

いきいき

今号のテーマは
「安心の住み替え」

60歳以上の方に

高齢者優良賃貸住宅【はっぴいはうす五番館】

7月に熊本市長嶺西にオープンした【はっぴいはうす五番館】は、高齢者のための優良賃貸住宅です。住宅内はバリアフリーで、洗面・トイレなどは車イスの方にも対応。食事や団らんの場はゆとりあるリビングをご用意し、廊下も広くなっています。また、緊急時対応サービスを整備し、フロントスタッフが24時間常駐します。



広々としたリビング(上)、ご入居の方の個室例(左)と浴室内の洗面台(右)

住所／熊本市長嶺西1丁目6-93

利用条件／60歳以上でひとり暮らしの方や、同居親族がない方など。60歳未満の方は別途ご相談に応じています。利用料金などの詳細はフリーダイヤルでお気軽に。

☎0120-125-253

介護の本を

書いちゃいました！

ピュア・サポートグループ代表

小山 敬子

皆様のお陰で、介護老人保健施設「おとなの学校」本校は学習療法やフィットネスの活用などを含めて、元気な施設として支持を受け、スタッフも頑張っています。しかし、全国の高齢者向け施設は今、まったく元気がありません。経営状態がひっ迫していることもあります。『そもそも志が低い経営者が多いからでは?』と、いぶかる向きもあります。

そこで、私は本を書いてみました。9月に、くもん出版から出る予定でタイトルは「夢見る老人介護(仮)」。高齢者を元気にできれば、日本は絶対にもっと明るい国になれるはず。でも、そのためには政府も施設も家族も高齢者も、今みたいに甘えの構造にどっぷり浸ってはいけません。という強い思いを込めて書きました。高齢者自身が、「介護が必要になっても、前向きに生きてゆける社会を目指そう!」という気持ちになれるような内容です。この本が、日本が元気になる契機になったら嬉しいな!

成果発表会

思いを込めた“夏休み”に拍手！

頑張った証のメダルを
もらってニッコリ！



手を大きく動かして体操を披露する生徒さん

3ヶ月に一度、「おとなの学校」本校の生徒さん達が日頃の学習成果を披露する「成果発表会」。7月19日は、夏休みをテーマに様々な発表が行われました。本校オリジナルの体操や築城400年を迎えた熊本城の歴史を調べた自由研究。さらに、思い思いのタッチで描いた花火の絵、タンバリンや鈴を使った「夏の思い出」の合奏など、生徒さんがいきいきと表現される夏休みには、ご家族や同級生も大きな拍手を送りました。

暑さを吹き飛ばす PSG夏祭り

8月9日にPSG夏祭りを開催。ご家族や地域の皆様がおとなの学校本校で各施設のお客様の演芸を見学後、一緒に食事をされました。午後は「ファイン」でゲームやボランティアの演奏・踊りで楽しい時間を。なお、当日は尾ノ上校区ボランティア有志が配膳などをお手伝いされました。



お客様・ご家族・地域の方々合同の昼食



おてもやん踊りに会場から拍手

委員会紹介

その①

【ピュア・サポートグループ】の委員会活動をシリーズでご紹介します。

職員の親睦を深め、地域に貢献できる行事を実行

パワーアッププロジェクト



パワーアッププロジェクト
委員長 山本 暁里

ピュア・サポートグループ職員の中から9名が活動する「パワーアッププロジェクト」。委員長を務めるのが【メディカルケアセンター ファイン】の検査技師・山本暁里です。

「職員が気持ちよく働けるよう、交流親睦に役立つ行事(ミニバレーボール&ボーリング大会・日帰りバス旅行等)を企画・実施するほか、地域との交流促進の役割も担っています」と語る山本。PSG夏祭り&近隣町内合同の地蔵祭り、文化祭、年末の餅つき大会などの企画や共催、帯山校区夏祭り、尾ノ上まつり等への参加もその一環です。

「企画が多くて大変ですが、祭りや行事当日には多くの職員がボランティアで参加してくれるほか、地域の方々と仲良くなれることに喜びを感じます。毎週水曜日の18時30分から【ファイン】で実施中のヨガ・サークルも、地域の方々の参加を歓迎しています。「委員長は大役だし、大丈夫かな?」と当初は不安でしたが、行事を終える度に自分が成長するのが分かり、今ではこの役目にやりがいを感じ、感謝しています」。



自信につながる「ふれあいクッキング」

回 回復期リハビリテーション病棟では、退院後に役立つリハビリメニューを実施。毎週火・水曜の「ふれあいクッキング」もその一例(写真参照)です。

「ふれあいクッキング」は、調理環境が整った2階・食堂談話室で実施しています。この日は、立ったまま調理可能な方と、車イスで調理ができる方が参加され、互いに協力しながら、だんご汁など2品を作られました。作業療法士や介護士はお客様を見守りながら過剰

な介入はせず、安全な作業ができるよう配慮しています。

「ふれあいクッキング」は、女性のお客様にとっても好評です。特に「退院後はすぐに家事をしたい」という方は、「ふれあいクッキング」を重ねることで自信が深まります。回復期リハビリテーション病棟では、機器などによる身体の機能改善のほか、日常生活に則した作業を通して、皆様が安心して退院の日を迎えられるよう努力しています。

クッキングのリハビリ効果

- 包丁を握る握力の強化や、むく・切るなどの細かな作業が手や指の動きを促進。
- 調理を通じて、目と手の距離感がつかめる。
- 調理の手順を考えることで脳が活性化される。
- 調理など生活に則したリハビリは退院後の自信につながる。
- 数名で調理を行うことでコミュニケーション能力や協調性が高まる。



退院に向けたクッキングによるリハビリ



複数での調理作業で協調性もアップ

CI療法(麻痺側上肢集中運動)とは?

CI療法のお問い合わせ・ご相談はフリーダイヤルで【メディカルケアセンターファイン/栗崎まで】



ファインリハビリテーション部
作業療法士 栗崎 智子

CI療法は、脳卒中の後遺症で上肢にマヒがある方を対象にしたリハビリです。この療法の先駆者である兵庫医科大学病院の全面協力で、【ファイン】でも7月から導入。マヒがない側の腕や肩の動きなどを器具で制限し、マヒが残る側に集中訓練を行いながら運動を誘発しようとする治療法です。CI療法は、「職場復帰を果たしたい」など、ご本人に強い意志(目的意識)があることが前提となります。関心のある方はぜひお問い合わせください。

CI療法の対象者

- 脳卒中の後遺症で上肢に片マヒがある方。
 - 親指を含む3本の指を自力で10度以上伸ばせること。または、手首を自力で20度以上、あげられること。写真(①②)参照。
 - 患者さん自身がCI療法を強く希望。
 - 集中訓練(1日5時間・2週間(10日間実施))のストレスに耐えられること。
 - 集中訓練の指示が理解できる方(認知症でない方)。
- 《以上のほか、リハビリ科医師が総合的に診察して適応を判断します》



①手首が20°以上あげられること



②指先が10°以上伸ばせること

CI療法の流れ

CI療法は医療保険適用です

- 相談(毎週木曜日)⇒初診(医師による適応判断)⇒リハビリ開始
- 2週間(月～金曜日)午前2時間・午後3時間の集中訓練(個別メニュー)
- 集中訓練の後、継続的に1ヶ月後・3ヶ月後・6ヶ月後・12ヶ月後に外来で再検査を実施。その際に自主トレーニングの指導を行います。(本人の希望により、毎月1回の通院も可能)



ピュア・サポートグループ
 小山敬子代表が介護の本を出版
「夢見る老人介護(仮)」

平成20年9月、「くもん出版社」から
 1冊の本が出版されます。

タイトルは「夢見る老人介護(仮)」
 当グループ代表の小山敬子が、

日本の介護問題へ一石を投じる本です。

介護を取り巻く現状と課題を伝え、

高齢者やご家族、介護職を含む全ての方々へのメッセージと、

未来への展望などが綴られています。

面白くて、ほろ苦くて、誰もがちよっぴり心当たりがある本。

「ならば、自分の老後はこうしよう」と

人生設計を考え直すヒントになるかもしれません。

皆様もぜひ一読ください。



ピュア・サポートグループ
 代表 小山 敬子



【おとなの学校】本校の取り組みも紹介



(本のイラストはイメージです)



韓国から視察のお客様

7月8～9日の2日間、
 韓国から医療・介護などの専門
 家6名がピュア・サポート
 グループ視察のために来熊
 されました。皆様は小山代
 表からシニアリハウス・シス
 テムなど多面的な事業展開
 を聞いた後、「ゆいの家」や
 「おとなの学校」本校を含む
 全施設を見学。「韓国は7月
 に介護保険制度が導入され
 たばかり。参考にすべきこ
 とが多いです」と熱心に質問
 しておられました。



各施設を見学後、
 延命庵で休憩中の皆様

工作に夢中!

夏休み企画大好評
 熊本市母子福祉センター

8月10日に開催した夏休み
 企画、「工作教室(伝承遊び)」
 に4組12名の親子さんが参加
 され、熊本市子育て支援ボラ
 ンティアの天津山先生から5
 ～6種の工作を習いました。
 笑いを交えた愉快な指導に作
 業もスムーズに進行。子ども
 同士もすぐに仲良くなり、協
 力しながら紙やストローなど
 で笛やコマを完成。作ること
 の喜びや達成感を味わってい
 ました。



大人も子ども楽しめた工作教室

小規模多機能型居宅介護施設とは？

住み慣れた土地で、
親身な介護サービスが
受けられます。

高齢者が安心できるのは、住み慣れた町で顔なじみの人達から介護サービスが受けられること。それを形にしたのが小規模多機能型居宅介護施設です。当グループには「はっぴいはうす」「はっぴいはうす参番館」「おおむらさんち」の三施設があります。今回は、地域の皆様に親しまれ、喜んでいただける介護サービスの提供を目指す「はっぴいはうす参番館」を例に、「小規模多機能型居宅介護とは？」の疑問にお答えします。

小規模多機能型 居宅介護の長所

- 小回りの利いたサービスが受けられる
- 顔なじみの職員が通い・訪問・泊まりのサービスを提供（なじみの関係がとくれる）
- 家庭的な雰囲気の中で過ごせる

【はっぴいはうす参番館】では
くもん学習療法も実施

帯山校区にある「はっぴいはうす参番館」は、通い（1日定員15名）・訪問・泊まり（1日定員9名）の方々のご利用が可能です。また、通常の介護サービスのほか、次のサービスも提供しています。

- くもん学習療法の実施（脳の活性化や認知症予防へ）
- 高齢者の暮らしに基づき、調理などの生活リハビリを実施

運営推進会議には地域の方々も

小規模多機能型居宅介護施設には運営推進会議があり、委員会での意見などを参考に、地域に根ざした介護サービスを提供するようになっています。

- 【はっぴいはうす参番館】運営推進会議メンバー
医療法人社団大浦会理事長・帯山校区6町内自治会会長・同5町内老人会会長・同民生児童委員協議会会長・地域包括支援センター「和の華」主任ケアマネージャー・中央保健福祉センター帯山校区担当保健師・利用者のご家族・参番館管理責任者・(有)ひまわりくらぶ取締役
《運営推進会議/2ヶ月毎に開催(原則奇数月)》

お問い合わせはフリーダイヤルでお気軽に



個室(例)洋室タイプ リビングに隣接した茶の間

参番館の特徴

- 1階が小規模多機能型居宅介護施設(介護保険事業)、2階・3階はアパートです。住宅事情等で自宅での介護が困難な方などは2階のマンション・アパートを借り、ご家族同居の在宅生活をおくることも可能です。また、遠隔地にお住まいのご家族が、帰省中に2日～1週間単位で借りることも可能です。
- スーパーマーケットに隣接しています。
- 市営バス停にも近いので交通の便も良好です。

夏祭りが大盛況!

熊本市夢もやい館

7月19日に「熊本市夢もやい館」主催の夏祭りを開催。

当日は、15時30分より体育館で利用者による合唱やフラダンス、肥後ちよんかけごまの披露などが行われ、来場者から盛んな拍手と声援が。さらに、館内のフリーマーケットや焼きそばなどのバザー、ゲームにも近隣地域の親子連れの方々が詰め掛け、大いに盛り上がりました。



大勢のお客様で賑わった夏祭り

笑いに包まれた「お元気サロン」

月出校区



6月24日、月出校区お元気サロンを【熊本市 夢もやい館】の今村健康運動指導士がお手伝い。表情筋から足の筋肉まで、全身の筋トシを体験された16名の皆様。「免疫力アップにも役立つらしい」などと会話も弾み、休憩時には手作りのおやつで和気あいあい。笑顔いっぱいのおサロンとなりました。

ピュア・サポートグループ (PSG)の地域行事支援

地域行事を
お手伝い
します!



タカミ〜す

行列 & 完売の大盛況! 帯山校区夏祭り



7月21日に帯山小学校グラウンドにて、第5回帯山校区夏祭りが開催されました。ピュア・サポートグループでは、ラムネとジュース、綿菓子販売のブースを出店しお手伝い。折からの暑さを受け、飲料が大人気! 2時間あまりで完売しました。また、綿菓子にも最大30名近くが行列するなど大盛況でした。

今年も合同夏祭りが 大賑わい

尾ノ上校区8町内

夏の恒例行事、尾ノ上校区8町内と【ケアハウスゆいの家】共催の夏祭りが8月17日に延命庵で開かれ、大勢の参加者で賑わいました。当日は食べ物コーナーほか、ヨーヨー釣りなどのゲームが大人気。永野会長始め自治会や老人会・婦人部の皆様は、汗びっしょりで接客に努めておられました。



いきいきストレッチで健康づくり 尾ノ上校区

地蔵祭りで 子ども達が活躍

尾ノ上校区7町内

【おとなの学校】本校&尾ノ上校区7町内子ども会との共催行事、「地蔵祭り」を8月22日に実施。子ども達は触れ太鼓で町内を巡回した後、お坊様の法話を聞きました。続いて、本校内でジャグリングの見物やゲームを楽しんだ子ども達。「地蔵祭りは面白い!」とニコニコ顔でした。



8月21日の尾ノ上校区はつらつお通者サロンは、ピュア・サポートグループの訪問看護スタッフが血圧測定を行った後、【熊本市 夢もやい館】の今村健康運動指導士がストレッチを指導。皆様は「体はなるべく動かさんといかん」「老化防止にもよさそう」など、楽しそうに手足を動かしておられました。

今回は「おとなの学校」本校に寄せられた苦情への対応と改善をご報告します。

《苦情内容》

7月9日、ご入所のH様のご家族から「保健衛生的に気になることがあります。以前、1階食堂で、母の歯ブラシが他の方々の歯ブラシと一緒に束になって洗面台に置かれているのを見ました。とても不衛生に思えたのですが」とのご指摘を受けました。

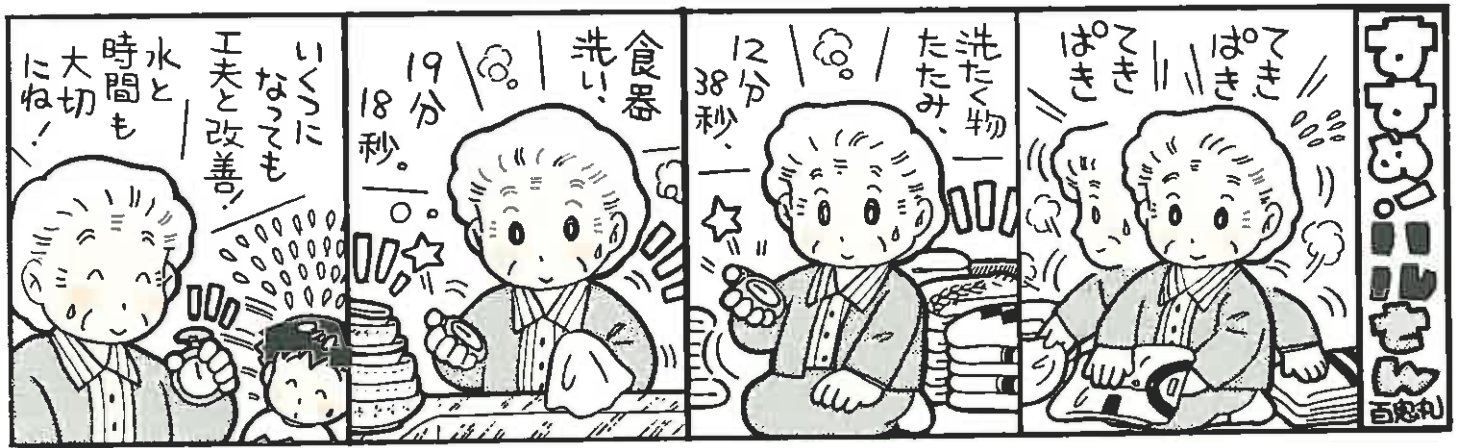
《対応》

お話を傾聴し、丁寧に謝罪いたしました。調査したところ、H様が見られたときの状況は、介護担当者が皆様の歯ブラシを洗浄・消毒して乾燥させた後、トレイにまとめて入れておいたときのご指摘と判明しました。

《改善策》

本校では、歯ブラシはお客様に用意してもらい、使用後は歯ブラシ立てに入れたまま洗浄・消毒・乾燥処理をしておりました。しかし、歯ブラシの大きさや長さなど形状が多岐に及び、従来の歯ブラシ立てでは一連の処理ができない状態になっていました。そのため、衛生処理後、トレイに入れたものと思われまます。今回のご指摘を機に1階食堂では、洗浄・消毒・乾燥が可能な歯ブラシ立てを新規作成しました。

リスクマネジメント委員会報告



たこ焼き、一緒に作ったよ!

7月17日、【ここへおいでよ】ばんだ組の園児4名が【おとなの学校】三郎校を訪問。生徒さんと一緒に「たこ焼き」作りに挑戦しました。プレートの上でぐるぐる回しながら焼きたこ焼きに、すぐに夢中になった園児達。ほどよく焦げ目のついたものは、さっそく皿に移していました。試食タイムでは「あつい!」と目をまん丸にする場面もありましたが、生徒さんとも仲良くなり、多世代交流の役目を立派に果たしていました。



お玉を上手に使ってお手伝いをする園児達



NPO(特定非営利活動)法人

特定保健指導モデル事業 その①

食事
指導編

メタボを防いで健康増進!

「特定健診・特定保健指導」の施行に伴い、4月にピュア・サポートグループでは職員の血液検査を実施。その中で中性脂肪などの数値がやや高めの者を対象に「特定保健指導モデル事業」を企画。応募者から2名を選定しました。指導経過を連載します。【熊本市 夢もやい館 健康運動指導士 今村 恵】



多和 啓介

本校のリハ担当です。ナイスパティを目指して食事と運動を頑張ります。

- 《食事相談の流れ》
- ①食生活・日常生活調査
 - ②身体状況に応じた目標
 - 3ヶ月後
 - 6ヶ月後
 別体重を〇kg落とすなど
 - ③必要エネルギーの算出
 - ④1日の食事量(適正量)
 - ⑤個々に応じた動感付け(助言・指導)等



嶋村 法人

リハの仕事と夜間学校の通学を両立しながらダイエットにチャレンジ。

《食事指導担当》管理栄養士 浦田あづさ

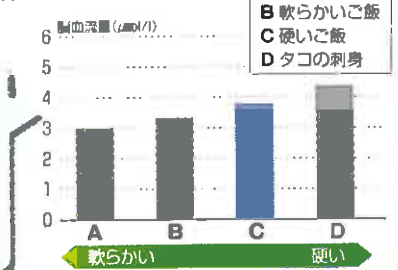
日常生活には美味しい誘惑がいっぱいですが、10年後にメタボにならないように少しずつ頑張りましょう。2名は上記のアドバイスを受け、現在努力中です。

歯ごたえを重視した食材選び

【カロリー庵】の弁当はここが違う⑥

高齢者に人気の「おおうらさんちのおべんとう」は、あえて軟らかい食材は使わず、歯ごたえのある食材を活用しています。その理由は、噛む力が弱まると唾液の分泌が低下し、ひいては消化吸収力や免疫力低下につながり、病気への抵抗力が弱まるとされているからです。また、噛む行為は脳の血流量を増やし、頭がスッキリするなど脳の活性化も期待できるとか。「体調不良だから軟らかいものを」と希望される場合以外は、噛む力を維持し、健康増進に役立つお弁当を提供しています。

【グラフ①】硬さの異なるグミゼリーを噛んだときの脳血流量



(注)グラフ①は、健康な10人が硬さの異なる4種類のグミゼリーを噛んでいるときの脳の血流量を測定。「おおうらさんちのおべんとう」は、Cの硬さに相当します。

(引用: J.Dent. Res.85 Special IssueB: 404.2006より)

有限
会社



お弁当に関するお問い合わせはフリーダイヤルで



大きな滝をバックに記念撮影

はっぴい実現委員会

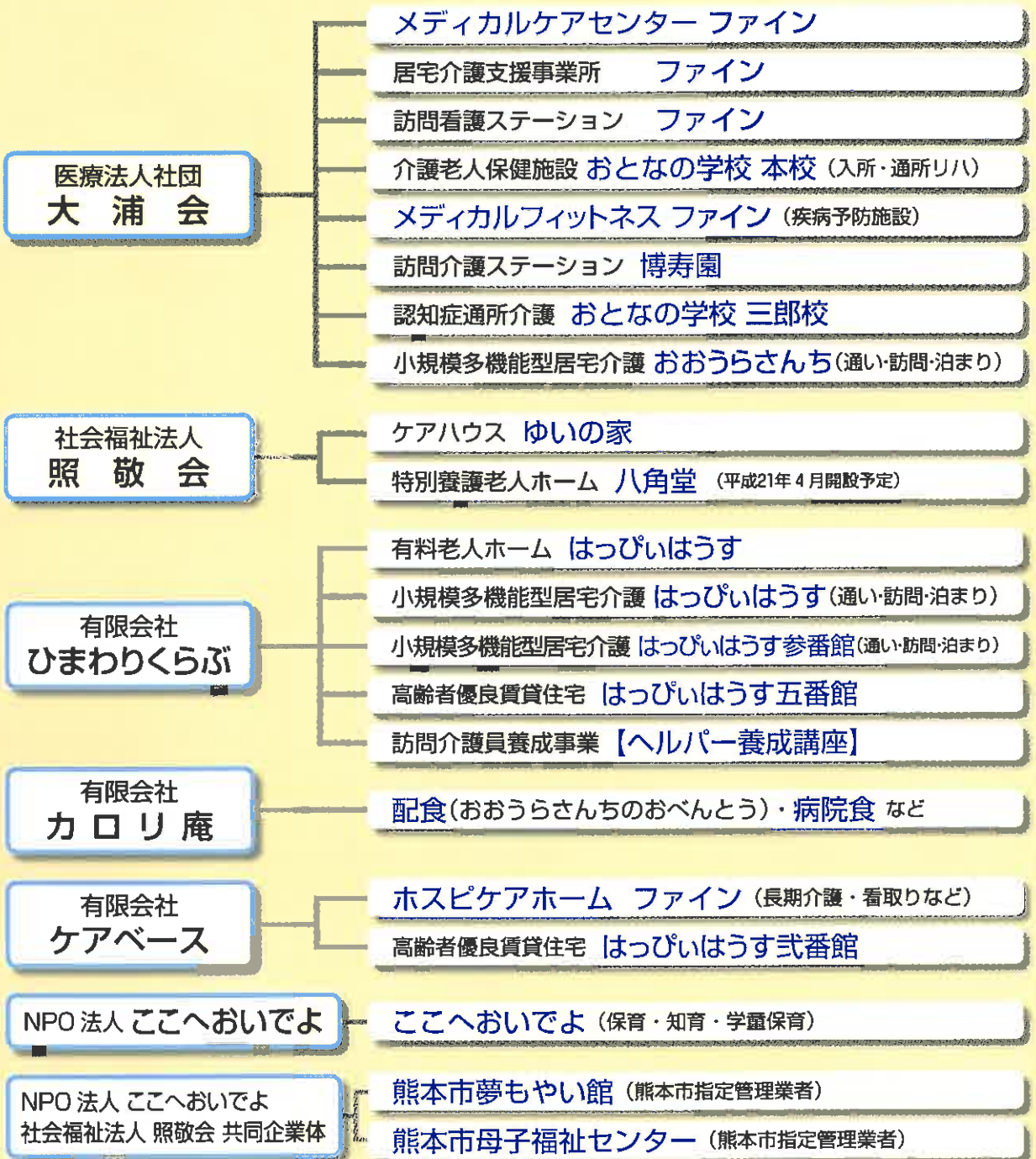
マイナスイオンを浴びてリフレッシュ!

7月24日、【おとなの学校】本校のお客様6名が、猛暑の続く熊本市内を離れて、西原村の白糸の滝を訪れました。高さ約20mの壮大な滝を目の前に、「迫力がある!」「滝の近くは涼しい」など大感激。うっそうとした緑が広がる自然の中で、マイナスイオンを体いっばいに浴びた皆様。「また来たい」と、早くも次なるお出掛けへの意欲をみなぎらせていました。




ピュア・サポートグループは多彩な事業を展開し、地域の皆様に癒しと安心をお届け致します。

ピュア・サポートグループ



各事業のお問い合わせ・ご注文はコールセンターへどうぞ!

いつも にこ にこ さん

 0120-125253