特集：合同災害訓練研修

生愛タイムズ

第23号
平成30年11月発行

SEIAIKAI
HEALTHCARE
CORPORATION

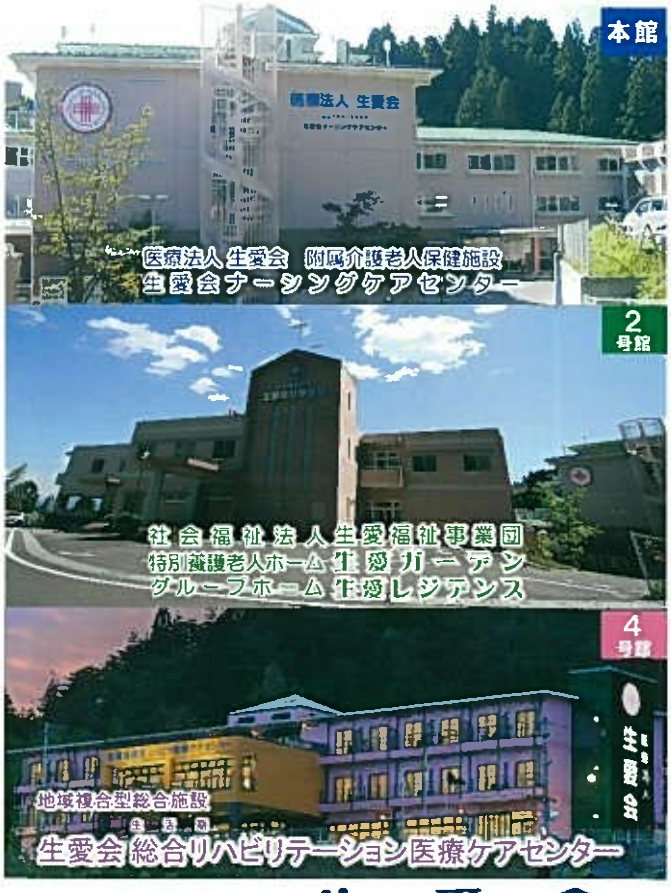
SEIAI WELFARE
PROJECT GROUP

撮影者：理事長 本間達也

生愛TIMES

CONTENTS

理事長巻頭言
桜まつり～地域貢献事業
特集：合同災害訓練研修
2018生愛祭
口腔ケア・栄養ケアトピックス
各部署より事業報告
お知らせ・ご意見箱
内田博之所長 入職
生愛会周辺の放射線量について
編集後記



春・夏号

医療法人 生愛会
社会福祉法人 生愛福祉事業団

巻頭言

医療法人 生愛会
社会福祉法人 生愛福祉事業団
理事長・医学博士 本間達也

2025年問題(※)を前に、国民的議論を

2018年の今年は診療報酬と介護報酬のダブル改定で、医療は0.55%、介護は0.54%アップとなりました。全国の福祉関係11団体による181万筆の署名のうち、福島県は生愛会グループを中心に全国の都道府県で2番目に多く集めました。3年前の改定で麻生太郎財務大臣に陳情したときとは打って変わり、今回はしっかりとご対応頂きました。

ただ、全体としては報酬アップに見えるのだけれども、例えばデイ・ケア（通所リハビリテーション）は6時間お預かりしていると、従来通りのサービスでは年間600～700万円の赤字に陥ります。介護老人保健施設（以下、「老健」）の入所の報酬は上がっても、デイ・ケア（通所リハビリテーション）で下げられ、老健と比べて特別養護老人ホームは下がるという構図です。

国は、地域医療構想の大きな受け皿が地域包括ケアシステムが柱である地域医療連携法人制度を通して、医療法人グループと介護グループの統合を考えています。また国では、ケアマネジャーへの利用者負担を有料にしようとか、あるいはケアマネジャーは充足しているので報酬を下げようという狙いもあるようです。

つまりはマイナンバー制度も然りで、診療報酬もビッグデータに組み込まれ、何でも抽出されるようになっています。私もこの八月に厚労省で開かれた国の有識者会議のメンバーの一人として、個人情報なども業務の効率化に振り向けることで社会保障費の抑制を図るということに強い懸念を感じると訴えました。

施設から在宅復帰を図る地域包括ケアシステムが目指す姿の狙いは医療費抑制でしょう。厚労省の地域共生社会実現本部は「我が事、丸ごと」を標榜しています。地域住民による互助の精神を基軸に、社会福祉が補完していくという理念です。この強化法ではあるのですが、24時間365日、誰が地域の見守りをしていくのかという不安もあります。ただ、これは2025年問題を迎えるに当たり、団塊の世代へ対処するための措置かもしれません。

国民健康保険の運営は県になりましたが、体力のない自治体の住民は高い税金を支払う社会がもうすぐ到来します。国が抱えている社会保障費や公的な責任を国から県に、県から自治体に移していく。今後は、診療報酬も介護報酬も全国一律ではなく、地域格差が広がります。例えば、各自治体の介護度の推移などをデータで解析し、成果に応じたお金を配分していく仕組みが本格化していくでしょう。

老健は在宅復帰や在宅療養支援機能を評価されるので、在宅支援の取り組みが進んでいきます。そして、在宅をベースにしたケア体制、医療体制の拠点になってきています。老健施設の入所基準には「病状が安定している人」とありましたが、今は重度者ばかりです。地域包括ケアシステムの鬼門は、徘徊等の認知症の人達をどうやって地域で見守り、ネットワークしていくかにあります。それが担保されないと、地域を支える介護も医療も萎縮してしまいます。

介護保険は破綻寸前だと思いますが、年金も支給額が今より抑制されても両親に月々30万円出せますか？ リビングウィルを正面から言えるような社会的な合意形成はされていませんが、超高齢化に入ったこれからの社会は、人生観や死生観に照らした国民的な議論も必要ではないかと考えています。

金沢大学医学部 臨床教授
福島県立医大医学部 臨床教授
高知大学医学部 臨床教授
奥羽大学歯学部 客員教授
一般社団法人 福島県老人保健施設協会 会長
公益社団法人 全国老人保健施設協会 副会長
仙台医療センター（前・国立仙台病院） 客員医長
日本健康促進医学会 理事
日本認知症ケア学会 代議員
日本口腔ケア学会 評議員

（※）2025年問題

1947（昭和22年）～49年（昭和24年）の「第1次ベビーブーム」で生まれた「団塊の世代」が、75歳以上となる2025年頃の日本で起こる様々な問題のこと。

日本は元々、急速な高齢化が問題となっていたが、2025年以降、75歳以上の人口が全人口の18.1%を占める2179万人となり、日本人の5人に1人近くが75歳以上という超高齢社会が到来する。これまで国を支えてきた団塊の世代が、医療や介護、福祉サービスを受ける側に回る一方で、支える側の生産年齢人口（15～64歳）は減少し、75歳以上1人に対し、2010年は5.8人で支えていたのが、2025年には3.3人、60年には1.9人となる。

このため、医療や介護などの負担と給付の割合が大きく変わり、国や自治体の社会保障財政の運営に影響が出るとみられている。

出典 「知恵蔵」より

地域複合型総合施設
生活期
生愛会総合リハビリテーション医療ケアセンター

生愛会グループ利用者や地域住民約100人が参加

桜まつり～合同地域貢献事業～開催

日時：平成30年4月25日（水）
場所：総合リハビリテーション医療ケアセンター（4号館）

地域貢献事業「介護予防健康教室」

地域貢献事業「介護予防健康教室」

今年も咲いた4号館前の桜

生愛会グループ合同地域貢献事業桜まつりを開催致しました。

開会で小山菊雄センター長からご挨拶をいただいた後に介護予防健康教室が開かれ、リハチームの主導で健康指導や介護予防を目的とした体操に取り組みました。演奏会では生愛会グループの佐藤勝之顧問社会保険労務士によるギター、カナリアのマスター・松本秀勝管理人によるサックス演奏が行われ、会場はもり上がりを見せました。最後には、五つの赤い風船「遠い世界に」を参加者全員で歌い、小山菊雄センター長の挨拶で閉会しました。

2018年（平成30年）4月30日（月曜日）
福島民友
THE FUKUSHIMA MINYU

体操や演奏楽しむ
生愛会合同桜まつり

生愛会グループ合同桜まつりは25日、福島市大笹生の生活期総合リハビリテーション医療ケアセンターで開かれ、参加者が健康体操や音楽の演奏を通じて楽しい時間を過ごした。

地域貢献事業として毎年開いており、今回は生愛会グループ利用者や家族、地域住民、関係者など約100人が参加した。

本間達也生愛会理事長がビデオメッセージを寄せた後、健康教室が開かれた。参加者はいすに座ったまま、介護予防などを目的とした体操に取り組んだ。

続いて演奏会が開かれ、参加者はギターやサックスの演奏を楽しんでいた。

出席者全員で体を動かした教室

地元新聞紙に掲載されました

小山菊雄センター長からご挨拶

リハチームが行なう健康体操

桜まつり会場の様子

松本秀勝管理人のサックスと佐藤勝之社会保険労務士のギターの共演

合同災害訓練研修

【訓練内容】

１４時１０分　集中豪雨により生愛会グループの裏山が崩れ土砂災害発生を想定。（停電・断水発生。相当の部分で施設建物が使用できないため、本部機能を災害対応車両①号車・②号車へ移し、災害対策本部を設置。災害対策本部会議を開催。）

土砂が４号館の１～２階建物内部に流入、生愛ヒルトップ・ルネサンス（サービス付き高齢者向け住宅）の入居者を３階への移送が必要と判断。

土砂災害が発生したときのリーダーとしての動きと利用者の避難誘導等の確認。

災害対策本部を設置。災害対策本部会議を開催

災害対応車両①号車（本部機能）

災害対応車両②号車（サブ機能）

実際のハザードマップを使用して危険箇所を確認

停電・断水時を想定した
非常食炊き出し訓練の様子

「備えよ常に！」

日時：平成30年7月21日（土）
場所：福島県北塩原村曽原山野営場

平成三十年七月二十一日（土）に福島県北塩原村曽原山野営場において、第一段階での生愛会グループ幹部職員９名を対象に災害対応訓練研修を実施しました。

この災害対応訓練研修は、全国的な異常気象により各地で発生している豪雨土砂災害が、福島市の本事業所でも起こり得ることを各人が認識し、また有事の際に福島市から福祉避難所の指定を受けている医療法人生愛会 附属介護老人保健施設 生愛会ナーシングケアセンターと社会福祉法人 生愛福祉事業団 特別養護老人ホーム 生愛ガーデンへの要援護者の受入れを想定し実施しました。

また、役職員が各部門のリーダーとして施設入所者・利用者の適切な避難誘導等の方法を習得し、各種非常用機器の取り扱い方法等の具体的な５Ｗ１ＨのＨｏｗＴｏを学び、災害活動が円滑におこなうことができるようになることを目的として実施しました。

この研修を通して、天災はいつどこで発生するのか予測をすることが困難であるため、常日頃から災害発生時に対する備えがどれだけできているかが大切であるかということを学びました。

日常が非日常となったときに、組織的な対応をしていくなかで、いかに冷静にリーダーとして行動をすることができるか、日頃から防災意識を高くもってリスクマネジメントに努めていきたいと思います。

福島県北塩原村曽原山野営場にて生愛会グループ幹部職員９名が訓練に臨んだ

平成30年７月には西日本で集中豪雨発生。計１１府県で大雨特別警報が発表された。写真はともに岡山県倉敷市真備町。

2018生愛祭　猛暑の中今年も盛大に開催

日時：平成30年8月1日（水）
場所：総合リハビリテーション
　　医療ケアセンター（４号館）正面玄関前

平成三十年八月一日（水）、地域複合型総合施設 生愛会総合リハビリテーション医療ケアセンターにて生愛会グループで今年も盛大に夏祭り『生愛祭』を開催し、約二百人の参加者が楽しい夏の夜を過ごしました。

地域、利用者・家族、生愛会グループの関係者の皆様への日頃からの感謝の意を込めて、毎年開催しています。

開会の挨拶として小山菊雄センター長が開会を宣言し、本間理事長が挨拶し、野口尚一常務理事・院長の発声で乾杯。フラサークル カトレア会の皆様によるフラダンスや職員によるガマの油売り口上、生愛会グループ顧問社会保険労務士 佐藤勝之先生のギターと職員のサックスによる音楽演奏等のステージが繰り広げられた。他、折戸町内会青年団による太鼓・笛に合わせて参加者の皆様が盆踊りを踊り、最後には盛大な花火の打ち上げもあり会場は大いに盛り上がりました。

ご来場された生愛会グループ利用者・家族及び地域住民の方々、ご来賓の方々により今年も大盛況に終えましたこと改めて感謝申し上げます。

2018生愛祭の様子

盆踊りを楽しむ利用者

盛大に上がった打ち上げ花火

フラサークル カトレア会の
皆様によるフラダンス

通所リハビリテーション科介護
職・堀川克仁、リハビリテーシ
ョン科言語聴覚士・笹川泰によ
るガマの油売り口上

生愛会グループ顧問社会保険労
務士 佐藤勝之先生のギターと
松本秀勝管理人のサックスによ
る音楽演奏

折戸町内会青年団による
太鼓・笛

挨拶をする
小山菊雄センター長

挨拶をする
本間理事長

乾杯の挨拶をする
野口尚一院長

挨拶をする来賓の
福島県議会議員
紺野長人先生

挨拶する来賓の
福島市議会議員
二階堂武文先生

本館より

毎月２回、行事食を利用者の皆様に提供

生愛会ナーシングケアセンター本館生活期リハビリテーション棟では、季節や行事に合わせ、毎月二回、行事食を利用者の皆様に召し上がっていただいております。

春は花見御膳、夏は納涼御膳、といった季節に合わせた食事やお正月のお節料理や土用丑の日のうなぎ、敬老の日、クリスマスなど行事の日に提供する食事など、一年を通じて季節を感じていただけるように献立を考えております。四季を感じられるように栄養が豊富に含まれているその時期に応じた旬の食材を使った献立を考えたり、日頃利用者の皆様から食べたいとリクエストがあった献立を取り入れてみたり、普段の食事よりも少しだけ贅沢に多くの食材を使用しております。

また、食欲も増すことを願いながら、色彩豊かに仕上がるように調理方法にも工夫をし、丁寧に盛り付けをすることを心掛けております。

花見御前

納涼御前

毎回行事に合わせ、イラストを添えた『お品書き』をお膳の上にのせているため、利用者の皆様が出てきた献立と照らし合わせながら笑顔で召し上がって下さる姿を見ると、食事はコミュニケーションを図るためのよりよい空間づくりも担っているのだなと感じます。

時には屋台を使用して厨房職員に利用者の皆様の目の前で盛り付けなどのパフォーマンスをしてもらい、視覚や嗅覚からも食事を楽しんでいただいております。

利用者の皆様からの「とても美味しいよ」「色がきれいだね」「もっと食べたい」というお声が聞かれ笑顔が見られると、厨房職員とともに頑張って作ってよかった！次は何作ろうか！と非常に励みになります。

『食事は健康の源』皆様に美味しい食事を提供できるように努力を続けてまいります。

「おいしかったよ!!」

秋祭りを楽しむ

日時：平成30年9月26日（水）～27日（木）
場所：生愛会ナーシングケアセンター
　　通所リハビリテーション科

生愛会ナーシングケアセンター通所リハビリテーション科において、秋祭りを２日間開催致しました。９月という時期ではありましたが、通所リハビリテーションでは５９歳から１００歳までの年齢の様々な利用者が通われているので、敬老会ではなく「秋祭り」と称して開催致しました。

今回の秋祭りのテーマとして「目で楽しむ、体を動かして楽しむ、味覚で楽しむ」の三つの楽しみを利用者の方々に楽しんでもらうことでした。まず一つ目の「目で楽しむ」は、介護職員によるガマの油売り口上、通所スタッフ全員によるよさこい踊りを披露し楽しんでもらいました。二つ目の「体を動かして楽しむ」では、利用者と一緒によさこい・盆踊りを楽しく踊りました。三つ目の「味覚で楽しむ」では、お祭りにちなんだ昼食（二十六日）チキンライス目玉焼きのせハンバーグ・（二十七日）焼きそば唐揚げ）をお膳にて提供し楽しんでいただきました。

長寿のお祝いでは利用者の母袋衣様（百寿）・菅野栄様（卒寿）が、本間守男先生よりお祝いの賞状を受け、お二人に喜んでいただきました。

本間守男先生より長寿のお祝いの賞状を受ける
母袋衣様（百寿）・菅野栄様（卒寿）

盆踊りを楽しむ利用者

通所リハビリテーション科介
護職・堀川克仁によるガマの
油売り口上

２号館より

平成30年度 生愛ガーデン施設見学会

日時：平成30年7月7日（土）
場所：特別養護老人ホーム 生愛ガーデン

特別養護老人ホーム 生愛ガーデンに於いて「平成三十年度生愛ガーデン施設見学会」が開催されました。開設して十六年が経ち、施設の知名度としては浸透しつつあると感じておりますが、特別養護老人ホームとはどのような所なのか、施設の中にはどのような設備があるのか、また職員はどのようなケアをしているのかなど、まだまだ分からないことが多いとのご意見をいただきましたので「生愛ガーデンを知ってもらいたい」という思いで開催しました。

おかげさまで今年で３回目となり地域貢献事業として、地域の皆様だけでなく利用者のご家族様、そして施設で働く職員のご家族様等たくさんの方々にご参加いただきました。

見学会の内容は、生愛会グループで運営している事業の内容について説明を行った後に、消防設備の見学をしていただきました（写真①）。次に浴室、洗濯室、理美容室、霊安室、家族宿泊室等を見学し、実際に機械浴槽の説明を受け、機械浴槽の操作を参加者の皆様に体験していただきました（写真②）。また当施設では腰痛予防として介護ロボットを採用しています。移乗介助や排泄介助で実際はどのようにロボットを活用しているかを見学していただきました（写真③）。その他には、管理栄養士より家庭でもできる高血圧食（減塩食）について講話があり、また施設で提供している嚥下支援食やミキサー食などの試食も行われました（写真④）。

今後も地域の皆様方に当施設を気軽に利用してもらえるよう努力してまいります。

写真①：消防設備の説明

写真②：機械浴槽の操作

写真③：介護ロボット実演

写真④：嚥下支援食の試食

生愛レジデンス紫陽花見学(白和瀬神社)

日時：平成30年7月2日（月）～4日（水）
場所：福島市大笹生白和瀬神社

グループホーム生愛レジデンスでは、四季を感じていただくために、季節ごとに外出する機会を設けております。

今年は大笹生にある白和瀬神社に紫陽花見学に出かけてきました。白和瀬神社の境内に続く参道には、青・白・赤紫など色とりどりの紫陽花が見事に咲いておりました。生愛レジデンスから車で約五分の所に、こんな素晴らしい風景があるとは思わず利用者の皆さんも到着するなり、「すごい」「きれいだねー」「ここに来られて嬉しい」などなどご満足いただいていたようでした。

昨年は四季の里までドライブをしながら紫陽花見学をしてきたのですが、こんなに身近な場所で手の届く位置で紫陽花を観賞できたので、興奮度合いも倍増です。地域の財産だと感謝しながら、皆が思わず笑顔になるような楽しいひとときでした。

白和瀬神社の参道に咲く紫陽花

４号館より

「お買い物ツアー」実施

日時：平成30年6月14日（木）
場所：ヨークベニマル野田町
・ダイソー・サーティワン
アイスクリーム

生愛ヒルトップ・ルネサンス入居者からの希望により、お買い物ツアーを実施しました。行先は入居者からのアンケートの結果、ヨークベニマル、ダイソー、サーティワンアイスクリームに決定しました。参加予定者に前もって何を買いたいかを伺った処、１０品以上の希望がありましたが、「店舗内を見ただけで満足しました」とお話しされて、「品だけを購入し、参加者同士で購入したものを見せて談笑されていました。アイスクリームを食べたいとの希望があり、各利用者それぞれ食べたい種類をカウンターにて自分で注文し、自分で支払いができ、自己決定面で社会参加ができる有意義な行事でした。

「アイスクリームはおいしいねー」

「何味を注文しようかなー」

「品物を選ぶのが楽しいです」

「レジで支払い」

総合リハビリテーション医療ケアセンターで合同の「敬老会」開催

日時：平成30年9月18日（火）
場所：総合リハビリテーション
医療ケアセンター（４号館）３階談話室

生愛会中央医療クリニックデイ・ケアヘルスケアスクールの利用者と生愛ヒルトップ・ルネサンスの入居者合同で毎年恒例の敬老会を開催しました。

生愛ヒルトップ・ルネサンス入居者の中で最高齢（１０２歳）の安西正様をはじめ、百寿、卒寿、米寿、喜寿の皆さんの表彰が行われ、御長寿代表として、生愛会中央医療クリニックデイ・ケアヘルスケアスクール利用者の梅津ハル様が小山菊雄センター長より米寿の表彰を受け、梅津ハル様よりお礼の言葉が述べられました。

その後、会の余興として職員によるガマの油売り口上披露と、カナリアのマスターの松本秀勝管理人のサックス演奏が披露され、参加者全員で楽しいひとときを過ごしました。

生愛会ナーシングケアセンターリハビリテーション科言語聴覚士・笹川泰、通所リハビリテーション科介護職・堀川克仁によるガマの油売り口上

小山菊雄センター長より米寿の表彰を受ける梅津ハル様

お礼の言葉を述べられる梅津ハル様

松本秀勝管理人のサックス演奏

本館(生愛会ナーシングケアセンター)大規模修繕工事のお知らせ

本館（生愛会ナーシングケアセンター）におきまして、東日本大震災、その後の余震等で被害がありました建物・設備等について、度重なる修繕を施してまいりましたが、この度、平成30年8月20日（月）～11月30日（金）の工期予定で屋根・外壁等の大規模修繕工事を左記の期間で施工することとなりました。

つきましては、ご利用者の皆様、ご面会の皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

工事期間中は細心の注意を払い安全第一に努めますが、尚、ご面会の際には十分にご注意くださいますよう、お願い致します。

ご意見をいただきました

本館（生愛会ナーシングケアセンター）※平成30年7月回収

ご意見	回答（今後の対応）
「公衆電話の器種（機種）について」 現在のものからテレカ対応の機種に変更する予定はありますか？　どうしても必要があって使用するわけですが相手は携帯が多いです。料金がかかるので10円玉が多く必要になりますが、両替をお願いしづらいとか、自販機に1,000円を入れておつりを作るとか、色々悩んでいる様子。現金を持ち歩かなくて済むテレホンカードは便利だと思います。 ご検討下さい。 ご意見用紙の記載文書をそのまま転記しております	貴重なご意見ありがとうございました。公衆電話の機種変更について、ＮＴＴに問い合わせをしたところ、「施設や病院等にテレホンカード対応の機種を設置する条件として、毎月の通話料が10,000円以上でないと設置ができない」という返答でした。 当施設の場合、毎月の通話料は1,000円程度であるため、現状での設置は極めて厳しい状況にあります。何卒ご理解いただきますようよろしくお願い致します。 苦情解決委員会 担当：苦情解決責任者・委員幹長　谷口裕子 執行委員・リスクマネジャー　佐々木清豪 在宅支援課長・リスクマネジャー　佐藤若奈

２号館（グループホーム 生愛レジデンス）※平成30年7月回収

ご意見	回答（今後の対応）
「敬老の日のお祝いについて」 敬老の日に親ばかりでなく家族まで声をかけていただき、手作りのおやつをご馳走になり職員の方々の余興を見せていただき、親子共々楽しい時間をつくって下さり本当にありがとうございました。 母親が楽しそうに皆さんと一緒に手を動かす姿、職員の方々の暖かい声掛けや気配りを見て、こちらにお世話になり、本当に良かったと思っております。 感謝の気持ちで一杯です。 ご意見用紙の記載文書をそのまま転記しております	ご意見ありがとうございます。楽しんでいただけて本当によかったです。おほめの言葉をいただき、職員も大変はげみになります。今後とも、ご支援宜しくお願い致します。 苦情解決委員会 担当：苦情解決責任者　鈴木三千代

ご意見箱をリニューアル

ご意見等の言葉の３つ「ご要望」「その他」「お褒めの言葉」に分けました。ご活用下さい。

施設内研修案内

医療法人 生愛会グループでは、職員のスキルアップのために毎月施設内研修を実施しています。テーマは認知症に関する知識、感染症の知識、事故やひやりはっと等のリスクマネジメントの知識など介護にまつわる知識の他にも、社会情勢に応じて介護分野のみにとらわれない研修も開催しております。

平成30年度	テーマ	講　師
4月	「リスクマネジメントについて」 「気づきシステムについて」	谷口裕子常務理事兼看護師長 羽根田隆行介護福祉士
5月	「権利擁護について」	株式会社 花のん 代表取締役 齊藤 悦子 先生
6月	「身体拘束廃止について」 「食中毒について」	佐藤若奈在宅支援課長 佐川由希管理栄養士・我妻瞳管理栄養士
7月	「認知症ケアについて」	NPO法人 豊心会 副理事長・統括介護長 橋本 好博 先生
8月	「認知症ケアについて～日々の生活で実践できる認知症リハビリテーション～」	八島真奈美歯科衛生士、星野雅宏作業療法士、 玉上くみ子作業療法士、笹川泰喜語聴覚士
9月	「介護記録」	株式会社 花のん 代表取締役 齊藤 悦子 先生
10月	「感染症予防～インフルエンザとノロウィルス予防について～」	谷口裕子常務理事兼看護師長
11月	高齢者虐待防止について	佐藤若奈在宅支援課長
12月	看取りケア	株式会社 花のん 代表取締役 齊藤 悦子 先生
1月	メンタルヘルス「働き盛りに折れない心～危機を乗り越える道標～」	針生ヶ丘病院 居宅介護支援事業所 所長 大森 洋晃 先生
2月	リスクマネジメント 事故防止と対策について	事故対策委員会
3月	腰痛予防について	（未定）

施設内研修の様子

「いい歯の日」で口腔ケアの大切さを説明

口腔ケアトピックス

オーラルフレイルについて

附属介護老人保健施設
生愛会ナーシングケアセンター
本館生活期リハビリテーション棟
歯科衛生士
八島真奈美係長

オーラルフレイルとは口の機能が虚弱になることをいい、オーラルフレイルが発端となって心身の虚弱にもつながる場合があります。

加齢や病気で口の動きや筋力が低下し、食べ物をよく噛めず食事の摂取量が減ったり、唾液が減り話にくくなり、他の人との会話に消極的になるといったことがあります。その結果周りの方との交流や活動量が減り十分な栄養も摂れないといったことに陥りやすくなります。この様なオーラルフレイルな状態に高齢の方はなりやすいといわれています。

予防にはお口の機能を保つことがとても大切です。口の機能が衰えてきたと感じたら早期に改善対策をしていくことが予防となります。

具体的な予防策

①歯科医院へ行きましょう
定期的な歯科検診と必要な治療を行い歯が抜けることを防ぐことが重要です。症状がなくても定期的に受診しましょう。

②噛む力、飲み込む力を保ちましょう
口の筋肉が衰えると噛むことや飲み込むことが難しくなり、十分な栄養が摂れなくなることにもつながります。食事の前に口の周りや首などを動かす体操も効果的です。

③乾燥を予防しましょう
唾液（ツバ）は食べ物をまとめる、食べ物を喉に送り込む、口の粘膜の保護、消化や殺菌作用など多くの役割があります。加齢や薬の影響、または水分が少なく脱水状態でも口の中は乾燥します。こまめな水分摂取と唾液の出るポイントのマッサージなどで乾燥を予防しましょう。

④お話をしましょう
話をすることは顔や口の筋肉をたくさん使います。口の機能を維持することに話をすることはとても大切です。

栄養ケアトピックス

脱水予防について

附属介護老人保健施設
生愛会ナーシングケアセンター
本館生活期リハビリテーション棟
栄養サポートチーム
管理栄養士
佐川由希

今年の夏は酷暑が続き、熱中症で多くの方が病院に搬送されたというニュースがよく流れました。私たちの体にとって水分は大切なものであると再認識させられました。

加齢による高齢者の特徴

①体液量が少ない
②暑さに対する感覚が鈍くなり喉の渇きを感じにくい
③認知症の方は「水が欲しい」「喉が渇いた」と訴えを口にするのが難しい場合がある
そのため喉が渇く前に、周りで介護する人が気付いてあげることで危険な状態を回避することが求められます。喉が渇いた時には脱水状態になりかけている可能性があるため、タイミングを計りこまめに水分補給をしてもらうことが大切です。

水分摂取の方法

高齢者の方は、食欲の低下や飲み込む力の低下、トイレの失敗をしたくないなどの理由で水分の摂取を拒否することがあります。その場合は無理に飲んでくださいと言うのではなく、「お茶会をしましょう」「すぐそこにトイレがありますので大丈夫ですよ」など工夫して声掛けをすることが大切です。また、「お茶とお水どちらが飲みたいですか」というような選択肢を出し自らの意思で決定することで、水分摂取につながる可能性もあります。果物やゼリーなど水分を多く含むおやつでの水分補給も良いです。

摂取する水分の種類として、スポーツドリンクや経口補水液には糖分や塩分などが入っているため糖尿病などの血糖管理が必要な方や、心疾患・腎疾患・高血圧症などの塩分制限・カリウム制限・水分制限が必要な方は医師の指示が必要です。

高齢者の水分補給は周囲の人が正しく理解しサポートすることでよりスムーズになります。

「お茶どうぞ」

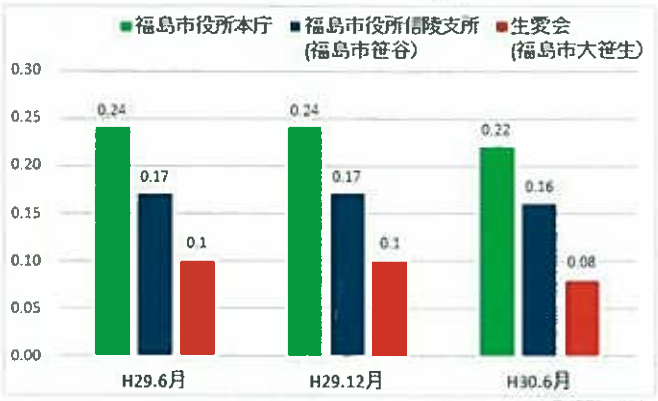
生愛会グループのある大笹生地区は、福島市内の主な地区と比較して、依然低い数値を示す

環境放射線量測定値（平成29年6月～平成30年6月）

東日本大震災発生から今年で七年が経過致しました。震災後より継続して実施している放射線量の測定ですが生愛会（大笹生地区）と福島市役所本庁、福島市信陵支所の三ヶ所について約半年ごとの数値比較をしたところ三地域とも数値の下降が見られており、なかでも大笹生地域は一年前から変わりなく最も低い値で推移していることが分かりました。

これは発災後から継続して見られている傾向であり、今後も継続していくものと考えられます。

引き続き今後も計測を行い、経過をご報告して参ります。



マイクロシーベルト

生愛会（大笹生地区）と福島市内の放射線測定値数値比較（測定単位：μSv/h）

内田博之所長が就任

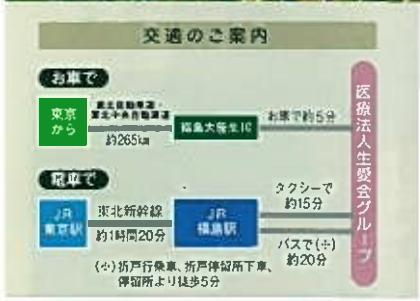
福島市信陵地域包括支援センター 管理者兼地域支え合い推進員

四月一日から福島市信陵地域包括支援センター所長に内田博之氏が就任しました。

内田所長は今年の三月まで福島県警察官として県内各地で地域の安全安心のため任務にあたり、福島北警察署笹谷交番での勤務時には、グループホーム生愛レジデンスの運営推進委員として約七年間、入居者家族や住民との交流を深め、地域づくりに貢献してきました。

現在「地域支え合い推進員」として、地域のサロンなどの活動の場にお邪魔し、地域での支え合いや元気になるための取り組みを発見発信するなど、地域の皆さんの健康づくりのお手伝いをしています。今後ともよろしくお願い致します。

大笹生地区のサロンで挨拶をする内田博之所長



4号館

地域複合型総合施設

生愛会 総合リハビリテーション医療ケアセンター

〒960-0251 福島市大笹生字向平6-1
内科・整形外科・リハビリテーション科・神経内科・もの忘れ外来
歯科・口腔外科・摂食嚥下リハビリテーション科・放射線科

- 生愛会中央医療クリニック
  TEL/FAX 024-555-5963（オクロー）〔E-mail〕clinic@seiaikai.jp

クリニック デイ・ケア
- ヘルスケアスクール
  TEL 024-558-5568（ゴーゴーリハ） FAX 024-558-5564

訪問 介護
- 生愛会ホームヘルプステーション
  TEL 024-558-8139（ハチサンサン） FAX 024-558-8130
- 福島市信陵地域包括支援センター
  TEL 024-558-7867（ナヤム） FAX 024-558-7865
  〔E-mail〕houkatsu@seiaikai.jp

〔サービス付き高齢者向け住宅・44戸〕
- 生愛ヒルトップ・ルネサンス
  TEL 024-558-1539（イーゴーサン） FAX 024-558-1536

本館

医療法人 生愛会

〒960-0251 福島市大笹生字向平13-1

附属 介護老人保健施設（100床）
- 生愛会ナーシングケアセンター
  TEL 024-555-2244 FAX 024-555-2241
  〔E-mail〕nc-c@seiaikai.jp
- 生愛会居宅介護支援センター
  TEL 024-557-7773 FAX 024-557-7774
  〔E-mail〕sien@seiaikai.jp
- 生愛会本部会館
  TEL 024-555-2244（内線1830） FAX 024-555-2241

2号館

社会福祉法人 生愛福祉事業団

〒960-0251 福島市大笹生字向平12

特別養護老人ホーム
- 生愛ガーデン
  TEL 024-555-5311 FAX 024-555-3611
  〔E-mail〕garden@seiaikai.jp

グループホーム
- 生愛レジデンス
  TEL 024-555-4611 FAX 024-555-3687
  〔E-mail〕residence@seiaikai.jp

3号館

施設管理棟

編集後記

生愛タイムズ第23号をお届けします。

2018年の夏は異常気象による記録的な猛暑で大変暑い夏でした。季節は移り秋になります。ホッとした時に体調を崩してしまわぬよう、体調を整えていきたいものですね。美味しいものを食べて、冬に備えましょう。

今回は、特集として合同災害訓練研修を開催した様子を取り上げております。日本で頻発している自然災害に備えるべく、『備えよ常に！』と訓練をして参りました。また、2018生愛祭、それぞれの事業所の様子、口腔ケア・栄養トピックス、そして今年4月より就任致しました福島市信陵地域包括支援センター管理者兼地域支え合い推進員の内田博之所長のご挨拶を掲載しております。

どうぞ、ご覧ください。

文責：生愛会ナーシングケアセンター本館生活期リハビリテーション棟
看護師長　谷口裕子

医療法人 生愛会
http://www.seiaikai.jp/
生愛会 検索

Seiaikai Group

発行者：医療法人 生愛会・社会福祉法人 生愛福祉事業団 生愛タイムズ編集委員会　発行責任者：本間達也
平成30年11月発行　〒960-0251 福島市大笹生字向平13-1 法人本部 TEL 024-555-2244（大代表） FAX 024-555-2241