲的に行えるようフォローしながら、生活動作をリハビリにもつなげられるよう、動きやすい環境の整備を行っています。

ご家族の思い、そしてご本人の「こうなりたい!」という思いにしっかり寄り添う介護を心がけています。



株式会社ハートウェル
福祉用具専門相談員
福祉住環境コーディネーター2級
塩崎 寿洋 さん

Nさんは、歩行とベッドからの起き上がりが困難になってきていました。日中は介護保険のサービスをご利用されている奥さんとの二人での生活になるので、ご家族への介護負担もかけられない状況でした。

まず、スムーズに外出ができるように外への出入り口にある階段にスロープを設置し、安全に外へ出ることができるようにしました。また、電動ベッドを導入し、ベッドからの起き上がりを一人でできるようにしました。

※福祉用具：高齢者、傷病者の生活や介護支援のための用具、機器

ホームヘルパー、住環境コーディネーターのサポートを受け、住環境の整備を行いました。自主トレーニングを促したり、ベッドからの起き上がりや立ち上がる動作、ベッドから椅子への移動などを一人でしやすい環境をつくることは、寝たきりの予防にもつながっています。

外出しやすい環境を作ることで、「歩けるようになったら、いつでも外に出られるなあ!がんばっていこう!!」とご本人も自信もって、目標をもってリハビリに取り組めるようになりました。



スロープを利用した悠々亭通所リハビリテーションへの送迎

悠々亭 通所リハビリテーションでは、生活動作の拡大で住み慣れた地域での在宅生活の継続を支援します

通所リハビリテーションは、介護保険で要支援・要介護の認定を受けた方々が対象になるサービスです。介護スタッフがご自宅までの送迎を行い、日帰りでリハビリテーションや食事、入浴を提供します。

悠々亭の通所リハビリテーションでは、ご家族やケアマネジャー、他事業所などとの連携を大切に、専門職種のさまざまなアプローチで、身体機能・生活機能・体力の維持・向上に取り組んでいます。

悠々亭のリハビリテーションを中心とした取り組み内容は

- ◎理学療法士・作業療法士・言語聴覚士による個別のリハビリテーション
- ◎介護職による集団体操・脳トレーニング・手作業と生活リハビリテーション
- ◎トレーナーによる集団・個別トレーニング

があります。動作能力・筋力の維持・向上を図ることが目的ですが、さらに、身体を動かすことの楽しさ、みんなで一緒に頑張ることの喜びを感じていただき、運動習慣が定着することを狙っています。

また、ご家族やホームヘルパー、訪問リハビリテーションの担当者から、「家で転倒が続いている。」「介護負担が増えてきているようだ。」など相談をお受けすることもあります。そのような場合は、リハビリの専門スタッフがご自宅に訪問し、生活環境・行動パターンなどを確認したうえで、通所リハビリテーションのメニューを改善していきます。そして、ご本人の状況にあわせて、ご家族やホームヘルパーへの介護指導を行ったり、福祉用具の選定や住宅改修の助言なども行います。



理学療法士
北宅 昌夫 さん

Nさんの個別リハビリテーションは、自宅での移動動作の維持・向上を目指して、起き上がり動作から歩行訓練、そしてトイレ動作を中心に訓練しています。

トレーナーからも、筋力トレーニングなどの方法を教えてもらいながら、積極的に自主トレーニングやリハビリに取り組まれています。

トレーナーによる集団トレーニングについては、5ページをご覧ください。



介護福祉士
窪 八代 さん

集団レクリエーションでは、楽しく体を動かす事ができるようにしています。Nさんは「トイレの動作を一人でできるようにする」「転倒を予防する」というしっかりした目標を持っています。理学療法士とトレーナーからリハビリやトレーニングの進行状況を、ホームヘルパーから自宅での状況を聞いているので「できる動作は自分でできるように促すこと」「不十分な動作は支援すること」を心がけています。Nさんの場合は、立位時のバランスが、まだまだ不安定なので、トイレ動作の立位が保持できるよう援助していきます。

おひとりお一人の目標を通所リハビリのスタッフが全員で共有し、通所リハビリテーションで行う動作や訓練が、そのまま自宅での生活に役立つように支援しています。



滑車運動(10分間)



手すりを持って立ち上がり(10回×2セット)

- | | |
|----------|-------------------------|
| Nさんの | ■車イス自走 1~2往復(1往復 70M) |
| 自主トレメニュー | ■滑車運動(10分間) ■座位での膝伸ばし |
| | ■手すりを持って立ち上がり(10回×2セット) |

運動することの大切さと、健康維持・増進に必要なトレーニングを提供します。



介護老人保健施設 悠々亭 リハビリテーション課 トレーナー 神谷 修

介護老人保健施設 悠々亭では、トレーナーがトレーニングの指導に取り組んでいます。

私が、介護の現場でトレーナーとして働きたいと考えたのには理由があります。それは一般のフィットネスクラブ、健康増進施設と比べ、より対象者に寄り添って働けるのではないかと考えたからです。私はトレーナーの専門学校では、トレーニングの知識に加え、ヘルパー2級の資格を取得しました。そのことを最大限に活用できるのは、高齢者の施設だと考え、悠々亭で働こうと決めました。法人内に島田病院という、スポーツ整形ではみんなが知っている病院があることも私を後押ししてくれました。



しかし、悠々亭でのトレーナー活動は、すぐにうまくはいきませんでした。ヘルパー2級の資格は取得したものの、実際の高齢者のケアが初めての私にとって、要介護、要支援の認定を受けたご利用者に運動を指導することには不安がありました。そこで厳しくも暖かい意見や指導をしてくれたのが、ケアに携わるリハビリスタッフ、ケアワーカー、看護師、相談員などの仲間でした。試行錯誤を繰り返しながら、高齢者施設でトレーナーとして、その業務を形作ることができてきました。現在のトレーナー

業務としては、目的や身体状況に応じた「小集団トレーニング」、ご利用者ひとりひとりに合わせた「個別トレーニング」、またご利用者が自主的に取り組む「自主トレーニング」のメニュー作成と、その実施の促しと確認、健康科学講座などがあります。

どのトレーニングもご高齢となったご利用者にとっては、楽なもの、簡単なものではありません。しかし、体を動かしていくことの大切さ、また楽しさを伝えながらトレーニングを行う事で、ご利用者も、とても熱心にトレーニングに取り組んでおられます。「足に力ついてきたよ。」「トレーニング楽しいわー。」と、声をかけていただくたびに、もっと頑張ろうと、私も元気をもらいます。

また、施設外の活動としては、在宅介護支援センターの活動として、地域高齢者の会食会や生きがいサロンでの運動指導があります。どちらも介護の現場を知っているトレーナーだからこそ伝えられることがあると思います、運動することの大切さと、健康維持・増進に必要なトレーニングを伝えています。

そんなトレーナーが働く悠々亭通所リハビリテーションでは、ご利用者が在宅生活を続けていけるよう、各職種が連携を取り、チームでリハビリテーションケアを提供しています。興味がある方は是非一度見学に来てください。



一般撮影、CT検査、MRI検査について

■放射線課 リーダー 渋谷 真一

医療の進歩はめざましいものがあり、新しい治療方法が常に研究され、より患者さまにあった治療方針が選択できるようになっています。治療方針を決めるためには、その根拠となる判断材料が必要で、様々な検査が必要になります。今回は島田病院の放射線課で取り扱う検査のうち、よく行われる検査について、その特徴などをご紹介します。

【一般撮影】

レントゲン撮影として患者さまが最初に受けることが多い最も身近なX線検査です。この検査は、骨折や骨の形状等を素早く確認することを目的としています。次の検査へ移行するためのステップとして重要で、一般撮影で大きさや範囲・形状といった情報を確認して、CT検査やMRI検査等のくわしい検査が必要かを見極めます。

【CT検査】

CT検査とはコンピュータ断層撮影のことです。X線を人体にあてながら体内の情報を集め、コンピュータで処理をして人体の横断面（輪切り）像を撮影する検査のことです。撮影には5分程度かかります。一般撮影では断面画像を撮影することはできませんが、CT検査では、どの方向からの断面でも細かく撮影できます。CT検査は1ミリ単位の断面画像を瞬時に撮影することができるので、一般撮影では、はっきりしなかった小さな骨折の有無がわかるようになります。しかし一般撮影やCT検査はX線を使用した検査なので、軟骨や靭帯等はとらえることができません。



フィリップス社製 6列マルチCT

【MRI検査】

MRI(Magnetic Resonance Imaging;磁気共鳴画像)検査とは、X線撮影やCT検査のようにX線使いません。その代わりに強い磁石と電波を使い体内の状態を断面像として描写する検査です。強力な磁場を利用するため、様々な制限がありペースメーカーなど磁力に影響のある患者さまは、MRI室へ入室することはできません。撮影には、20～30分程度かかります。この検査では、X線ではとらえることができなかった軟骨や靭帯の状態を把握することができます。画像はCT検査と同じで様々な方向からの断面をとらえることができますが、細かいものをとらえることは苦手です。2ミリ以下は画像が悪くなり診断能力の低いものになってしまう欠点もあります。



GE社製 MRI 1.5T

これまでの経験から、画像では変化が見られる状態であっても、それほど痛みがない場合や、その逆の場合もあり、必ずしも画像と状態が一致するわけではありません。しかし、私たちは、少しの変化でも正確にとらえた画像を主治医に提供することで、診断に貢献できるよう努力しています。



放射線技師によるMRI撮影風景

第19回はあと&はんずアカデミーを開催しました。

— 平成22年11月14日(日)LICはびきのホール —



今年のテーマは、「Love,Dream,Happiness」を掲げ、患者さん・ご利用者・ご家族だけではなく、同じグループの中で働く仲間にも、愛と夢と幸せをともにする学会を目指しました。

当日は300名以上の仲間が集まり、20の口述演題、11のポスター発表について活発な意見交換がなされ、会場は大いに盛り上がりました。内容としては、最新の動画解析ソフトを用いたリハビリテーション医療の実践報告から、在宅での看取りに関するケア研究まで幅広いものでした。どの発表も、担当者が悩みながらも問題意識を持ち、よりよい支援のために、仲間とともに作り上げた発表でした。



学会長/森下 幸子



理事長/島田 永和

学会を通じて、「現時点」での自分たちの実践を振り返り、また新たな課題をもって「明日」のヘルスケアに取り組む勇気と元気が湧いてきたように感じました。何より、同じ法人で目標を持って取り組む「仲間」の存在を強く感じる事ができた一日となりました。

これからも、はあとふるグループは、良質のヘルスケアサービスを効率よく地域に提供していくための自己研鑽と仲間作りを続けていきたいと思えます。



リフレッシュアップ研修を開催しました。

— 平成22年10月2日(土)～10月3日(日)大阪府立羽衣青少年センター(1泊研修) —

この研修は昨年度から開催しており、楽しみながらリーダーシップ、メンバーシップを学ぶことを目的にしています。参加対象者は、今年度に入職した職員や各部署のリーダー等で、多くの職員が参加しました。

研修では、チームに分かれて、メニューの立案から食材の調達、調理までを行い、最高の料理を作るという過程を業務に見立てて行います。参加メンバーは、料理の経験者から初心者までさまざま、調理場は屋外の炊さん場でしたが、パエリ

ア、ピザ、ケーキなど多くのアイデア料理が完成しました。できた料理を参加者全員で試食しましたが、どの料理も大変おいしくいただくことができました。また、夜はゲームで盛り上がり、参加した職員の笑顔が絶えない楽しい研修になりました。参加した職員は、リーダーシップ、メンバーシップだけでなく企画力、実行力、コミュニケーション能力なども学ぶことができました。

良質なヘルスケアサービスを提供するためには、専門職種が集まったチームがうまく機能することが必要です。職員が楽しみながら、チームで力を発揮し、成果を出す喜びを感じることができた1泊研修になりました。





はあとふるグループのコア概念

使 命
 私たちは、
 良質のヘルスケアサービスを
 効率よく 地域の方々に
 提供し続けます

理 念
 私たちは、その人がその人らしく
 自分の人生を全うすることを
 心(Heart)と技術(Hands)で
 支援します

基本方針
 4つの追求

1. 「確かな技術」を追求します
2. 「心に届く」を追求します
3. 「安全」を追求します
4. 「信頼でつながるチーム」を追求します



Cafe Infection Control

感染管理認定看護師がお届けする感染対策情報

法人事務局 感染・安全管理担当
 感染管理認定看護師 森下 幸子

QRコードで
 簡単アクセス



感染性胃腸炎が流行しています!

少しずつ気温が下がり、寒くなってくるとインフルエンザや
 ノロウイルスが気になります。特に、日中と夜間の気温の差が
 大きければ、子供や高齢者にとっては免疫力が下がり、感染症
 にかかりやすくなる季節です。

右下のグラフでもわかるように、今年は感染性胃腸炎が10
 年間の同時期届出数が2番目に多いと報告されました。

感染性胃腸炎にはノロウイルスやロタウイルスが代表的で
 すが、いずれにせよ嘔吐や下痢の症状が伴います。このような
 排泄物に触れた時は、しっかり石けんと流水で手を洗い、清潔
 なタオルで水気を拭き取る事が重要です。また、嘔吐や下痢
 によりトイレなどが汚れましたら、速やかに掃除をする事、家
 庭用次亜塩素酸ナトリウムを適切に薄めたものを使って拭き
 上げることが必要です。

【感染性胃腸炎の感染経路】

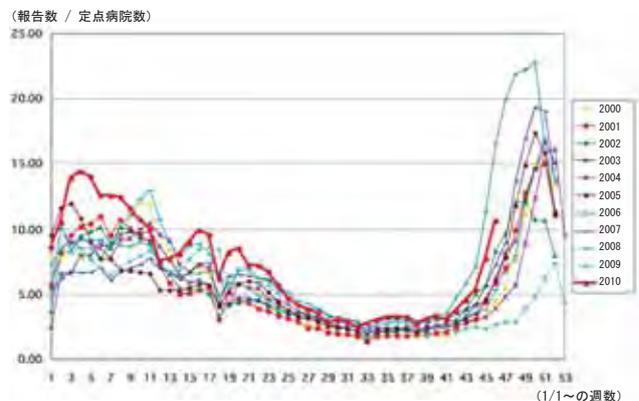
(1) 人から人へ

感染者のおう吐物や便を触った手や、手で触れたものを介
 して口に入り感染します。また、おう吐物の飛沫から感染する
 場合もあります。人によっては、感染しても発病しない(不顕
 性感染と呼びます)がウイルスを排出する場合があります、知らな
 い間に感染が広がっていることもあります。

(2) 汚染された水、食品からの感染

食品からの感染で多いのは貝類によるもので、汚染された
 二枚貝を生や、加熱が不完全なまま食べることで感染します。
 夏のみならず冬はノロウイルスによる食中毒が増えますの
 で、夏だけでなく冬も食品はしっかりと加熱することを心がけ
 てください。

感染性胃腸炎 過去10年間との比較グラフ (週報)



国立感染症研究所 感染症情報センターより引用
 2010年12月27日現在



はあとふるグループ

- 医療法人(財団)永広会
 - 島田病院 Tel 072-953-1001
 - Eudynamics はびきのヴィゴラス Tel 072-953-1007
 - 介護老人保健施設 悠々亭 Tel 072-953-1002
 - 在宅介護支援センター 悠々亭 Tel 072-953-1003
 - 介護サービスセンター ゆづゆう亭 Tel 072-953-5514
 - 〒583-0875 大阪府羽曳野市榎山100-1
- ヘルパーステーション 悠々亭 Tel 072-953-1062
 - 訪問看護ステーション ハートパークはびきの Tel 072-953-1004
 - 〒583-0883 大阪府羽曳野市向野3-96-7
- 八尾はあとふる病院 Tel 072-999-0725
 - 〒581-0818 大阪府八尾市美園町2-18-1
 - 介護サービスセンター はあとふる Tel 072-999-8126
 - 〒581-0815 大阪府八尾市宮町2-10-22
- 社会福祉法人 はあとふる
 - 高齢者生活福祉センター ゆづゆうハウス Tel 072-931-1616
 - 〒583-0875 大阪府羽曳野市榎山96-10