

ハートケア 通信

2022年10月号

発行：2022年10月1日 NO. 229
ハートケアグループ
〒583-0021 大阪府藤井寺市御舟町1-63
藤井寺オフィスビル
編集：ハートケア通信編集委員
TEL 072-931-2355
FAX 072-931-2730



ケアホーム寝屋川 盆踊り大会

ケアホーム寝屋川では、8月に盆踊り大会を開催しました。音楽が流れると自然と身体も動き出しフロアも熱気に包まれました。盆踊りの後のアイスも好評でした!



今月の特集

ハートケアグループ メディケア・リハビリ研修会

食は人生 ～私たちの食事介助を見つめ直す～



ハートケアグループ since1988

～快適をご利用者に 安心をご家族に～

(株)ハートケアホールディングス
(株)大阪ホームケアサービス
(株)メディケア・リハビリ
(株)青蓮荘
(株)マイオセラピー研究所
NPO法人ケア・ユニゾン

<https://www.medi-care.co.jp/>

ハートケアグループ

検索

(2022年9月1日現在)

- ◆介護保険ご利用者総数 5130名 (以下内訳)
 - ・ケアプラン契約数 803名
 - ・訪問介護事業 474名
 - ・通所介護事業 1453名
 - ・訪問看護事業 1866名
 - ・福祉用具レンタル事業 534名
 - ◆介護保険外ご利用者総数 1347名
 - ・訪問看護事業 (医療) 911名
 - ・個人契約ヘルパー4名
 - ・訪問介護事業 (障害者総合支援) 27名
 - ・有料老人ホーム 405名
 - ◆住宅改修・福祉用具購入 (介護保険内外含む) 12件
 - ◆障がい児通所支援事業 293件
 - ◆職員数 993名
- (上記の総数は複数のサービスを利用される方の重複を含みます)

ご利用者虐待防止相談窓口 TEL:072-931-7735 担当:井口



ハートケアグループ メディケア・リハビリ研修会

食は人生

私たちの食事介助を見つめ直す



8月24日(水)、ハートケアグループ
メディケア・リハビリ研修会が、
WEBにて開催されました。

ケア・ユニゾン(ハートケアグループ
のNPO法人)主催のこの研修会
は、月に1度開催され、介護・医療・
教育などの分野で活躍中の著名人を
講師にお招きして講演いただきました。

今回は、東京医療学院大学 保健医
療学部 准教授の内田学氏に『食は人
生』私たちの食事介助を見つめ直
す』というテーマで講義いただきました。

内田氏は、理学療法士として摂食・
嚥下に関して第一線で活躍されて
おり、著書も執筆されるなど、様々な
活動を通して多職種で考えていくこ
との大切さを発信されています。

この日も当社職員の他、社外からも
多くの方に参加いただき、食事の大切
さとその介助についての知識を深めま
した。

その人の『食べる』を見つめ直す

『食べる』ことは、私たちの生
命維持に欠かせない最も大切な
営みです。そしてまた、生活の中
の楽しみや喜びにも繋がるにと
も大切な時間でもあります。高齢
になってもそれは同じであり、だ
からこそ私たちは、その大切な食
事とその介助を『なんとなく行
う』ではなく、『きちんとした知
識』を持って行わなければなりま
せん。

講義でも、60代以降の年齢に
なると、入院を伴う肺炎の50%
以上が誤嚥性肺炎であるという
データ結果が紹介され、今まで以
上に食事介助での技術の必要性
を強く感じました。

今回の研修では、食事介助をす
る上で必要な知識や技術、重要な
視点など専門知識のない者にも
とても分かりやすい解説で講義
いただきました。その内容を少し
ご紹介します。

ご利用者が食べやすい 食環境・食事介助とは…

食事の姿勢を見直そう！

その姿勢は食事に適切？

食事の姿勢と嚥下機能

には、実は重要な関係性が
あるそうです。食事介助の
際は、第一に正しい姿勢の
保持がとても重要です。



不良姿勢の事例

仙骨座り(前ずり座り)

高齢になると、太もも裏の筋
肉が縮むことにより、仙骨座り
のような座り方になる方が多
いそうです。



仙骨座り(前ずり座り)は、背中
が丸くなり(円背)、
顔(首)が突出する姿勢になり
ます。

一度、顔を突き出して食べ物
を飲み込んでみましょう。

普通の時に比べて飲み込みに
くることが分かります。顔が突
出する姿勢は正常姿勢より嚥
下(飲み込み)しにくく、検証デ
ータからも嚥下機能が低下す
ることが分かっています。

そのため、**食事の時には必ず
体位や姿勢を正しく整えて、安
定させることがとても大切で
す。正しい姿勢では、口が開きや
すくなり、おせにくくなります。**

クッションなどで姿勢保持。
骨盤を立てる。



足も地面にしっかりつける。又は、
足台などにのせて安定させる。

見直してみよう！

※おまけることが多くなった方は、
嚥下機能の低下を疑うだけでな
く、**姿勢調整の両面から原因を
検討**すべきことです。

食事の姿勢が改善され、良い
姿勢に安定したことで、しっかりと
嚥下できるようになった方も
多く、思っているよりも嚥下機能
がしっかりしている方は多いそう
です。

ご利用者の食事の様子を しっかりと見よう！

顎はしっかりと動いて いますか？

・1回の嚥下で全て
飲み込めていますか？

顎がしっかりと動いていると、しっか
り咀嚼できているそうです。

また、口に入った食べ物が一回で
飲み込めていれば、適切な量とのこ
と。

口の中を開けてもらって確認した
り、嚥下前後のご利用者の話す声
で、口の中に残っているものがあるか
どうか聞き分けられるそうです。

自分の食べる動作を 振り返ろう！

スプーンやお箸を口に
持っていく手の動きは



非常に緻密です。できる限り違和感なく食べていただくためには…

食事介助のコツ

- ・右利きの人には右手側から食事介助
- ・スプーンを口に入れる角度は、正面に対し斜め45度の角度から口に運ぶ



そして何より、
自分が介助されてみる体験
がとても大切とのことです。

介助されて初めて不良姿勢での食べにくさや違和感が分かり、自分事としての意識が生まれると教えていただきました。



講義ではその他に

- ・食事での姿勢保持の方法として、段ボールを使ったポジションニングの方法
- ・反射的に口を閉じてしまう人への食事前の口まわりのマッサージやストレッチについて

・むせ込みの時のサポートの方法（むせ込みは正常な反応で、背中をさする行為はNG）

など食事介助における様々な知識や技術など興味深いお話を時間いっぱいまでしていただきました。

ハートケアグループでは、既に誤嚥・脱水防止委員会を開いて食事の姿勢保持・ポジションニング等、多職種でのカンファレンスに取り組んでいます。（ハートケア通信2021年10月号に紹介）

今回、研修会に参加して、嚥下の問題は多種多様であり、多職種（介護職員・ケアマネジャー・療法士・看護師など）が連携して、広い視野で原因を追究し、その対策に取り組むことの重要性を改めて実感することができました。

ハートケアグループでは、引き続き、委員会の取り組みを継続し、今回新たに学んだ視点や技術を取り入れて、少しでもスキルを上げ、ご利用者のより良い食生活の提供に努めていきます。

今回の研修は、当社各営業所の営業所長必修の研修になっています。当社では、介護・看護・医療に携わる職員が一年を通して、あらゆる研修を受け、常に介護知識や技術の向上に努めています。

ハートケアグループ

企画広報部



芸術の秋

デイセンタリーハビリプラザ深野
**塗り絵コンテストに
応募しました！**

リハビリプラザ深野では、スタッフの呼び掛けで、出版社が主催する『大人の塗り絵コンテスト』にご利用者のT様とY様が応募されました。

T様 以前、趣味で絵を描かっていたT様。左麻痺がありますが、スタッフの勧めで塗り絵を始められ、とても細かく塗り分けした素敵な作品を制作されています。

Y様 退職後に絵画教室に通われていたY様。老人ホームに入居される



T様の制作風景

事になり、絵画教室もやめることに…。けれども、リハビリプラザ深野にはどうしても通いたいと要望され、再び通われています。スタッフの勧めで塗り絵を始め、施設でもデイでも塗り絵に熱中されています。

コンテストでは、毎年250〜300点もの応募があり、その中から入賞、入選作品が選ばれるそうです。

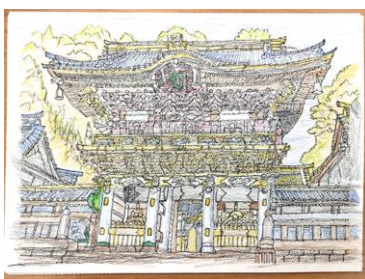
その後、リハビリプラザ深野ではさらに数名のご利用者もコンテストに応募されたそうです。皆様の結果報告を楽しみにお待ちしております。



Y様の制作風景



Y様の作品 鴨川の川床



T様の作品 日光東照宮



ハートケアグループ旅行事業 「Rehavel (リハベル)」のご紹介



こんにちは！理学療法士の南です。

いよいよ行楽の秋、お出かけしたい季節になってきましたね。ところで、みなさんはハートケアグループに旅行会社があることをご存知ですか？

「知らんな〜」という方も多いかもしれませんが、実はあるんです！

ということで、今回はハートケアグループの旅行事業「Rehavel (リハベル)」についてご紹介します。

「Rehavel (リハベル)」は、「リハビリ」と「トラベル (旅行)」を掛け合わせた名前で、**私たちは旅行すること自体が心と体のリハビリになるという考えから旅行業を開始**しました。

旅行に行くことが決まれば、当日が楽しみになりますよね。旅行に行くために、体調不良にならないように気をつけたりもします。

もし旅先で歩く必要があれば、デイサービスの歩行練習にも力が入ります。温泉に入りたいと希望すれば、床に座る練習も始まるかもしれません。

しかし、興味はあるけど高齢になると「旅行にはなかなか…」と考えがちになりますよね。

どうしてそう考えるのか・・・？

それは**2つの大きなバリアがある**からです。

1.環境のバリア

- ・階段が多くて体力に自信がない。
- ・車椅子なので楽しめるか不安。

2.精神的なバリア

- ・一緒に行く家族に迷惑をかけてしまいそう。
- ・旅先で何かあったらどうしよう。

このようなバリアをできるだけ取り除いて**旅行のお手伝いをするのが「Rehavel (リハベル)」です！**

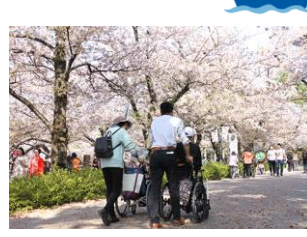
あなたの希望と状態に合わせたオリジナルの旅行プランを提供し、必要であれば看護師・療法士・介護士が同行してサポートします。宿泊はもちろん、日帰り旅行や数時間の外出にも対応いたします！

「ちょっと●●に行ってみたいな」「家族でおいしいご飯が食べたいな」というざっくりとした希望でも大丈夫ですよ。興味があるあなた、ぜひ Rehavel (リハベル) までお電話ください。



今後は定期的に取り組みや実際に催行した旅行の紹介をしていきますので、そちらもお楽しみに！

2018 年 徳島温泉旅行 1泊2日



2018 年大阪城お花見ツアー

お問い合わせ先

旅行事業 Rehavel (リハベル)

TEL 072-931-2761

所在地 〒583-0024

大阪府藤井寺市藤井寺 2-5-4

NTT 藤井寺ビル 2 階

担当
旅行事業課
南雄一朗

ハートケアグループの コロナ対策



有料老人ホーム
のこれまでの
取り組み(一部紹介)



政府の新型コロナへの方針は緩和される方向にありますが、ハートケアグループでは、引き続き感染予防・蔓延防止に力を入れ、ご利用者の健康と命を守るよう取り組んでいきます。

Q:ウイルスを持ち込まないための対策は？

A:施設の全職員は出勤前の検温と聞き取り問診(本人・家族の体調確認)を行っています。また、大阪府からの指導による3日に1回の抗原検査を行っています。

Q:施設内の流行を防ぐための対策は？

A:ご入居者に、毎日朝夕 2 回の検温とパルスオキシメーターで酸素飽和度、脈拍を測定し、ご入居者の体調の変化に早く気付けるように日々健康確認を大切にしています。

有料老人ホーム 空室情報

○…随時入居可 △…若干名 満…待機

青蓮荘	満	コンフォート門真	満	コンフォート大東	満	ケアホーム加美	満
ケアホーム長吉	満	ケアホーム伊賀	満	ケアホーム寝屋川	○	ケアホーム藤井寺	満
ケアホーム俊徳道	○						

※空室情報は変動することがあります。 お問い合わせ窓口 ☎ 0120-255-616 平日 9 時～18 時 2022 年 9 月現在