

# 老健だより

NEWS FROM ROKEN

第37号



明るい笑顔、大事にしたいです。

CONTENTS

- P2 新年のあいさつ
- P3 認知症ケアだより  
なでしこカフェ
- P4 栄養科だより  
老健（水回り）がリニューアル

【発行】  
公立八鹿病院 老人保健施設

施設長 近藤清彦 平成 27 年 2 月発行  
兵庫県養父市八鹿町下網場 413  
TEL (079) 662-2355 FAX (079) 662-2388



# 新年のあいさつ

新年おめでとうございます。  
皆様お揃いで新しい年を迎えられたことと思います。

世間では2025年問題がさかんに話題にされています。この年は、団塊の世代が75歳以上の後期高齢者になる年で、75歳以上の人口の割合が18.1%に上昇し、医療や介護が大変になると言われています。

しかし、養父市をみますと2007年に75歳以上の人口が18%を超えています。当地では、2025年問題がすでに始まっているわけです。

高齢者が増えた結果、いわゆる終末期の医療・介護のあり方も考えなおされています。以前から「命を救う医療」だけでなく、「いのちを支える医療」が大切だと言われていましたが、最近では、「生活を支える医療」、「納得できる生き方を支援する医療」などと表現する方もあります。



公立八鹿病院  
老人保健施設  
施設長  
近藤清彦

2012年に日本老年医学会が公表した「高齢者ケアの意思決定プロセスに関するガイドライン」人工的水分・栄養補給の導入を中心として」においては、「生命」と「人生」を区別して考えることを提唱しています。「生命」は医学的介入によって働きかける対象であり、本人の人生を支える土台である。「人生」は本人が周囲の人々と関係しながら、「これまでかく生きてきた」、「これからかく生きたい」と自ら物語を創りつつ生きるものである。そこで、その人生が「より豊かになる」ことが見込まれるなら、生命がより長く続くように、また、QOLがより良くなるようにと、生命に働きかける医学的介入が妥当となる、としています。

QOLはQuality of life（クオリティ・オブ・ライフ）の略であり、このライフは命、生活、人生をさします。すなわち、QOL

は「命の質」や「生活・人生の質」と訳されます。

平均寿命が延び、90歳代どころか100歳まで生きられる人が少なくない時代を迎え、「本人や家族が納得できる生き方」を支援していくことがこれからの医療・介護に求められていると思います。

老健施設は、今後、在宅介護が困難な方をお預かりして介護することだけでなく、リハビリ訓練を強化して身体の機能維持をはかり、自立できる期間を延ばしていくことにさらに力を注いでいく方針です。

それと同時に、機能維持が困難になった方には、それぞれの生き方を尊重してだれもが納得できる生活ができることを支援していきたいと考えています。

本年が皆様にとってよい年になることを祈念します。

認知症ケア  
だより

## 認知症ケアのい・ろ・は

【第6回】老健介護者家族の集い  
「なでしこカフェ」のご案内

介護福祉士  
日野 照彦



地域に根ざした老健づくりを目標に、開設から23年目を迎えております。「利用者を中心とするケア」パーソンセンタードケアの考え方に沿って、地域の方々にご指導いただきながら日々、高齢者ケアに努力を積み重ねております。

この度、昨年12月より老健介護者家族の集い「なでしこカフェ」がオープンいたしました。カフェのネーミングは、開設当初、認知症を患い当老健のデイケアを利用しておられた利用者、その介護者の方々が一緒に、交流の場として「なでしこの会」というものがありました。その精神を受け継ぎたいとの思いから、「なでしこカフェ」といたしました。

利用者ご本人が日々、お元気に過ごしていただくことは、当然のことですが、老健を利用されながら、自宅で介護されているご家族の方が疲れてしまわれては、介護生活、良いケアが守られないのではと考えます。そういったことから、このカフェを通して、少しでもお元気になっていただけるよう、介護者の憩い（団欒・情報交換・地域を越えて分かり合える人と出会う場）の場をオープンいたしました。

対象は、当老健をご利用されている介護者ご家族といたしました。毎月1回、第3水曜日午後2時～3時半を基本にお茶菓子、コーヒー等（無料）を準備して、職員2名が担当しオープンしております。1月21日に第2回目をオープンいたしました。11名のご利用がありました。その中で、思い思いの言葉が交わされ「老健を初めて利用した当時、本当に悩んだし、泣けました。でも、今老健で見てもらって本当に助かっています。ありがとうございます…。」「こんなに長く介護生活をしているのは、家だけと思っていたが、そうではなかったのですね…」と。最初は緊張感もありましたが、自然に会話が弾み、打ち解けられ、表情も和んでいきました。

ご家族の方がどんな思いで老健を利用されているか職員も直接言葉により、触れることができる貴重な機会ともなっています。解散してお送りする際、あるご家族の方が「介護は大変ですが、今日の会を通して、明日から、もう少し頑張れそうな気持ちになれました…」と言われ、担当した職員も逆に励まされ、元気をいただきました。

始めたばかりで、まだまだ課題は多いですが、このカフェを通して少しでも利用者、ご家族共に安心して利用していただけるように。そして具体的な家族支援として、継続できますようご家族、地域の方々にご指導いただきながら努力していきたいと思っております。

### ＊ なでしこカフェ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊

参加費  
無料

【日時】 毎月 **第三水曜日** 14時～15時30分  
(入浴日の際は他の週へ変更いたします)

【場所】 老健3階 **多目的室**

【対象】 老健通所・入所  
**利用者様のご家族（介護者）**

【お申し込み・お問い合わせ】

公立八鹿病院 老人保健施設 TEL 079-662-2355

担当：守本（1階）・日野（2階）・小島（3階）



栄養科だよ

## 感染性胃腸炎の感染予防 (ノロウイルス)

管理栄養士  
山田久美子



感染性胃腸炎(ノロウイルス)  
の流行しやすい季節です。

ノロウイルスは、感染から発症までが24～48時間で、症状は嘔吐・下痢・腹痛などです。感染力が強く、少量のウイルスを経口的に摂取したり、環境中のウイルスが空気中に舞い上がり口から取り込まれて感染(飛沫感染)することもあります。短期間(1～2日)で治まりますが、ウイルスは感染してから1週間から1か月程度糞便中に排泄されるため、症状が治まっても注意が必要です。特に体力がない小児・高齢者は注意が必要です。

### 感染経路

#### ① 食品からの感染

- ・感染した人が調理などをして汚染された食品
- ・ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝など

#### ② 人からの感染

- ・患者の糞便や嘔吐物からの二次感染
- ・家庭や施設内などでの飛沫などによる感染

### 消毒方法

ノロウイルスの消毒には、エタノール(アルコール)はあまり効果がありません。ノロウイルスを完全に消毒する方法には、塩素消毒と加熱があります。

#### ① 塩素消毒

食器、衣類、ドアノブなどには家庭用の塩素系漂白剤を水で薄めて使用してください。塩素系漂白剤は製品の説明書をよく読んでから使用してください。

#### ② 加熱

まな板、包丁、食器、ふきん、タオル等は熱湯(85℃以上)で1分以上の加熱が有効です。

## 老健(水回り)がリニューアル

このたび、一部の設備をリニューアルしました。脱衣所は優しいピンク色にお風呂は手すりやシャワーが新しくなりました。共用の洗面台は高さが三段階に分かれ足元もスッキリ。より過ごしやすい環境で利用者さまをお迎えいたします。今後ともよろしくお願いたします。

脱衣所



洗面台



お風呂

