

施設だより

平成会グループの各施設からのお便りをお届けします！



小規模多機能型 居宅介護事業所 となりの縁側 おかだ

通い、訪問、お泊まりサービスを主体に、ご相談に応じてサービスを組み合わせてご提供しています。

- 住所** 松本市岡田下岡田85-1
- 開設** 2008年 8月
- 定員** 通所型 15名／日
宿泊型 9名／日



「小規模多機能」の認知度が上がっています

通い、泊まり、訪問の3つのサービスを、柔軟に組み合わせて利用いただける当施設。通いも泊まりも同じ施設で利用できるのを利用者様の負担が小さくて済み、特にここは、スタッフ同士の仲が良く、みなさんやさしく明る

い雰囲気なので、利用者様にも安心して過ごしていただいています。



地域のお祭りにも参加

5月5日、地域の岡田神社のお祭りで子どもたちの引く山車が、当施設の駐車場で休憩します。子どもたちにお菓子を配ったり、一緒にお祭りを乐しみます。



行事・イベントは多彩に

昨年度は、コロナでできませんでしたが、10月のぶどう狩り、11月の紅葉ドライブ、春のイチゴ狩りなど外出行事も季節ごとに行っています。事業所内行事も、花火大会、敬老会、室内運動会、クリスマス会など目白押しです。

管理者より

以前は、ほとんど料理経験なしでしたが、ここに来て13年、今ではシフトに入って食事をつくり、得意料理もできるようになりました。



管理者 酒井 健志さん

ほっと news

青空市を開催しました！



7/19～20の2日間、さわらび(岡谷市)で開かれた「青空市」。利用者様が、衣類や靴、雑貨などのショッピングを楽しみました。職場体験で訪れた岡谷湊中学校の生徒さんにもご協力いただき、かき氷や甘酒を味わう姿も見られました。



お知らせ

平成会 スタッフ募集中！

職員募集についての情報は、下記QRコードよりご確認ください。



編集後記

WEB説明会を取材して、仕事に誇りと責任を持つ社会人に憧れた自分の就職活動を思い出しました。学生の皆さんがナビゲート役の職員から受けた影響は大きいはず。そんな職員の姿を、この通信を通して知っていただきたいと改めて感じました。



社会福祉法人 平成会

〒399-6461 長野県塩尻市宗賀1298-92
TEL 0263-51-6610 FAX 0263-53-5828 <http://www.heisei-kai.jp/>
Instagram <https://www.instagram.com/heiseikai/>



※新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じ、本通信の取材・編集を行いました。

平成会 通信

介護はこころ

真心と幸せ、そして心の豊かさを感じられる生活を送っていただけるよう、今日一日、その全てに一期一会の精神で臨み、「共に歩む」の法人理念を実践してまいります。

2021
SUMMER

02



笑顔の
チームワークが
あつてこそその介護です。

TOPICS

寝たきりにしないケア

「シーティング」の普及を推進中

表紙/となりの縁側 おかだ(2021.7.2撮影)

寝たきりにしないケア

「シーティング」の普及を推進中



木之瀬先生は、日本におけるシーティング導入の第一人者です。2021年6月24日、さわらび(岡谷市)と掬水(諏訪市)を訪れ、利用者様と直接ふれあいながら、貴重なアドバイスをいただきました。



まず利用者様一人一人の現状について情報収集し、課題とその原因を探る「アセスメント」が重要です



施設のいすに専用クッションを取り付けるなどして、個々の目的に近づけます



時には利用者様を触診され、原因の検討など、見聞・検証・アドバイスを繰り返して2時間に及ぶ施設訪問となりました



利用者様の状況に合わせ、部屋や食堂、ホールなど、さまざまな場所でお話を聞きます

第一人者の木之瀬 隆先生が施設を訪問

平成会では、これから注目の個別ケア手法「シーティング」を2017年から全施設に導入し、普及を推進しています。

この4月から介護保険の報酬算定項目(施設のみ)にシーティングの取り組みが採用され、今後の導入拡大が期待されます。

このほど、一般社団法人日本車椅子シーティング財団代表理事の木之瀬 隆先生が、平成会の推進現場を訪問されました。



アセスメントに対する改善対応を説明し、それについて木之瀬先生からのアドバイスをいただきます

INTERVIEW

一般社団法人 日本車椅子シーティング財団 代表
株式会社シーティング研究所 代表

木之瀬 隆 先生

●作業療法士／工学修士

日本におけるシーティング技術普及の第一人者として活躍。『シーティング技術のすべて(医歯薬出版)』など著書多数。



豊文化の日本になかった、シーティングの考え方

私は作業療法士として、30年にわたってシーティングを研究してきました。日本語では「座位保持」と言いますが、豊文化の国にはなかった技術です。いすに座っている時に姿勢が崩れていく問題を見つけて、何が原因かを検証し、改善プランを立てるのが基本手法。“座ること”を考えて、改善に導くのがシーティングです。

きちんと座れるようになるために何が必要かの評価から始まります。そのために、座った時のおしりの圧分布を見ながら、トライを繰り返します。対応は個々の症状・病状で大きく違うので、数的評価(アセスメント)・観察・検証が大切です。

北欧ではシーティングの導入で医療費が減っています。寝たきりの人が、きちんと座ることで食べられるようになったり、話せなかった人が話せるようになったという事例もあります。意欲も向上するのです。筋萎縮や関節拘縮、心機能低下、誤嚥性肺炎などといった廃用症候群からの脱出のために、シーティングが大切なのです。

肺炎のリスク!“ベッドに寝て食べる”をなくしたい

いす生活の欧米では、シーティングの大切さをわかっています。日本で高齢者のシーティングが進まないのは文化的背景が大きい。ライフスタイルが西洋化したのに、きちんといすに座る文化が未発達なのですね。そのため、日本の医療技術は世界トップクラスなのに、寝たきり高齢者の割合が一番多い国なのです。

日本の高齢者施設は、座れない利用者様がベッドで寝ながら食事を取ることが常態化しているケースが多いですが、これは誤嚥性肺炎などのリスクがとて大きい。日本人全体の死因で、がん、心疾患に続いて多いのが誤嚥性肺炎です。無理な姿勢での食事は、健康な人でもむせてしまいますよね。高齢者の“寝て食べる”状況をなくすためにも、シーティングの普及に取り組んでいます。

高齢者の一番の楽しみである食事は、いすに座って楽しく取っていただきたい。寝て食べることは、楽しみも奪ってしまっているのです。

“きちんと座る技術”は子ども・健康な人にも大切

シーティングは子どもから高齢者まで全ての年代で、健康な人にも必要な考え方です。きちんと座ることで、生活の質が大きく変わります。そしてシーティングでは、接し方もとても大切です。寝たきりの方を上から見下ろしたりするのは、円滑なコミュニケーションの妨げになります。「話がかみ合わない」状態は、寝たきりが引き起こしている場合もあります。また、いすに座れることで、自分の居場所が確保できる。これも高齢者にとってはとても大切なことですね。

今までは、「立って歩けるけれど座れない人」は寝たきりと見なされているのが現状でしたが、国もこれではいけないと気づき、シーティングの普及に動き始めました。ベッドにいる時間をできるだけ短くしていくことは、“生きる力”のためにとても大切なのです。

シーティングとは？

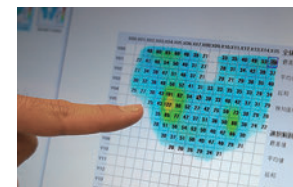
“快適に”いすに座るための支援

介護現場でのケアにおいて、車いすやベッド上で見られる座り方の乱れの原因を把握し、取り除くことはとても重要です。座り方が乱れているのは、体にどこか苦痛や不安があるために、正しい姿勢を保てないからです。平成会では、視覚的に数値分析ができる体圧測定器によるシーティング技術を導入し、「座る姿勢」の改善を図り、痛みのない座り姿勢を保つことで、利用者様の快適な生活を支援しています。

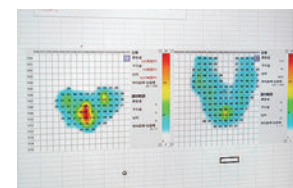
体圧をビジュアル化・数値化することで、痛みの原因などをより具体的に利用者様やご家族

と共通認識を持つことができ、円滑なコミュニケーションづくりの一翼を担う技術でもあります。

正確な体圧測定の結果をもとに、車いすのサイズやクッションの選択を変更したことで、座り続けられる時間が増えて、自力で食事ができる時間が長くなるという改善事例もあります。このように、平成会が大切にしている、利用者様に寄り添ったケアと食べる喜びの提供実現にとって、体圧測定器によるシーティング技術は不可欠なアイテムとなっています。



体圧測定器で座面の体圧を可視化



左よりも右で、圧力が分散していることがわかる

シーティング導入の効果

“座ること”の大切さが職員みんなに浸透しつつあります

平成会で導入した2017年からシーティングに取り組んでいます。最初は、とても姿勢の悪い座り方をしている利用者様が多い状況でした。木之瀬先生からシーティングについての講義を受けて、「これは直さなければ」と思うようになりました。教わったことで、利用者様の姿勢の見方が大きく変わりました。座り方がよくない

と次の事故につながることで、座ることがなぜ大切かという根拠が、平成会の職員全体にだんだん浸透してきたと感じます。シーティングによって食事のしかたが変わるなど、好転する現場を見るのがスタッフのやりがいにつながります。



理学療法士
中西 琢磨

平成会タイムス

2021.SUMMER

1

ご入居者様とご家族の大切な時間

コロナ禍でも安心して行える面会を実現しています

面会制限緩和前の「WEB面会」

制限緩和前は、ビデオ通話を利用したWEB面会のみ行いました。福寿苑（辰野町）では毎週火・水・木曜日は10～16時、土曜日は10～14時とし、週平均で約12件実施しました。そのうち、ご家族が福寿苑を訪れて行ったものが3件、ご家族のご自宅とつないだものが9件でした。

画面越しであってもご家族の顔を見られて、思わず涙ぐむご入居者様もいたWEB面会。話したいことを事前にメモしておくなど、この面会を心待ちにする様子も見られました。

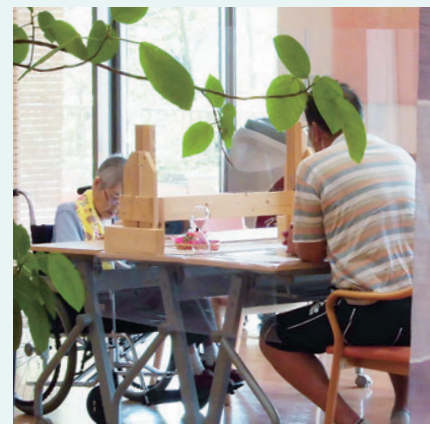
「ご家族とご入居者様だけの時間を大切にしており、原則、職員は声掛けしてから席をはずしていますが、聞こえづらかったり画面の認識が難しいご入居者様には、ご家族の理解を得た上で職員が



付き添って補助することにより、会話もスムーズにできています。また、職員からご家族、ご家族から職員への情報提供の機会にもなっています」(職員)

▲状況に応じて職員が補助することで、オンラインでの面会でも不安がありません

制限緩和時のアクリル板・WEB併用



▲ご家族の写真や庭の花を持参するなど、直接会えるからこそ心遣いも垣間見ます

福寿苑での受付時間はWEB面会と同じですが、6/22の面会制限緩和後、アクリル板を間に置いての面会を週平均12件、WEB面会を2件行いました。遠方に住んでいるなどの事情により引き続きWEB希望の方もいるため、緩和後も併用して実施しています。

ご入居者様、ご家族ともに、直接顔が見られることを何よりも喜んでいます。「パソコンの画面では疲れるのではないか」とWEB面会を遠慮していて、制限緩和となってさっそくアクリル板

越しの面会を申し込んだご家族もありました。

「手を伸ばせば触れられる近さにながら触れられないもどかしさや、背中をさすってあげたい、涙を拭いてあげたいという思いを、職員はひしひしと感じています。お茶を飲んでのんびり過ごしてほしいとも思いますが、残念ながらそれもないですね。せめて顔を見て声を聞き、お互いに安心していただくことが、希望する時にいつでもできるように願います」(職員)

2

働きながらの資格取得を応援

キャリアアップの第一歩、平成会「介護職員初任者研修」

3か月にわたる前期日程に 8名の受講生が参加

平成会には、働きながら介護のプロへのステップアップをかなえる、充実の研修制度が整っています。

介護の入門資格と言える「介護職員初任者研修」では、長野県介護職員初任者研修カリキュラムに基づいて学習します。研修の構成は、①講義・演習(118時間)、②実習(施設・訪問介護同行 計12時間)ののち修了認定試験に臨みます。

この研修では、実際の現場で介護や看護に従事している平成会の職員が講師となり、基本的な知識が習得できる



よう適切な指導を行っています。

今年度の前期日程は6月7日(月)から始まり、9月6日(月)の修了試験を目指して、8名が受講しています。

▲7月5日(月)に開催された、講義風景。テーマは「介護に関するところのしくみの基礎的理解」でした。また、後期日程は11月8日(月)から2022年1月12日(水)を予定しています

初任者研修
インタビュー！

研修を受講した受講生と講師の方に、感想を聞きました！



受講生 おぐち ももか
小口 李花さん

勤務先：有料老人ホーム セセラぎ

研修では介護福祉全般を学べ、とても勉強になります。「認知症の人に関わることは本人の人生の物語に参加すること」という考え方が印象に残っています。学んだことを生かして、実際に難聴の方に対しての声を工夫してみました。根拠のある丁寧なケアができる介護士を目指していきたいです。



受講生 えんどう はやて
遠藤 疾風さん

勤務先：介護老人福祉施設 さわらび

認知症の方についての理解がより進んだことが、今の職場でも生かせると感じます。「利用者様が私たちに伝えたいことや、気持ちを理解する」という実践が現場でうまくいったら、周りの職員とも共有したいです。いかに利用者様に寄り添えるかを考え、周りに気配りができる介護職員を目指します。



講師 はま えりか
濱 江里佳さん

勤務先：茅野市養護老人ホーム 寿和寮 施設長

わかりやすく、根拠に基づいた講義を心がけています。初任者研修では介護の知識を理念から学べます。現場でさらなる知識・技術を習得することで、介護に自信が持てるようになるでしょう。自分の心も大切に、「この仕事に出会えてよかった」と思えるようなやりがいや目標をぜひ見つけてください。

3

季節を感じる年中行事

願いを込めた七夕飾りが、各施設を彩りました

利用者様、職員が協力し合う
季節に合わせた取り組み

平成会の各施設では、季節に合わせて色々な取り組みを行っております。今回は各施設の工夫を凝らした七夕飾りを紹介します。



塩尻市 グループホーム さとび

大きな花器に飾った七夕飾りは、さとびの2つの棟それぞれの玄関を彩りました。健康を願うさとび利用者様の短冊が風に揺れます。

室内には天の川に見立てた飾り。大きな作品で、和紙を染めるところから製作し、完成までに1〜2か月かかりました。利用者様が細かいところまで頑張った力作です。利用者様が丁寧にはさみで花びらをカットした藤の花やアジサイなどは、梅雨空の室内を明るくしてくれました。



塩尻市 ケアハウス なごみ

コロナ終息や健康、変わらない日々を願うなど、さまざまな短冊が飾られた笹。壁の書道作品は、なごみ塩尻の20周年を祝う地元高校の書道部の皆さんが製作してくれました。



塩尻市 通所介護事業所 無暦日庵

デイサービスの利用者様が、毎年楽しみにしている七夕の飾り付け。コロナ禍で制限はありますが、工夫して行いました。「コロナを天の川に流したい」という短冊もあり、以前の生活に早く戻れるようにという切なる思いを感じました。梅雨の時期でもあり、窓辺には表情豊かになってる坊主がたくさん。無暦日庵の雰囲気にぴったりでした。



塩尻市 有料老人ホーム せせらぎ

利用者様も職員も、思い思いの願い事を短冊にしたためました。「皆さんの願いが叶いますように」と思いを込めながら、職員が一つ一つ笹の葉に飾り付けました。



岡谷市 介護老人福祉施設 さわらび

色とりどりの短冊には、願い事だけではなく、日々の生活の中で楽しみにしていることや、うれしかったことなどが書かれていました。

注目のニュース！

オンラインを活用した
採用活動がスタート！

コロナ禍で、平成会の新卒採用活動も変化しました。昨年度よりWEBを活用した新しいスタイルに取り組み、今年度は「平成会オンライン企業説明・バーチャル施設見学会」を実施しています。



各施設からの中継では、担当職員が施設の特徴や具体的な業務を説明し、利用者様の生活の様子などを紹介しました。見学中、参加者からは、多岐にわたる質問がチャット機能で寄せられ、関心の高さを感じました。気軽に参加できるオンライン説明会は、学生にとっては業界研究の一環ともなり、福祉・介護業界の理解を少しでも深める助けになるでしょう。

人事企画課より

平成会の魅力をもっと伝えるには、施設の雰囲気を感じてもらう従来の説明会の方がいいのですが、オンラインにも利点はあります。実際に足を運ぶより断然参加しやすく、多くの学生と接点を持ちやすくなりました。このようなメリットのあるオンラインの活用はコロナ収束後も続くでしょう。今後、平成会を広く知っていただくため、さまざまな施設をオンラインでつなぎ、職員の顔が見えるコミュニケーションを企画したいです。

うちの施設の
自慢のこんだて

vol.02 介護老人福祉施設 福寿苑



ミャンマー料理 シャンカオスエ

福寿苑にはミャンマーからの技能実習生が勤務しているので、月に1回、実習生のお勧めミャンマー料理をメニューに採用しています。「シャンカオスエ」は、朝食時によく食べるメニューだそうです。本来はトマトをスープの中に入れるのですが、今回は、トマトソースを別添えにし、辛味の効いたたれに仕上げました。暑い夏にぴったりのお料理です。

材料

鶏がら・野菜・生姜(だし用)	塩……………0.7g	〈トマトベースたれ〉
フォー……………70〜100g	中華だし……………0.7g	カットトマト缶……………30g
もやし……………30g	鶏がらだし……………顆粒2g	味の素……………0.2g
小松菜……………15g	A 薄口しょうゆ……………0.5g	こしょう……………適量
ささみ……………25g	ナンプラー……………適量	カイエンペッパー……………適量
煎りごま……………適量	ごま油……………適量	(※レッドペッパー・
ピーナツ粒……………適量	酢……………2〜3g	チリペッパーでも可)

つくりかた

1. 鶏がら・野菜の切れ端(旨味の出る野菜)・生の生姜スライスを水と一緒に鍋に入れ半日ぐらいい煮込み出汁をとる。
2. もやし・小松菜・ささみを蒸し、ごまとピーナツは軽く炒しておく。
3. フォーをお好みの硬さに茹でる。
4. だし用スープに調味液(A)を入れ、ごま油で味を調えフォーにかけて、具材を上盛り付けたら完成です！
5. トマトベースたれは、カットトマト缶・味の素・こしょう・おろしにんにくを入れ、さっと火にかける。お好みの量で辛味調味料を入れたら完成。

つくったひと

(※写真左から)



下島 由紀(しもじま ゆき)さん
テイニング ピョーさん
ピョー ピョー サンさん
キン タンダー トンさん
イエン ヌエ トンさん