

## ●安心・安全を真剣に!

去る7月に岐阜県高山市の介護老人福祉施設にて、複数名の利用者様が相次いで死傷する事態がありました。

詳細な状況については調査中のようですが、もし事件という結論になることであれば非常に悲しいことと言えます。

### ■人材確保は課題

もし事件ということであれば、どんな言い訳も通用しません。そこに関わる全ての人たちが真剣に現実を見つめ直さなければなりません。

一方で、介護職不足が数年前から始まっており、これから更に不足感は強まります。『福祉』というキーワードに心を惹かれて頑張っている介護職員もたくさんいると思います。しかし、社会全体に事業所がたくさん開設されている現状を踏まえ、職員への心意気だけではサービスレベルを維持・向上していくことはできなくなっていると思います。組織・運営をキツチリと考えていかなければ、人材の育成もままならないからです。人材の取り合いが社会で起き始めています。心意気

を持ち合わせていない人も育てていくことが必須になってきています。

### ■安心・安全は教育から

安心・安全はサービスの基本です。これは組織の考え方として教育していかなければなりません。かしまった研修でなくとも、毎日の声かけや、指さし確認だつて良いと思います。「これくらいなら、いいやあ」という思いが芽生えてしまったら、安心・安全が音を立てて崩れていきます。ふじしろ/若芝は毎週2回の倫理/接遇資料の読み合わせをしています。「目からウロコ」と感じることもあります。

健全な心の醸成に役立っています。

### ■運営推進会議

3回目の運営推進会議となりました。ご家族や地域の方々からの視点も参考にしていきたいと思えます。

ふじしろ... 9月20日(水) PM  
わかしば... 9月21日(木) PM



## ■8月あれこれ

▽やっぱりお祭り  
大社の夏祭りは、若芝周辺の雰囲気を変えてくれます! 皆さん、お祭りモードでした。

### ▽すぐ近くでパレード

頼朝行列も目の前を通り過ぎて行きます。山車も迫力満点です。見物客がすごかった...



↑芝本町の提灯  
←スイカ割り  
←流しそうめん  
「わあ〜」と賑やかな声がたくさんあがりました。

## デイサービス若芝 (地域密着型通所介護)

住所: 三島市芝本町11-32

(三島信用金庫 本店営業部裏手)

電話: 055-983-0808 (渡部(わたなべ))

定員: 10名

営業: 月~土 (休日曜・祝日・年末年始)

サービス提供時間: 9:15~16:30

<ふじしろ/若芝 デイグループ>

職員: 介護福祉士10名、認知症ケア専門士5名、  
看護師2名、社会福祉士2名、ケアマネ4名

<http://www.com-work.jp/>

◆ご利用可能情報  
お気軽にご相談ください。

## ◆秋にかけてのお休み情報

9月	18日(月)	祝日ですが通常営業
	23日(土)	祝日ですが通常営業
10月	9日(月)	祝日ですが通常営業
11月	3日(金)	祝日ですが通常営業
	23日(木)	祝日ですが通常営業

# 認知症ケアの工夫 疾患別ケア(7)

## ●睡眠のおける工夫

### 事例

レビー小体型認知症のAさんは、夜になると「部屋に人がいる」などと言い、落ち着かない様子でフロアを歩き回ります。便秘症状のため何度もトイレに通い夜間はほとんど眠れていません。

### ■レビー小体型と睡眠

レビー小体型認知症では初期から睡眠障害が起こることが多いです。

- ・昼夜逆転
  - ↓日中ウトウト居眠りをし、夜間は不眠となる。
- ・夜間せん妄
  - ↓体調不良等が原因で、混乱状態や落ち着かない。
- ・夕暮れ症候群
  - ↓夕方から夜にかけて興奮や徘徊などが現れる
- ・レム睡眠行動障害
  - ↓夢と現実が混乱する。歩き回る。大きな声で寝言を言う。

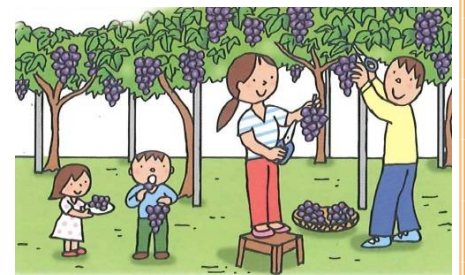
- レビー小体型認知症
- 夜間不眠傾向で体調不良を訴える
- 幻視が見られる
- 気分の落ち込みが激しい。外出せず食量も減る
- 動作がゆっくりで歩行が不安定
- 自宅で夜間に大声で叫んだり、ショートステイでは夜になるとフロアを歩き回る

### ▼関わりの工夫

〈生活リズムを整える〉  
 日中の活動にメリハリをつける。午前中に日光浴をする。適度な運動をする。活動と急速のリズムを作ります。  
 〈体調不良に注意〉  
 便秘、食欲低下、脱水などは睡眠の妨げになります。本人が適切に表現できないことも多いので、早く気付くことが大切です。  
 〈不安の軽減〉  
 就寝時に灯りをつけるなど不安を理解することです。



(「認知症ケア最前線」より)



### 食の豆知識

#### 重陽の節句に栗ごはん

重陽の節句は、長寿を祈る菊の節句ですが、昔は収穫祭の意味合いも濃い行事で、栗の節句とも呼ばれていたそうです。栗ご飯などで収穫を祝い、感謝をささげたいとも言われます。



#### 旬をいただく

#### かぼちゃ

カンボジア産の野菜との勘違いから命名されました。豊富に含まれるカロテンは、肌や粘膜、目を丈夫に、免疫力を高めてくれます。油と一緒にとると吸収が良くなります。ビタミンEも多く、老化防止や動脈硬化予防が期待できます。



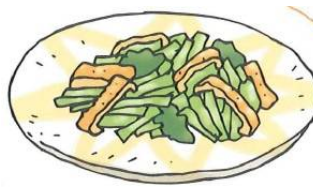
### 食養生

#### 便秘

食物繊維の豊富な玄米や雑穀、野菜、海藻、漬物などを常食していると便秘がととのいます。味噌、梅干などの発酵食品も、腸内環境にプラスです。

#### 青菜と油揚げの煮浸し

マクロビオティックの定番おかずで、便秘改善に役立ちます。食物繊維が豊富に含まれています。



### おうちで手づくり

#### おはぎ

雑穀とレーズン&くるみで手作りのおはぎはいかがですか。レーズンと海塩で引き出した自然な甘みにくるみのサクサク感がおいしさアップ!



※参考：海の精クラブ  
<http://www.uminosei.com/ryohri/>