

1. 基本方針について

震災から6年、状況は一変したものの、当ホームでは、ご利用者や職員が共存している「生活の場」として、当たり前“普通の生活”が過ごせるよう、日々のケアでも、「馴染み」と「馴染み合い」に一線を置き、一人ひとりに向き合ったケアに取り組んできました。

1) 職員一人ひとりの意識を高めていく

普段行っているケアを、職員の体力に合わせながら、安全な介助が行えるようケア会議等で見直してきました。

特に本年度は、介助者の腰痛等の負担軽減を目的に、介護ロボット（マッスルスーツ）に期待を込め試用。結果、現場の声として「金具や固形物をご利用者にとってリスクとなること」「背負うことで職員への荷重がかかること」「装着時とっさの動作に対応できない」等の意見があり、改良の必要性が多々あることから、現在、介護ロボットは活用できず、移乗介助等のケアは二人対応で行っています。

2) ご利用者に向き合う

① 認知症状に対しては、理解を深めると共に、個々にあったケアを継続できるよう、変化がある度、ケア会議や勉強会等で検討してきました。（日頃から変化に気付けることの重要性を発信。「いつもだから」との意識低下を防ぐため、毎月の標語に理解を深める等を掲げ、気付けるようにしてきました。今後も職員が自ら気付けるよう意識向上に努めていきたい。）

② 重度化のケアについては、突然の疾病や高齢化と共に身体機能の低下、認知症状の重度化となり、日々の生活が大きく変わった方もおりました。如何に苦痛なく安楽な生活が送れるのか、「食事」「排泄」「入浴」のケアを主に、多職種間の連携を図りながら、寄り添えるケアに取り組んできました。

また、「自立支援」への取り組みも同時に行い、日々の生活リハビリを取り入れ、今行えていることへのサポートや、生活にメリハリや楽しみを見出せるよう取り組んできました。

そして、唯一楽しみとしている「食べる」ことに対し、厨房職員の協力を得、ソフト食を取り入れることができました。（キザミ食やミキサー食では、とても美味しそうには見えず食欲をそそりません。ソフト食は、調理に手間がかかりますが、食材一品ずつが、何の食材を食べているか分かり、また、盛り付の工夫で、彩も楽しめる食事を提供することができました。

これからも、ご利用者の目線で、当たり前普通に過ごせることを目指していきたい。）

3) 暮らしに寄り添う

家族とゆっくり語らえるような環境を整えることで、少しずつ、ご家族の面会も増えてきています。（避難区域だからと面会が遠のいていた方でも、ご家族の時間を取り戻せるよう、家族との信頼関係を深め、日頃の様子や施設の現況等を面会時に話すようにしてきました。）

また、ボランティアの受け入れにも考慮。（長時間の歌や踊り等を見ていることが、体力的に負担となってきた方が多くなってきており、現在、入居している方の体力等に沿った内容のボランティアの方だけ受け入れをさせて頂きました。）

2. 具体的な取り組み内容

① 職員会議

年月日	議 題 ・ 内 容
H28.4.28	今年度の事業計画（ホーム、厨房、各家） 各委員会より活動計画（口腔、入浴、排泄、リスクマネジメント、感染症対策）
5.26	各委員会～排泄委員会（プライバシーの尊厳について）、リスクマネジメント（アクシデント集計、ヒヤリハット報告）、感染症委員会（食中毒について） 研修報告～「社会福祉施設等職員初任者基礎研修」 高野拓巳
6.23	各委員会～口腔ケア委員会（パタカラ体操について）、排泄委員会（スムーズな排泄コントロールについて他）、入浴委員会（菖蒲湯と温泉ツアーについて）、リスクマネジメント（アクシデント集計報告、移乗勉強会について）、感染症委員会（熱中症予防強化月間について） 研修報告「キャリアパス制度理解研修」小林明美、「実習指導者講習会」菅野明洋
7.28	各委員会～排泄委員会（ベッド上での安楽な体位について）、リスクマネジメント（服薬マニュアルについて）、入浴委員会（温泉ツアー実施報告）、感染症対策委員会（食中毒について） 研修報告「ユニットリーダー研修」佐藤祐子、斉藤 伸、「中堅者職員研修」佐藤 恵
8.25	各委員会～排泄委員会（安楽体位勉強会報告）、リスクマネジメント（アクシデント集計報告・誤薬予防マニュアル）、入浴委員会（お風呂の日について他）、感染症委員会（熱中症について）、口腔ケア委員会（歯科衛生士による指導について） 研修報告「老人福祉施設職員研修」森永淳志、「キャリアパス対応生涯研修課程初任者研修」高野拓巳
9.29	各委員会～口腔ケア委員会（洗口液使用実績について）、リスクマネジメント委員会（アクシデント集計、内出血予防）、アクシデントのマネジメントについて）、排泄委員会（福祉用具使用方法・パットの選定について）、入浴委員会（お風呂の日について）、感染症対策委員会（感染対策について）、 勉強会 ～介護ロボットの説明・・・菊池製作所
10.27	各委員会～入浴委員会（お風呂日開催について）、排泄委員会（パットの吸収と吸収量の勉強会）、リスクマネジメント（上半期アクシデント集計、フレックスボードの使い方）、感染症対策委員会（インフルエンザ予防対策について） なんでも勉強会（医務室）救急勉強会 研修報告「ユニットリーダー研修会 24Hシートの作成と活用」高橋真由美 高野智子
11.24	各委員会～感染症対策委員会（ノロウイルスについて）、入浴委員会（入浴シートの見直し、お風呂の日について）、排泄委員会（排泄バックの使用・パット一覧の見直し） 口腔ケア委員会（口腔ケアのワンポイントアドバイス）、リスクマネジメント（アクシデント再発防止対策シートについて、アクシデント集計について） 勉強会 ～ マッスルスーツ説明会
12.27	各委員会～入浴委員会（お風呂の日実施報告・入浴シートの見直し）、感染症対策委員会（ノロウイルス・インフルエンザ対策の実技）、排泄委員会（アセスメントシートの見直し、介護用品表の作成）、口腔ケア委員会（パタカラ体操、口腔ケア用品の見直し）、リスクマネジメント（申し送り表の作成、アクシデント集計、今月の標語について） なんでも勉強会（介護） その人らしい生活のための「個別ケア」
H29.1.27	各委員会～感染症対策委員会（吐物処理方法について）、リスクマネジメント（マッスルスーツ勉強会、アクシデント集計について）、排泄委員会（排泄勉強会、アセスメントシート一覧表について）、入浴委員会（入浴アセスメントについて）、口腔ケア委員会（新パタカラ体操について） 研修報告～「高齢者施設における口腔ケアの基礎研修会」菅野ミサ子 菅野麻美
2.23	各委員会～感染症委員会（バランスの良い食事について）、入浴委員会（特浴掃除と今年度の反省）、口腔ケア委員会（パタカラ体操、歯科衛生士指導について）、排泄委員会（排泄用品の選定、プライバシーについて）、リスクマネジメント委員会（マッスルスーツ勉強会、アクシデント集計） 研修報告「ユニットリーダー研修」 高橋真由美 高野智子
3.26	各家の取り組みと1年間の生活報告、厨房会議報告、各委員会より事業報告 事務より「平成 29 年度介護報酬改定の概要について」
	※ 毎月、各家の取り組み、厨房会議報告会を実施

② 家長会議

現状の業務内容や勤務体制の見直し等。直面した問題に、現場レベルで話し合う事により、より具体的な内容となっていた。

開催日	内 容
H28.4.7	年間活動計画について、委員会担当について、年間行事について、ケース記録、日誌について、家族会総会について
5.20	日誌入力について、ユニットケアについて、環境整備について、各家の食事形態一覧について（栄養士より）
6.17	行事（七夕・納涼祭）について、ユニットケアについて
8.1	納涼祭について、研修報告「アサーティブの考え方について」森永淳志
9.11	敬老会について、ユニットケアアンケート取りまとめについて
10.24	芋煮会・コンサートについて、ソフト食について、24hシートについて
12.6	年末年始の行事について、ユニットケアについて、防災マニュアルについて、研修報告「24hシートの活用」高橋真由美 高野智子
H29.1.26	防災マニュアル作成について、ケース記録の確認、申し送り表について
3.9	ユニットケアの反省、環境委員会の反省、行事委員会の反省

③ 行事

高齢化や重度化に伴い、以前のような行事を催すことは困難でしたが、体調に合わせ、参加型から雰囲気味わって頂く内容へ方向転換。その場を盛り上げる内容にするため思考を凝らし「見て・聞いて・味わって・触れられる」五感を重視してきました。

月日		内 容	場 所	参加者
4.11	花見外食ドライブ	花見と、相馬・鹿島出身の方の自宅周辺の見学に出掛けました。当日はご家族の方の案内で地元を懐かしそうにしていました。昼食は、道の駅で、お弁当を頂きました。	相馬市・南相馬市「セデッテ かしま道の駅」	16名
4.19	花見外食ドライブ	花見を兼ねてご自宅周辺をドライブ。村内は大雷神社と伊丹沢の復興桜を見てきました。	村内	10名
4.29	家族会総会 花見昼食会	今年は、多くの家族の出席があり、総会后、厨房手作りの花見弁当を囲み各家でご家族と共に交流を深めました。	各ユニット	全員
5.26	外食ドライブ	西棟利用者が川俣町へ外食に出掛けました。事前に注文していたメニューは、普段とは違う雰囲気味わいました。	川俣町「吟哉」	8名
7.7	七夕昼食会	西棟ホールで昼食会を行う。厨房職員が目の前で、天ぷらを揚げ、そうめんを茹でたものを見ながら美味しく頂きました。	西棟ホール	全員
7.12	温泉ツアー	「きこり」のご協力により、定休日にお風呂入りに行きました。昼食は厨房手作りの弁当を持参、のんびりと温泉気分を味わっていました。	飯舘村 きこり	24名
8.19	納涼祭	利用者や職員も浴衣や甚平に着替え、盆踊りや屋台での食事、また、食後には、前庭にて花火を観覧し、居室に戻る際、皆で作った灯籠や行燈に灯りを灯し、廊下いっぱい広がった幻想的な道を通って戻るなど、お祭りの雰囲気を楽しんでいました。	東棟ホール（玄関、廊下）	全員
9.18	ホーム敬老会	今年は、外内手踊り保存会有志による踊りの披露があったり、職員からの大黒舞やギター演奏等も飛び出し賑やかに祝いができました。	西棟ホール	全員

9.22～ 24	お風呂の日	入浴委員会主催（お風呂の日を設定）により、全国の温泉入浴剤を各家の個浴に入れ、外出しなくともいつもとは違った匂いや色等を楽しみながら、浴槽にはバラの花びらを浮かべたりと、とてもリラックスして入浴していました。	全ユニット	全員
10.13	出張料理 屋台ラーメン	厨房職員がホール出向へき、屋台風「醤油・味噌、とんこつラーメンや餃子を作り、自分が食べたい味のラーメンを召し上がりました。	西棟ホール	全員
10.30	文化祭	日頃から作っていた貼り絵や手芸ケーキ、バック等50点を村文化祭に出品したところ「県老人クラブ会長賞」に輝きました。出品した方と外出可能な方で表彰式に出席し、また、文化祭も楽しむことができました。	飯舘村交流センター	9名
11.3	芋煮会	今年はボランティア（ピアノ、歌等）によるミニコンサートを鑑賞し、その後、餅つきやおでん、のり巻き、餡餅、汁餅等を口いっぱい頬張りながら楽しく交流を図りました。	東棟ホール	全員
11.26	出張販売	業者がホームへ出張販売に来所。店同様に配置して頂き、自分の服を見て選び、思い思いの服を買うことができました。	西棟ホール	
12.25	クリスマス会	ご利用者がサンタの帽子を身に着け、ハンドベルの演奏を楽しみ、昼食には鶏の丸焼きを皆の前で切り分けられ、とても喜んでいました。	西棟ホール	全員
12.28	もちつき	3升のもち米を臼と杵でつきました。ご利用者も千本杵を持ち参加。つきあがった餅は、お正月のお供えと、昼食にあんこ餅・じゅうねん餅・からみ餅・汁餅等にして頂きました。	西棟ホール	全員
1.2	新年会	新年の顔合わせとして、挨拶後、職員の大黒舞や二人羽織り等の余興で新年の初笑い。昼食は、お祝い膳を美味しく頂きながらゆっくり寛いでいました。	西棟ホール	全員
1.14	だんごさし	色とりどりの団子を丸める人、茹で上がった団子をさす人等、季節感を楽しむことができました。	西棟ホール	
2.3	豆まき	節分の日に、今年の年男年女に豆まきをして頂きました。ベッド上で休まれている方が多いため、居室にも出向き、豆まきを行い、春が近づいていると感じていたようです。	各ユニット	全員
3.3	ひなまつり	ホールに飾られたひな壇の前で着物を羽織り記念撮影、また、厨房職員が目の前でお寿司を握り、配膳された寿司を微笑んで頬張っていました。	西棟ホール	全員

3. 1年を振り返って

震災前の11ユニットから、現在は6ユニットとなり、入居者も120人から34人に。各ユニットを満床にするには未だ余裕があるものの、年々職員の年齢層も高くなり、同時にご利用者の介護度も重度化していることから、安全を考慮し二人対応の介助者が多くなり、より一人に係る時間が増えてきている状況です。

また、コミュニケーションや味のある会話は、決して褒められた言葉遣いではありませんが、馴染みの言葉は優しさが伝わっているように感じています。

当ホームは、機械を使わない“人の手の温もりで介護を”との方針で続けてきましたが、今後、年を重ねて行くにつれ、職員の身体も守らなければならないため、活用できる福祉用具の選定を考えなければなりません。

これからも、“当ホームならではの”の思う気持ち、寄り添ったケアを大切に、職員一人ひとりが高い意識を保ちつつ、施設内で「家族」のように過ごせる関係づくりと、笑顔が見られるケアをしていきたいと思えます。

1. 生活全般について

職員の異動に伴い、個々のケア内容を確認することから始まりました。戸惑いながらも優しい声かけや気配りをする事で、居室にこもる事もなく普段通りに過ごせ、体力低下などもなく乗り切ることができました。

意思疎通が難しい方が、突然の体調不良により入院となってしまいました。その後、経管栄養となり帰ってきました。以前のように戻れないかと、頻りに声かけやジェスチャーで対応してきた結果、1ヶ月過ぎたころから自力で食べて頂くことができるようになりました。ただ残念なことは、ご家族の方に理解されなかったことです。

また、突然の発熱で私たも驚かされた方がおり、その度に、家族の方が面会に来られ、帰り際に「おらいの父ちゃんどうなんだべ」と心配しながら帰られる。散髪も殆ど息子さんが手掛けるなど、忙しいながらも愛情をもって接しているんだなぁと感じられたこともありました。

ある家族の方は、食欲が落ちそうな時期を見計らって面会に来て下さいました。ご家族の顔を見ただけで、笑顔となり食欲が増すなど何よりの御馳走となっています。

ベッドの上で過ごされる方は、一日の過ごし方を工夫することで、声かけ時に返ってくる笑顔に私達もどれだけ救われたことか。

最高齢の方は、今でも縫物が好きで、秋の文化祭に出展したところ賞を頂きました。

これからも長生きできるようお手伝いできればと思っています。

2. 食事・入浴・排泄について

<食事について>

高齢化が進みADLの低下で食事摂取も難しくなってきた方の状態を把握し、一人ひとりの食事形態の見直しと摂取状況に合わせ、場合によってはトロミ剤を使用するなど、安心して食べられ、意欲に繋げようと随時検討と工夫をしてきました。

また、体重の増減を伴う方については、食事摂取量表などを作成し、食事量や内容の調整を行い、その人の好みや摂取方法もつかむことで、無理のない介助や支援ができるようになったと思います。

<入浴について>

個々に合った入浴用品（シャンプー・ボディーソープ・入浴剤等）に変更することで、皮膚が弱く内出血ができやすい方の予防に繋がった。また、体調に合わせ入浴が負担にならないよう2人介助で対応してきました。課題として、季節感を感じられる浴室の飾りつけや環境を、もう少し整える事ができたらと思います。

<排泄について>

皮膚トラブルを防ぐため、日頃から肌の観察を行い、個々に合ったパットでも今の状態に合っているのかその都度見直しをしてきました。また、体調に合わせた排泄介助の入り方を行うことで、良い排泄ケアができたと思います。

プライバシーの面から、大きな排泄バックの使用は控えるなど、介助方法のマニュアルを定期的に見直していきたいと思います。

3. 家内のユニットの取り組みについて

ADLが低下しても、その人らしく過ごして頂くため様々なことに取り組んできました。気分転換を目的に、春と秋に買い物や外食を実施しました。このことで日頃とは違う食に対しての意欲を感じ取ることができました。

居室で過ごすことが多い方には、少しでも快適に過ごして頂きたく、ベッドをフロアに移動したり、一緒にテレビ鑑賞やコミュニケーションを図ることで、声掛け時に良い表情を見ることができました。

体調の変化により寝具の調整や空調管理に努めたり、拘縮がある方に対しては、ポジショニングの勉強会を行い、試行錯誤しながら、いち早く対応したことにより、現在、良い状態で過ごす事ができています。

毎日の体調を見ながら、少人数でもレクへ参加することにより、メリハリのある生活を送って頂く事ができたと思います。

食後の口腔ケアでは、長年舌苔の汚れが蓄積され、なかなか取れなかったものの、歯科衛生士の指導や口腔ケア用品を根気よく続けることにより、今ではとても綺麗になり、本人も「うずぐしいな」と言われるほど満足されています。これらは職員の努力の賜物だと思います。

我が家では、ユニットケアの手法を用いながら24時間シートを目安とし、自分達の考えるやり方でケアを実践してきたのが“いまのスタイル”であり、自然に対応できるケアができたのだと思います。

課題としては、休日後の出勤時、ケアが変わっていることもあったことから、申し送りノートをもっと少し有効に活用できたら良かったと思います。

4. 行事等の取り組みについて

毎月のように行事があり皆さん楽しむことができました。

特に納涼祭では、浴衣や甚平などを着て祭りの雰囲気を楽しんで頂きましたが、準備に手間取り、一緒に楽しむ時間が短かったように感じています。

芋煮会では、美味しい料理を囲みながら、皆さんと一緒にゆったりと過ごす事ができ、とても満足されていました。

誕生会では、ご家族にも参加して頂くことで、普段とは違う笑顔が見られ、ほのぼのとした光景を見ることができました。

5. 1年を振り返って

何事もなく、この一年を過ごせた事が最大の喜びです。

これからも、体調や精神面に合わせたケアや、積極的なコミュニケーションをとりながら、沢山の笑顔が見られるようなケアをしていきたいと思っています。

今後、難しいケアが増えてくると思いますが、“この人にとっての楽しみとは何か”を考えながら支援していきたいと思っています。

1. 生活全般について

「笑顔で始まり、笑顔で終わる日々の暮らしの中でも変化を見逃さず、ここで良かったと思って頂けるような時間を共に作る」を目標として始めました。

何気ないボディータッチは気持ちを緩やかに、視線を低くすることで笑顔が見られました。私たちも「今日はこんな会話で笑ったよ」と嬉しくなる。そんな日々、一人の方に体調変化が見られ、「7月の誕生日は迎えて欲しい」と思いながらのケアでした。息子さんや沢山の孫、ひ孫が来所された時は笑顔になり、家族に囲まれながら誕生会を迎えることができましたが、新しい年を迎え、悲しいお別れになりました。

また、精神面のケアを要する方とは、申し送りを密に、看護師や栄養士との連携が必須となりました。

一日数十回ともなる排泄欲求の言葉には、職員から余裕を消し去り、表情に硬さが出て、少し言葉がきつくなってしまった事もありました。

その人がその人らしい生活を送って頂くには、どうしたらできるだろうかと毎回ケア会議で幾度となく話し合いました。昼寝でもカーテンを閉めて欲しい方、ご飯を早々に終え「ここが痛いんだよな」と訴える方、「気に掛けて欲しい・まだ食べたいな」との心の訴え、其々の思いが何らかの形で私たちに訴えてきました。

例え、仕事にずれが生じると云えども、そのことを理由に無理に起こしてしまうことは、ユニットケアではない。

この1年間、職員が其々努力し、得意分野を十分に活かすことで喜んで頂いたことや、その人らしい生活を送れるようにケアに当たってきたこと、逆にもっとできたのではないかと思う気持ちなど、これからも後悔しないケアを継続していきたいと思えます。

2. 食事について

個々に合わせた食事形態の提供や、メニューによっては食べ易いよう目の前で箸を入れるようにしたり、早食いの方への対応など、その都度会議等で話し合い改善してきました。

水分量が少ない方に対しては、大好きな味噌汁にお湯を増し、幾らかでも水分を摂って頂いた。また、食事の姿勢、トロミの調整、食事メニュー内容により食器の使い分け、盛り付け方などの工夫に心掛けてきました。

家料理に関しては、機能低下により一緒に楽しむ機会が少なくなってしまう事と同時に、外食の場を設ける事ができなかったことから、少しでも外食気分を味わえるよう「ぬくもり食堂」を開店してみました。事前に食べたいメニューを聞き取り、器や設えを工夫、食堂で提供される1人前のボリュームにすることで、目でも感じられ、職員共々楽しみました。

また、楽しんだ後の口腔ケアも大切。まだ歯の残っている方も多く、歯周病による口臭を、「どうしたら消えるんだろうか」との思いで、時間をかけてのブラッシングや歯間ブラシを丁寧に行い、洗口液も使い口腔内を清潔に保つ等、職員一丸となり取り組んできたことにより、食欲増進にも繋がりました。

3. 排泄について

排泄チェック表は、排泄のことだけでなく、夜間帯の入眠確認や体調の変化の記入により、棟内職員間で状態把握することに役立ててきた。

下剤の量、服用時間など、様々な条件で負担がかかることから、看護師と連携、申し送りの徹底を今後も重視して行きたいと思います。

トイレでの排便や、臀部の清潔を保つことは褥瘡予防となっている。そのため職員は、個々の状態を踏まえ、負担にならないような介護用品を用い継続して行きたいと思います。

排泄確認に関しては、大切だからと思う気持ちが優先してしまい、「今日出た、どのくらいだった」と安易な言葉が周囲に聞こえてしまい、不快感を与えてしまったのではと思われ、言葉遣いには十分気を付けなければならないと思いました。

4. 入浴について

家会議等で統一したケアに当れるよう一人ひとりの入浴方法を確認。「風呂 寒くて嫌だなあ」との言葉が聴かれれば、入浴前に部屋を温風機で暖めたり、楽しんで入浴して頂くため入浴剤を使用することで「あ～良い匂い」と喜んで頂け、また、音楽を流し一緒に口ずさむことで、ゆったりとした入浴時間が作れたのではないかと思います。

“お風呂で季節を感じて頂く”ことを委員会で企画し、菖蒲湯やゆず湯等、また、趣きを変え、「きこり」に出向いての入浴は、いつもの表情とはまた違った一面が見られました。

入浴後の保湿ケアとして、クリームを手にとると「こんなのつける事ないんだ」と言われる。「これをつけると更に若くなるよ」と笑いを交えるなど、楽しく快適にケアすることができたと思います。

5. 行事の取り組みについて

ホーム全体での行事や午前のレク、家独自の誕生会、他の家とのコミュニケーションなど積極的に参加してきました。

行事食では美味しい食事を目の前に、ついつい大口になり笑ってしまったり、誕生会では職員其々の得意な事を披露し共に楽しみ、厨房の手作りケーキを嬉しそうに頬張り、誕生カードで喜んで頂いたり、これからも何か思い出に残せる事があればと思っています。

6. 1年間を振り返って

職員の平均年齢が高くなると同時に、身体の衰えが目に見える。ご利用者の介護度が上がればケア時間も多く要しますが、今後、ホームが更に前進するには、向上委員会で取り上げて頂き、もっと盛り上がる事を期待したいです。

この1年間、言葉遣いや、訴えに対し平常心で返事ができない自分がいたことに反省させられたこともあり、改めて言葉遣いの大切さを考えさせられた年でもありました。

職員の名前でも「たっくん、めぐちゃん」と親しみのある呼び名や、可愛い職員の名前は憶えて頂いたが、年配の職員には「なんだっけ、顔は見た事あんだけど」で、話は終わってしまいましたが、親しみや頼れることが精神面の支えになれることではないかとも思います。

これからも、自分に余裕を持ち、共に楽しむ時間が作れるよう心掛けて行きたいと思います。

1. 生活全般について

ご利用者の体調の変化が著しい1年でもありました。

今まで耳だけを頼りに生活をしていた方が、白内障の術後、両目が見えるようになり、目と耳の両方から沢山の情報が同時に入ることで“見える”喜びは大変なものでした。

また、個々の不安が大きい時には、看護師の協力を頂き“何を訴えて”“何をして欲しいのか”理解に努めてきた結果、把握できるようになったのは夏も終わりに近づいた頃でした。

自分から言葉を発せる方に対しては、その都度対応できていても、自分から言葉を発し訴えることのできない方に対し、しっかり対応できていたのかと問われれば、胸を張って「できていた。」とは言えませんでした。

毎日の関わり中で、何らかの兆候を事前にキャッチし、防げることもありましたが、見逃してしまったために対応が遅れてしまったと云う場面もあったように思い、これらを反省し次に繋がられるような、より良いケアになればと思います。

高齢に伴い、日を追うごと、心身共に不調が現れることが容易であるため、日々の情報を共有すると共に、各部署が連携して沢山の目で見つめながら“チームワーク”で取り組み、毎日元気に笑顔で長生きして頂けるよう努めて行きたいと思います。

2. 食事について

“最期まで自分の口からいっぱい食べて欲しい”と云うことを大切にしながら食事のケアに努めてきました。

高齢に伴う体力低下により口から食べる事のできない方に対しては、ケア会議を開き、看護師や栄養士の協力を得、体調に合ったものを数週間お試し期間を設け、本人の状態に合っているかどうかを確認しながら提供してきました。

また、経管栄養対応の方でも、体調が徐々に回復され、現場スタッフ間で、もしかしたら口から食べられるのではとの思いで、ご家族や看護師、スタッフが協力することで、現在は自分で食事を摂ることができるまでになりました。生命力の強さを感じた瞬間でもありました。

次年度も、一人ひとりと向き合いながら、少しでも口から美味しく食べて頂けるような環境づくりに努めていきたいと思います。

3. 排泄について

排泄委員を中心に家会議などで、季節や尿量に応じパットの見直しをしてきた。

尿臭軽減のため衣類やラバーシーツの洗濯など、毎日行うようにしてきた結果、尿臭を軽減することができました。

また、下剤服用者の見直しや、排便時に不穏にならないよう時間を決めてトイレ誘導（排尿等チェック表を活用）に努めてきました。

4. 入浴について

個々に合った入浴形態や入浴方法などの見直しを行ってきました。

また、皮膚トラブルを未然に防止するために、保湿クリームや入浴剤を活用し肌のケアに努めると共に、皮下出血のおそれのある方には、肌保護のためのクッションやムートンを使用し、未然に防げるよう工夫してきました。

今後も快適で安全・安心して入浴できる環境づくりを行って行きたいと思います。

5. 行事について

体調などを見ながら、できる限り行事やレクリエーションなどに参加して頂きました。

また、朝のラジオ体操や昼のパタカラ体操、夕の食前体操など、浸透しつつあることから、今後は、習慣になるよう積極的に取り組んでいきたいと思います。

6. 1年を振り返って

震災前のあの賑やかだったいいたてホームの風景が今はとても遠いことのように思います。

今のこの現状を誰も予想しえなかったことと思います。戻れるならあの頃に戻りたいと思っても、もう戻れない。

今はしっかりと現実を見つめて前に進むしかありません。いいたてホームにとって今年こそが本当の意味での正念場の年だと思っています。

1. 生活全般について

今年度の家目標は、「ご利用者としっかり向き合い、できる事、やりたい事を大切にし、個々に合った生活を送って頂く」でした。

せせらぎの家では、朝のラジオ体操から始まり、レクリエーション、食前体操と心身機能維持に努めてきました。

居室で過ごすことの多い方へは、なるべく離床してレクリエーションに参加して頂き、賑やかな雰囲気だけでも味わって頂いたり、音楽を聴いて過ごして頂いたりと環境作りに気を配りました。

足の血行不良の方には、足浴を行い悪化防止に努めてきました。また、浮腫みのある方には、メドマー等を施行したところ、よほど気持ち良かったのか、いつ頃からか、次は「私の番だ」と思うようになり、それが日課となりました。

また、新たに入居された方で、地元に戻って来られた嬉しさと、近所の方が数名居た事で安心感の中で生活を送る事ができたようでした。自分の中でも心の安らぐ職員がおり、顔を見るととても良い表情をされる事もあります。更には、自分の思いを語ってくれる等、信頼関係を築けたように思います。

せせらぎの家の大半が90歳以上と、高齢なことから、日頃の状態を観察して行くことが重要でした。看護師をはじめ多職種と連携の下、事故等もなく個々に合わせたケアを提供できたのではないかと思います。

これからも利用者本位の考えを継続していきたいと思います。

2. 食事について

「口から食べる事」の大切さを念頭に置き、できるだけ経口摂取に努めてきましたが、徐々に体力も衰え経管栄養となってしまった方もおりました。

食事形態では、超刻み食からソフト食に変更して頂いたことにより、見た目の良さでも食欲をそそる事ができたと思います。

浮腫みや体調変化のある方には、看護師や栄養士等の専門分野と情報を共有しケアに当ること、栄養のバランスがとれ、体調の維持に繋がりが良かったと思います。

課題として、超刻み食やソフト食は、常食と違い一目で何の料理か分からないため、配膳する時に、一人ひとりに説明する事を心掛けたいと思います。

食前の「パ・タ・カ・ラ」体操は、職員同士で協力し皆さんに提供してきました。職員が声を出すことで、皆さんも声を出してくれ、食事前のほどよいお口の体操となっています。

また、美味しく食事を摂って頂こうと口腔内を綺麗にしてから、フロアへ移動しました。これからも、少しでも口から美味しく食べられる環境作りに努めて行きたいと思います。

経管栄養の方の口腔内のケアも、乾燥予防としてオリーブオイルを使用するなど、経口摂取ができなくとも口腔内はいつも清潔でいられるようケアに努めていきたいと思います。

3. 排泄について

今年度はプライバシーを重視する目的で、各トイレやタンスに、その日に使用する清拭タオルや洗浄ボトルを準備、トイレには汚物入れのバケツを置くなどの工夫で、手ぶらで居室に入り排泄交換をしても、誰にも気付かれないでケアできたことは、せせらぎの家の大きな進歩でした。

尿臭のきつい方のズボンやパジャマ、ラバーなどは毎日洗濯し臭いも軽減されました。また、個々に合わせ消臭予防、抗菌作用のあるパットの使用により尿臭軽減にも努めてきました。

排便コントロールが困難な方については、以前、夕方に薬を服用し朝方排便していましたが、夜中安眠できていない事から、服用を朝に変更して頂き様子を見て来たところ、今では午後一番位に排便が見られるようになり、夜中も安眠できるようになりました。

皮膚トラブル防止については、パット等を随時見直し、排泄交換時は洗浄のほかローションやワセリンを塗布、皮膚の保護に努めてきました。

今後もプライバシーを重視し、少しでも負担なく排泄ができる環境を作っていきたいと思いません。

4. 入浴について

高齢化や重度化により、皮膚も弱く、入浴後の内出血が度々見られました。特に、でき易い方には慎重に洗身や着脱をするように心掛けました。それでも着脱のため挿んだ時や衣服を脱ぐ時に摩擦ででき易いため、焦らずケアすることに心掛けました。また、バスチェアの足元のベルトの下にはムートンを当てるなど試み、ベルトによる内出血予防に努めました。

次年度は、更に内出血予防として、写真付きのマニュアルを準備し、皆さんに注意喚起できるようにしたいと思います。

スキンケア対策として、個々に合ったボディーソープ、入浴剤、ローション、ワセリンを使用したところ、肌に潤いが保てました。また、入浴前にオリーブオイルを頭に塗り、洗髪をする事により頭の老人性脂漏性湿疹も改善できました。

今後も安全で快適な入浴ができるよう話し合い、各家にも周知するようになりたいと思います。

5. 行事の取り組みについて

行事取り組みの中で、外食ドライブ（セデッテかしま）、七夕会、温泉ツアー（きこり）、納涼祭、敬老会、ミニ運動会&芋煮会等、季節に応じた沢山の年間行事を行う事ができ、参加した皆さんの笑顔を沢山見る事ができました。特に納涼祭では、共に灯籠作りを楽しみ、きこりへの温泉ツアーでは、温泉気分を満喫され大変喜ばれていました。

また、厨房職員が家料理に参加してくれ、ご利用者と一緒に材料刻みから調理までして頂き、楽しく食事を頂けたことも良かったと思います。

家料理で秋の行楽弁当を作り、ホーム内ではありましたが、景色の見える場所で、季節を感じられるセティングを行い、弁当を楽しみました。食事形態は様々で、皆さんが食べられるようなおかずを作り、ペースト食やソフト食の方には小鉢を利用するなど、美味しく見えるよう盛り付けし提供したところ、見た目でも味でも満足され皆さん完食されていました。

今後も、細やかな作業ができる方も少なくなってきましたが、その中でもできることを大切に、楽しく生活を送れるよう工夫していきたいと思います。

6. 1年を振り返って

職員の異動により、信頼関係を築くことから始めました。初めの頃は、避けられ、自然に苦手意識を持ち距離を置くようになり、ある日、「茶碗ばかり洗ってないで、こっちに来てテレビでも見ろ」と話しかけられ、業務優先になっていた事に「はっ」と気付かされたと言う職員もあり、寄り添うことがいかに大事か考えさせられました。

今年度も、一人ひとりへの関わりを重視しケアに当たってきたところ、笑顔も見られ、発語も多く聞かれました。また、こだわりの強い方への関わり方として、危険な行動をしない限り遠目で見守りを行い、自由に過ごして頂いたところ、精神的にも安定し穏やかに過ごされていたように思います。

少しでもできる事を大切に、目標を持つことで楽しく過ごせ、自信にも繋がり、結果、充実した生活を送れたようにも思います。

職員の言動や行動は、ご利用者に大きく影響するので、常に穏やかな気持ちで接する事に心掛けてきました。しかし、自然に馴れ合いの言葉になってしまった事もあるので、今後は言葉掛けに十分注意をしなければならぬと思いました。

また、職員同士のコミュニケーションと多職種間との連携も、しっかり取れていないと統一したケアはできないことから、周知したい事柄は、文書を以て申し送りを徹底してきたところ、聞いていない、知らなかったと言うことが減り、今後も継続していきたいと思えます。

次年度も、気持ちに寄り添い、関わりを大切に、安心して生活が送れるようお手伝いをして行きたいと思えます。

1. 生活全般について

「日々のケアが変わる」が当たり前の一年でした。

家会議で個々のケア内容を話し合っても、次の日には容態が変化し、それに伴うケア内容も変わり、次の日にも更に違うケア内容に変更することとなったり、その状態に合ったケアに追いつくのが精一杯でした。

皆さん高齢な方々のため、基本的生活に関しては多くの介助や支援を要していますが、多職種との連携を密にすることにより、体力や健康を維持することができたと思います。

2. 食事について

- ・ 体調変化に応じ、栄養士・厨房・看護師との連携や情報の共有化により、個々に合った食事形態で召し上がって頂くことができたと思います。ただ、体調変化が著しい時等は「どのようにしたら良いか」を皆で考え、意見がぶつかることもありましたが、結果その方に合った食事を提供することができ、美味しく召し上がって頂いています。
- ・ 口腔ケアをしっかりと行っていたことから、口臭やトラブル等もなく口腔内状態も良いレベルで維持する事ができています。
- ・ 食前体操も職員が牽引し共に行って来ました。同時に、頬のマッサージをする事により唾液の分泌を促すこともできたと思います。
- ・ 自力摂取できる方が少なく、職員の声掛けや介助にて食事されていることから「食を楽しむ」については、難しかったのかも知れませんが、口から食べられる喜びはあったと思います。
- ・ 課題として、家料理がなかなかできなかったため、次年度は皆さんと楽しく作り、美味しく頂けるようにしたいと思います。

3. 排泄について

- ・ 家会議でしっかり話し合い、体調やレベル、尿量に合わせたパットを使用してきました。
- ・ 尿臭対策も前年度から引き継ぎ、尿臭の強い方の対応として、毎日リネン交換や衣類交換を実施。また、抗菌パットや消臭スプレー、陰部洗浄等を行い臭いの軽減に努めてきました。

4. 入浴について

- ・ 個々に合った入浴形態で、安全・安楽・安心な入浴を目指しました。介助方法に不安な時は、即、家内で話し合い予防に努める事により、大きな事故等も無く皆さんに喜んで入浴頂けたことと思います。
- ・ 拒否の強い方に対しては、早番の協力を得、好きな音楽を聴いて頂きながら安全に入浴して頂く事ができました。

5. 行事などの取り組みについて

- その日の体調を見ながら、行事・レクリエーション・ホームのドライブ等に参加して頂きました。
- ベッド上で過ごされている方も、フロアにベッドごと移動し、テレビを見たり音楽を聴いたり、体調が良い時は、離床し皆さんと一緒に行事や外部の方々と交流を楽しむ事ができました。

6. 1年を振り返って

- 高齢となり昨日までできていた事ができなくなっていたり、食事も思うように摂る事ができなくなってきました。
日々のケアが変わることから、情報の共有や連絡ノートを欠かす事ができませんでした。また、休みの時でも体調不良の方がいると心配で、出勤時に真っ先に様子を窺いに行き、変わらないことが確認できると、ホッとする事もしばしばありました。
- 終末期の方に対するケアについては、十分に行う事ができたのだろうかと思う思いはありましたが、ゆっくりと急ぐ事なく日々の生活を過ごして頂けたかと思えます。
- 寄り添うケアに力を入れてきた1年であり、場面ごとに、色々と考えさせられる1年でもありました。

1. 生活全般について

個々の身体面や精神面を理解し、寄り添い、一人ひとりのニーズをしっかりと受けとめ、その都度、何が最善なのかを考えながら、思いやりのある心のこもったケアに努めてきました。

また、何でもかんでも職員が介助するのではなく、本人ができる部分は、声掛け促しながら、できない部分の支援を積極的に心掛け対応してきました。

脳内出血で入院された方が2週間で退院でき、職員一同安心したことを覚えています。しかし、退院直後は体力や機能低下も見られ、2週間でこんなにも様子が変わるものなのかと落胆しましたが、積極的に関わりを持つことで、徐々に表情も豊かになり、以前のような笑顔が見られるようになりました。

今後も、健康維持や生活リズムを整え、どのように対応をすれば良いか、職員間で話し合い、また、多職種の協力を得ながら今の生活を維持できるよう支援し、「あ～良かったな」と思われる“生活の場”を提供していきたいと思えます。

2. 食事について

食事形態は違って、皆さん口から食べられる方々です。

粥だけど残される。粥だけど良く噛んで食べているなど、ご飯の形態を軟飯にしたり、食べやすい固さに調整したり、食欲がない場合は、手に持って食べられるようおにぎりに変更したりと、食べ易い形態にしたことで、消化不良や大幅な体重増減もなく経過しています。

また、キザミ食やペースト食からソフト食へと変わったことにより、以前と比べ、豊かな彩りや形となり、目で感じながら食べることができています。ソフト食のソースも良く、彩りや形を損なわずに盛り付けができています。ペースト食だった方も、スプーンですくえ食べ易くなりました。震災前のようにソフト食を再開して頂きとても感謝しています。

美味しい食事、美味しそうに見える盛り付け方など、アイディアや工夫次第で食事は無限大になります。

これからも、個々の状態に合わせ、口から食べて味わうことの大切さを重視し、美味しい食事が摂れるようにしていきたいと思えます。

3. 排泄について

排泄パターンに合わせた交換回数にすることで、離床や食事中でも快適に過ごせて頂けたのではないかと思います。回数を多く行っていることで、正直「なんだか排泄介助を、ずっとしているな」と感じる時もありますが、新たな肌トラブルや発赤悪化等がなかったことから、今まで行ってきた成果だと感じています。

最近、高齢や後遺症による筋力低下から、立ち上がりが悪くなっている方もおり、二人対応で行うことも以前より増えました。

また、ベッド上で排泄交換をした時もありましたが、多くはトイレに誘導することでスッキリ感や快適な気分を味わって頂けたのではないかと思います。

消臭対策については、排泄吸収量を溜めないため交換回数を増やし、消臭効果のあるパットや消臭スプレー、新聞紙の活用、まめな換気と着替え等で対応してきました。

4. 入浴について

個浴でも特浴でも季節を感じられるように花や風景写真を飾り、民謡や演歌などの音楽も流すなど、ゆったりと入浴を味わって頂けたかと思えます。

立ち上がりが悪い方の安全対策としては、二人対応で行って来ました。

保湿ケアについては、頭皮や肌の状態を確認、保湿クリームや入浴剤を活用し肌のケアに努めてきました。

皮膚の弱い方に対しては、入浴時は血液循環が良くなり直接肌に触れることで内出血が起きやすくなってしまふことから、ケア会議を重ね、職員や家族の協力でアームカバーを作り、それを使用することで、移乗や入浴による内出血発生を防ぐこともできました。

5. 行事等の取り組みについて

行事やレクリエーションでは、対応が遅れ慌ただしく移動することもありましたが、参加することで、身体がほぐれ気分転換にもなったと思えます。

「お風呂の日」では、季節を感じて頂くために工夫を凝らしたものとしたり、今回の温泉ツアーは、全員参加を目指し「きこり」で実施。温泉気分をたっぷり味わえたことと思えます。

誕生会では、全家族に参加して頂き、本人も大変喜ばれていました。また、厨房手作りのケーキを味わいながら、歌や踊りが披露される等、思い出となるひとときを過ごせたのではないかと思います。

外食ドライブでは、川俣のファンズと食事処「吟哉」へ出掛け、美味しい食事を頂いた後、買い物を楽しみました。

6. 1年間を振り返って

あっと云う間の1年間でした。

お別れや入退院、体調が思わしくない方のケアの確認等、ご家族の方や多職種間で多くの会話をもち、思いやりをもってケアに当たってきた1年でもありました。

特に皮膚が弱く内出血のでき易い方々のケアについては、より多く話し合い、助言や協力を求めたり、再発予防と改善に努めてきました。

超高齢に伴う心身の変化に対応して行くためには、一人ひとりに対するケアの方法や注意点等を把握し、分かり易く記入した24Hシートやアセスメントシートの情報を共有、申し送りノートの活用で、今後も統一したケアを行えるようにしていきたいと思えます。