

# こころつなぐ

2021年 秋

## 新開 省二さんコラム

## 楽しく食べて健康長寿

### 秋バテの秋!?免疫力をアップする食事レシピ

ネオ・サミット茅ヶ崎 クローバーホスピタル  
かかりつけ医から 皆さんへ

## 6館合同 全社で行っている新たな取り組み

もみの樹・杉並 もみの樹・渋谷本町

## 外部講師による接遇マナー指導

ネオ・サミット湯河原 「スタッフ座談会」

ネオ・サミット湯河原

## 食堂リニューアル

感動プロジェクト 認知症ケア

もみの樹・横浜鶴見

## 個性と生き方を理解し、より効果的なケアを目指す。

感動プロジェクト オンリーワン

もみの樹・練馬

## コロナ禍でもできる個人ケアを

### 大分県 九重夢大吊橋

平成18年10月30日にオープンした、「九重“夢”大吊橋」。この橋は、歩道専用として「日本一の高さ」を誇る吊橋です。文句なしの絶景には、目前に「日本の滝百選」に選ばれた滝、足下には鳴子川渓谷の原生林が広がっています。

こころつなぐVOL.17 大和ハウスライフサポート株式会社情報誌 通巻17号 2021年9月発行

## 「こころつなぐ」

人と地域、そして心豊かな暮らしへの架け橋を築く

大和ハウスライフサポート。

そこには、ご入居者やそのご家族の

さまざまな夢や願いの実現をお手伝いしたいとの

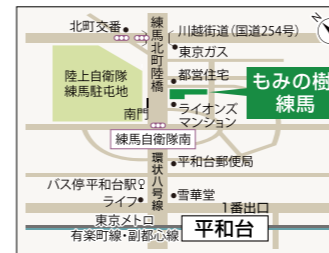
想いが込められています。

**フリーコール 0120-07-4165**

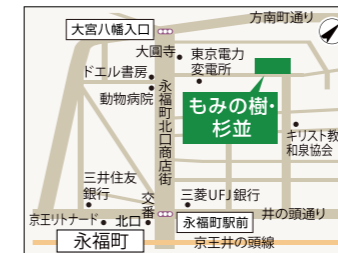
受付時間：午前9時～午後5時



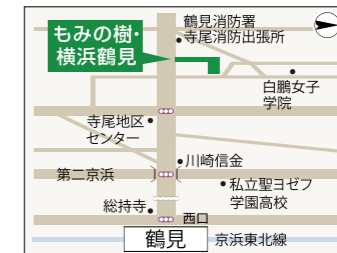
介護付有料老人ホーム  
**もみの樹・練馬**  
東京都練馬区



介護付有料老人ホーム  
**もみの樹・杉並**  
東京都杉並区



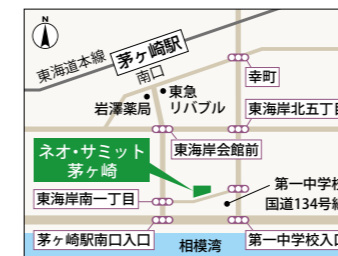
介護付有料老人ホーム  
**もみの樹・横浜鶴見**  
神奈川県横浜市鶴見区



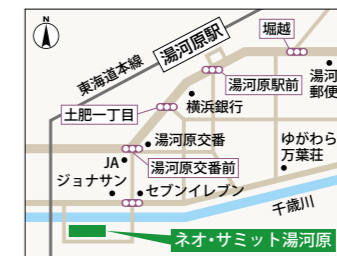
介護付有料老人ホーム  
**もみの樹・渋谷本町**  
東京都渋谷区



介護付有料老人ホーム・住宅型有料老人ホーム  
**ネオ・サミット茅ヶ崎**  
神奈川県茅ヶ崎市



介護付有料老人ホーム  
**ネオ・サミット湯河原**  
静岡県熱海市



**Daiwa Life Support**  
大和ハウスグループ

## 大和ハウスライフサポート株式会社

東京都港区三田3丁目1番7号 三田東宝ビル6階 〒108-0073 Tel 03-3456-4165(代表) Fax 03-3456-4175

大和ハウスグループの経営のシンボルである「エンドレスハート」は、日本およびその他の国における登録商標または商標です。  
© Copyright 2021 DAIWA HOUSE INDUSTRY CO.,LTD. All rights reserved.

We Build ECO | 森林育成紙<sup>TM</sup>使用

## 秋バテの秋!?

秋といえば「食欲の秋」「スポーツの秋」「読書の秋」といわれますが、加えて「秋バテの秋」に注意が必要です。

過ごしやすい季節になったのに「なんだか元気が出ない」「だるい」「食欲がない」「肩こりや頭痛がする」など、夏バテに似た症状が現れるのが「秋バテ」です。コロナ禍によって生活様式も変わり、エアコンに依存した室内中心の生活になっていきます。室内中心の生活では自律神経の調節不良が起きやすく、従来よりも「秋バテ」を起しやすいいえます。

シニアの方は、一般的に基礎体力と免疫力が低下しやすいのでより注意が必要です。そこで、「秋バテ」対策として、

- ①体を温める
- ②旬の食材を使い必要な栄養を摂る

夏の疲れをとるためにはビタミンB1が有効です。ビタミンB1は糖質をエネルギーに変える手助けをする栄養素です。ビタミンB1によってエネルギーを効率よく作ることが出来れば、疲れ知らずというわけです。ビタミンB1を多く含む食材には、うなぎ、豚肉、赤身肉、ナッツ、大豆、小豆、ほうれん草、えのき、ごま、玄米などがあります。また、生姜、ニンニク、玉ねぎ、ニラなどに含まれるアリシンはビタミンB1と結合して、加熱調理によるビタミンB1の損失を防いでくれるので、組み合わせるとなおよいでしょう。

ただし、「胃腸の調子が悪い」「食欲が無い」と感じる時には、うなぎや豚肉等のように脂の多い食事は胃腸での滞留時間が長くなり、症状を悪化させるので控えてください。また、ビタミンB1は水溶性のため、一度にたくさんとっても尿中に排出されてしまうため、毎日コンスタントに摂るようにしましょう。



- ③ビタミンB1で疲労回復
- ④生活習慣を整える、

の4つを提案します。

### ①体を温める

暑い日が続くと、どうしても冷たい食べ物や飲み物を摂ることが多くなります。すると胃腸が冷えて血液循環が悪くなり、体調不良を起こします。体を温める食材や飲み物をとるようにしましょう。

特に朝起きた時の水分摂取には温かい白湯(さゆ)がおすすめです。体の中が温まるのがわかります。食事においては、生姜、ニンニク、ニラ、ネギ類を積極的に取り入れ、1日1回は温かい味噌汁やスープを飲むようにしましょう。

### ④生活習慣を整える

寝る時間や起きる時間を決めて睡眠時間を一定に保つ、朝食は抜かずに1日3食とる、毎日継続出来る運動をする(体操やウォーキングなど)、ぬるめのお湯(39℃まで)につかるなど、出来るだけ規則正しい生活習慣を保持して体内時計を整えましょう。

「食欲が無い」と感じても消化の良い、脂分の少ない食事を摂りましょう。毎日決められた時間帯に食事をとることで生活リズムが整うからです。そして、入浴は血行を良くして、体内の老廃物を排出する体の動きを促進し、体を清潔に保ち、リラクゼーション効果を得ることが出来ます。



### 秋〜冬への準備と「隠れ脱水」

人間の体は交感神経(活発な行動が必要なときに働く)と副交感神経(リラックスしたり眠ったりするときに働く)という2種類の自律神経によってバランスが保たれています。自律神経は私たち

元東京都健康長寿医療センター研究所副所長  
女子栄養大学大学院・  
同大学栄養学部 地域保健・老年学研究室教授  
著書「元気ごはん」  
2019年3月など  
栄養素密度が高い食事のすすめ(共著)

## 新開省二



②旬の食材を使い大切な栄養を摂る

「食欲の秋」と言われるように、秋は旬の食材が豊富です。きのこ類、さつまいもや里芋、栗には食物繊維が多く、柿やぶどう、りんごにはビタミンやミネラル、抗酸化成分が豊富に含まれています。旬の食材は栄養価が高く、旨味も強いので、いつもより調味料を少なくして健康的に食べることが出来るのです。



の体を環境に適応させようとはしますが、無意識のうちに調節がうまくいかずに「秋バテ」を起こすのです。秋は気温や気圧が変わりやすい時期で自律神経が乱れやすくなります。不規則な生活、偏った食事、過度なストレスは、こうした自律神経の乱れに拍車をかける要因になります。

前述した「秋バテ」の4つの対策によって、自律神経のバランスを整えて冬の準備を万全にしておきましょう。最後にお知らせしておきたい事項があります。それは、秋から冬の「隠れ脱水」に注意が必要ということ。秋になると水分補給に注意がいなくなりますが、「隠れ脱水」が起こりやすくなります。また、寒いから、冷え性だからと重ね着をしている方では、睡眠中に思った以上に汗をかいています。さらに、持病のある方は「隠れ脱水」のリスクが高くなります。夏場と同じように傍らに水分を置いて、決まった時間に水分摂取をするよう心がけましょう。



# 免疫力をアップする食事レシピ

ある特定の食品を食べれば免疫力がアップするということではありませんが、免疫細胞にとって重要な栄養素である①たんぱく質をとる、全身の免疫細胞の約70%が存在する②腸内環境を整える、免疫力を維持・強化する栄養素の③ビタミンA・C・Eを積極的に摂ることが有効です。

前ページでコラムをお書きいただいた新開教授と、女子栄養大学の学生の皆さん作成の免疫力アップレシピをご紹介します。



## おからの洋風卵の花炒り

◎材料(4人前)  
 おからパウダー…30g 豆乳 ……200g  
 水 ……120g コンソメ顆粒 ……4g  
 おからパウダーの4倍の水で戻す おからとキャベツの0.6%塩分  
 ショルダーベーコン…40g 黒こしょう ……少々  
 キャベツ ……140g

◎作り方  
 I おからパウダーを水に入れ戻しておく。  
 II ベーコンを1.5cm幅に切り、キャベツは洗って2cm角に切る。  
 III フライパンでベーコンを炒め、Iのおからと豆乳の半分、キャベツを加えて加熱する。  
 IV IIIに残りの豆乳、コンソメを入れ、水分を飛ばすようにしながら加熱する。  
 V キャベツが柔らかくなり、おからに味が染み込んでいれば出来上がり。  
 VI 盛り付け、黒こしょうを一振する。

【栄養価】(1人分)エネルギー 93kcal/脂質 4.1g/たんぱく質 5.6g/炭水化物 8.9g/食物繊維 4.1g/ビタミンA 2μg/ビタミンC 18mg/ビタミンE 4.1mg/食塩相当量 0.7g



## 鯖のプロバンス風

◎材料(2人前) 【ソース】  
 鯖 ……160g 玉ねぎ ……80g  
 こしょう ……0.08g にんにく ……4g  
 牛乳 ……20g 調合油 ……4g  
 小麦粉 ……14g トマト缶 ……100g  
 バター ……4g こしょう ……0.06g  
 食塩 ……0.8g 食塩 ……0.8g  
 鯖の0.5%塩分 玉ねぎ・トマトの0.4%塩分

◎作り方  
 I 鯖の切り身に塩、こしょうを振り、しばらくして牛乳を振りかけて10分程度置く。  
 II Iに小麦粉をまぶし、バターを熱したフライパンでこんがり焼く。  
 【ソース】  
 III たまねぎ、にんにくをみじん切りにする。  
 IV 油を熱し、にんにく、たまねぎを炒め、トマト缶を加えて少し煮詰め、塩こしょうで調味する。  
 V 焼いた鯖の上にソースをかけて完成。

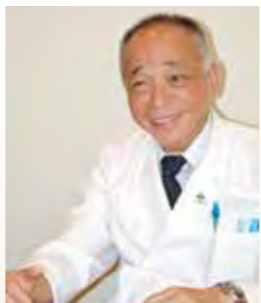
【栄養価】(1人分)エネルギー 291kcal/脂質17.7g/たんぱく質 18.4g/炭水化物12.3g/食物繊維 1.6g/ビタミンA 68μg/ビタミンC 9mg/ビタミンE 3.4mg/食塩相当量1.0g

※★★★★について：免疫力UPの栄養面、高齢者の嗜好と美味しさ、調理性から評価し、満点は★★★★、お勧めレシピとなっています。

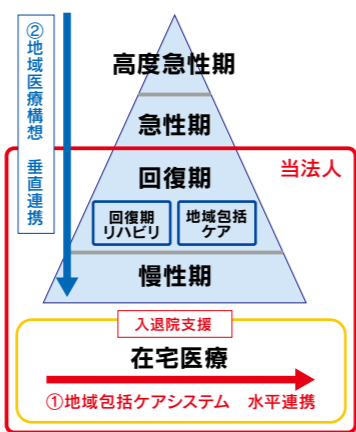
# かかりつけ医から皆さんへ

ネオ・サミット茅ヶ崎

篠原 裕希



域医療構想」を充実・深化させる有効な手段です。(参考：図示)



多職種連携とは本来地域包括ケアシステムにおけるものとされていますが、病院にも存在します。医師、看護師、薬剤師、介護士、リハビリスタッフ、管理栄養士、医事課スタッフの全職種がそれに対応する病院内の垂直連携(図の縦矢印)しています。

今回は「在宅復帰」をキーワードに多職種の関わりと病院の立ち位置についてお話させていただきます。

①「地域包括ケアシステム」と②「地

域医療構想」を充実・深化させる有効な手段です。(参考：図示)

域医療構想」を充実・深化させる有効な手段です。(参考：図示)

り、そこで活躍するMSW(メディカルソーシャルワーカー)、DPN(退院調整看護師)はまさにキーパーソンです。

クローバーホスピタルでは、急性期病院で治療は終了したものの、もう少し医療やリハビリが必要な方や、施設を含む在宅患者さんで状態が悪化した際に速やかに受け入れる前方支援と入院直後から退院に向けた調整を後方支援でシームレスな在宅復帰をお手伝いしています。

私たちは篠原湘南クリニックグループはこれからも「その人に見合ったQOL(クオリティオブライフ)を見つけて出し、それに向かってADL(日常生活動作)向上をはかる」をモットーに良い関係構築に努めてまいります。

しのはら ひろき  
**篠原 裕希** 医療法人篠原湘南クリニック 理事長

略歴 昭和大学 医学部卒 / 篠原湘南クリニック設立 / クローバーホスピタル開設

所属学会 日本外科学会、日本臨床内科学会、日本臨床倫理学会、神奈川県臨床外科学会

# 6館合同 全社で行っている取り組み

## 外部講師による接遇マナー指導

今年度は6S（整理・整頓・清掃・清潔・躰・接遇）の向上を目指し、6月～10月に外部講師による各館への訪問指導を行っています。

長期化するコロナ禍で、ご家族や外部事業者など第三者の目が薄れていく中、スタッフも慣れや緩みが出てくる頃です。今一度緊張感をもってご入居者に適切なサービス提供が行えているのかを、これまでと異なる視点で確認してもらおうとすることで、満足度そして品質の向上につなげていきたいという思いから取り組みを開始しました。

指導内容は原則月2回、各館を訪問してもらい、『挨拶や言葉遣いその他、ご入居者への声掛けや対応、所作、身だしなみ等』の現場観察・指導をお願いします。これと同時に効果測定のため、指導の前後にスタッフにアンケート調査を実施します。

今回は「もみの樹・杉並」と「もみの樹・渋谷本町」の評価とそれによる各館の意識や行動の変化、改善の取り組みを紹介させていただきます。

### もみの樹・杉並 評価抜粋

接遇力が中程度～上級の職員が揃っており、殆どのスタッフが立ち止まっての一礼、笑顔で「ようこそ」の気持ちが出る。挨拶が出来ています。スタッフ同士のコミュニケーションやお互いを思いやる場面が多くみられました。



#### 目標②に対して

稲垣:心のある接遇が大事であり、それに繋がる具体的な言葉や所作を解りやすく指導いただきました。雨宮:表情や話し方、些細な所作等が接遇に繋がるので実践できるようこれからも心掛けていきたいです。

### もみの樹・杉並



#### 指導を受けて

#### 目標①に対して

稲垣:新たな気づきや接遇の奥深さを学んでいます。先生からのご助言やご指導を毎回楽しみにしています。雨宮:今まで自分の接遇に自信がなかったのですが、ご指導していただき前よりも自信が持てるようになりました。



#### 指導を受けて

初回は介護スタッフの昼食時の対応をご指導いただきました。2回目以降は事務所スタッフへのお出迎えやお送り・電話対応で、普段何気なく行っていた行動や所作もご指導いただく事により、気付く事が出来て接遇力の向上に繋がりました。共有部の環境整備についてもご指導いただき、6Sについての意識向上に繋がりました。今後も6Sの推進を行いご入居者、ご家族が気持ちよい対応や環境整備に努めて参ります。

### もみの樹・渋谷本町 評価抜粋

平均的に中程度の職員が多く、その中でも高い接遇意識と実力を持った職員がいます。指導3回目あたりから、より上質な接遇対応を意識している職員が増えてきました。事務所スタッフのお客様対応力、外国人のお客様への接し方など、都心ならではの高いサービス力を学んでいただいています。



### 目標

- ① 来客・訪問者に対する挨拶（立ち止まり/立ち上がりの挨拶と一礼）ができる。
- ② ご入居者に対し、敬意を持った言動・態度で対応に当たることができる。
- ③ 誰にでも思いやりのある態度が取れる。
- ④ 自己統制力（アンガーマネジメント・自己感情分析）ができる。
- ⑤ 丁寧で落ち着いた動作、ふさわしい環境の整理・整頓を心掛けることができる。

### 外部講師プロフィール 大島 知子

**現職** 有限会社ティアプロジェクト代表取締役 / 銀座音楽セラピー研究所代表 / 養成スクール学長

**経歴** 武蔵野音楽大学ピアノ科卒業後、小学校・高等学校教諭を経て、東京ディズニーリゾートに勤務。



### もみの樹・渋谷本町



凛とした和風モダンをコンセプトとした『もみの樹・渋谷本町』。ロボットや機器を活用し、快適な環境づくり、先進的ケアへの取り組みをしています。



# ネオ・サミット湯河原「スタッツフ座談会」

## 7月、食堂がリニューアルオープン、「キレイになった」と喜びの声。



ネオ・サミット湯河原の食堂リニューアルに焦点をあてました。ご入居者からも「キレイになった」「1人席で落ちつける」といったお褒めと喜びの声をいただきました。

7月1日に新しい食堂がオープンされました。食堂リニューアルのお話が持ち上がったのは、いつ頃でしょうか。

【加藤】 7年程前、開設後30年近く経過した厨房の老朽化など食堂のリニューアルが課題でしたが、ご入居者にアンケートをとったところ、「1人席が欲しい」「座敷部分を改善して欲しい」「温水の出る自動水栓式手洗いが欲しい」等のご要望がありました。そこで知り合いのゼネコンに相談すると、老人ホームの改修に実績のある施工会社を紹介され、設計士を含め打合せを進め、2019年4月に、最初の提案をいただきました。五輪開催後の工事予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の影響で

を温白色にしてダウンライト設置、図書コーナーからも食堂に入れるように入口の配置等気を配りました。

リニューアル工事で特に苦労された点、配慮した点について教えてください。

延期になりました。2020年10月、館内でプロジェクトチームを結成、具体的な実施計画策定に着手しました。2021年1月、運営懇談会総会でご入居者に説明し、ご了解をいただき、3月1日に着工、4月12日に厨房が完成、7月1日に新食堂が完成オープンしました。厨房工事期間を第1期工事、食堂工事期間を第2期工事と呼んでいます。第2期工事中はご入居者には多目的ホールで食事をしていただきました。

【青木】 第1期は朝食・昼食を別の食堂である喜楽亭の厨房で作りました。狭い空間で調理という制限があるため、夕食の主菜・副菜は弁当屋さんに委託しました。工事期間中は使い捨て容器で提供しましたので容器のスペースをうまく使うメニュー作成に苦労しましたね。

【堺】 ご入居者からは「7月までは耐えるわ」「大丈夫」と声をかけていただきました。その期待を裏切らないよう、食事検討委員会などでメニューや味付けについて話し合いました。

【小澤】 設備面でも細かい工夫をしました。洗面台は、車イスで対応出来るように配慮し、「談話スペースが少ない」という意見があったので、食堂に間仕切りを設置し、一つの部屋にできるようにしました。また、温かみや室内が明るくなるよう、照明



眺めの良い一人席



明るい食堂



ある日の食事

【中島】 料理の上げ下げが、すごく大変でした。第2期は厨房で調理し、食事は多目的ホールで食べていただきました。ご飯の盛り方も一人ずつ違うので、全部覚えなければいけません。覚えたと思ったら変わる方もいらっしゃるのです(笑)。

【堺】 当館の食堂は直営です。給食会社に委託しているわけではなく、調理人、ホール係も職員です。直営だからこそできる食事サービスを提供して、満足いただける取り組みを今後も続けていきたいと考えます。

取締役館長  
加藤 信次



今回、「食事をつくる場」も「食べていただく場」も最高の環境が整備されました。「このご飯が食べたいから入居した」と思っていただけ、食事を提供していきたいです。

食堂棟  
管理栄養士課長  
青木 瑞穂



食事は本当に身近な一手頃な楽しみです。「おいしかったから、また来たい」と言っていただけ、料理を、日々提供していくことが目標です。

総務課課長  
堺 幸治



ご入居者の皆さまと顔を合わせると「おめでとう。すこいきれい」で雰囲気の良い声と「おめでと」の声を多くいただきました。とても嬉しかったです。

本社営業推進部  
入居相談室課長  
芳賀 克徳



配置プランを決める上で、配膳のカートをお食事のご入居者の目に触れないようにすることも重要なポイントでした。

施設管理課次長  
小澤 匠



新型コロナウイルスの影響で資材の納品が遅れたので、工期が間に合うように施工会社と打合せを重ね無事に引き渡しを受けることができました。

食堂棟  
調理主任  
大高 君典



工事中は場所や調理器具、すべて違ったので戸惑いました。リニューアルした厨房でも、今まで以上にこだわり、クオリティの高い食事を提供していきます。

食堂棟  
ホール担当  
中島 伊織



どうしても時間帯によって混んでいる時と空いている時の差がありますが、今後でもできるだけお待たせしないようにご入居者の満足度を高めていきます。

# ネオ・サミット湯河原 食堂リニューアル



桜並木



天井の間接照明



窓際のカウンター席



メニュー掲示



## デザイナープロフィール



**齋地頼子 Yoriko Saichi**  
一級建築士

東京藝術大学  
建築科卒業

- 1998年 設計事務所・株式会社柳学アーキテクツに勤務  
住宅、集合住宅、店舗などの設計監理に携わる
- 2003年 株式会社エイチアンドエイに移籍  
ラグジュアリーブランドのインテリア 設計監理
- 2005年 安永頼子建築設計事務所設立  
住宅、集合住宅、店舗等のデザイン、設計監理
- 2021年 株式会社ソラノイズ設立 共同代表

## デザインコンセプト

リニューアルということで、既存のプランを生かして、いかにご入居者の皆様にとって魅力的な場所になるようにデザインできるかということを考えました。

千歳川に向けて大きく開いた窓が開放的で、初めて訪れた時は河原に咲く菜の花が鮮やかでした。

ご入居者の方が毎日お食事をする場所であること、ご入居者にはいろいろな方がいらっしゃることを念頭に少しでも気持ちが明るくなる様な、皆が心地よいと感じるデザインを目指しました。

主張すぎない明るい木目や柄のクロスを使用し、色味を抑えて上品な雰囲気としながら、凹凸や質感で深みを加えています。

窓から見える桜の花や四季折々の景色を楽しめる、皆様の憩いの場となることを望んでおります。

基本的な席等のレイアウトについては使い勝手や運用上の観点からのご要望に沿うようにしました。



和風地模様壁



茶道の茶花

天井には温かみと落ち着いてお過ごしただけのよう、照度も十分なダウンライトを設置するなど工夫を加え、また、下がり天井など細かいディテールにも拘りました。

壁は淡い色で和風な地模様をあしらいい、柱には茶道で使われる茶花を飾っています。水を入れる部分が草花の長さに合わせて移動でき、雰囲気が変わります。

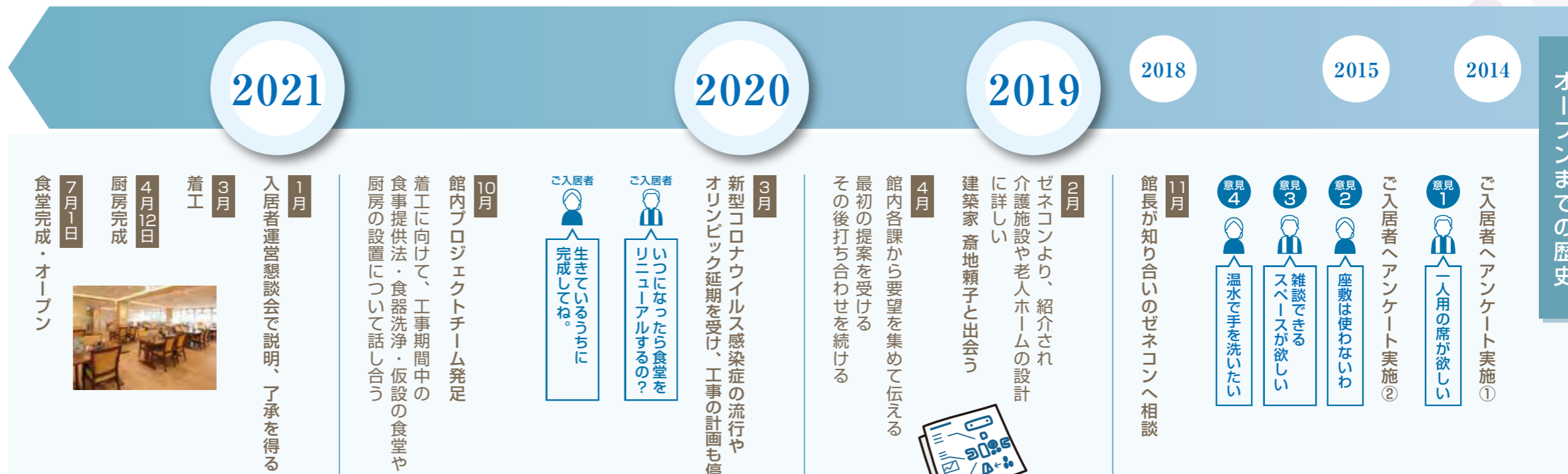
奥の千歳川に面した窓際には、お一人でも気軽に利用でき、外の景色を楽しめるカウンター席を設けました。食堂ホール奥にあった座敷は利用頻度が低いので間仕切りにして、多目的に使えるようにしました。

ネオ・サミット湯河原ではオープンから35年以上経過し、検討期間を入れると7年もの時間をかけ、メイン食堂と厨房の改修が完了しました。

ご入居者にアンケートを行い、ご要望を伺ったうえで、明るく、木のぬくもりを感じていただけるよう設計士の方と相談しながらデザインに改良を加えました。

入口に以前は手書きのメニューを掲示していましたが、お役立ち情報とともに大型の画面で表示するように変更しました。

## オープンまでの歴史



# 感動

## プロジェクト 認知症ケア

### 個性と生き方を理解し、より効果的なケアを目指す。

もみの樹・横浜鶴見 A様(80代)要介護3

今回は介護の中でもケアが難しいとされている「入浴」を、ご入居者を理解することで、ケアが楽になったという事例についてご紹介いたします。

A様は70歳まで保険外交官として勤務。企業や自宅に訪問営業する等明るく社交的な性格でした。プライベートでは仕事と家事を両立し、とても世話好きな方でした。退職後も家事を続けていましたが、徐々に料理手順がわからなくなる、鍋を焦が

す等の生活上の支障が見られ始めました。認知症が進行すると、家事をされなくなり、それまでご主人がお手伝いしていた入浴も拒絶するようになりました。

「施設に入居したら何か変わるかもしれない」ともみの樹に入居。ご入居後は他のご入居者やスタッフと楽しそうにお話するようになった一方で、ご自宅にいらした時と同様、入浴は拒否されていました。

#### 仮説・検証・取り組み

A様を知り、快適に過ごしていただけるケアを考える。

#### 仮説

- ①生活歴から入浴時間に不満があるのでは？
  - ②羞恥心が非常に強いのでは？
  - ③職員との信頼関係が構築できていないのでは？
  - ④「介助」行為に抵抗があるのでは？
- この4点の仮説を立て、検証を行いました。

#### 検証

スタッフへのケア負担度アンケート実施

A様の困り事を中心に13名のスタッフへ、ケア負担度アンケートを実施。

結果として、

Q1「行動に対して困ってしまふことはありますか」

Q2「どう対応したら良いのかわからないと思うことはありますか」

	介入前					介入後				
	絶対	多い	多い	多い	多い	絶対	多い	多い	多い	多い
1 このお客様の必要以上に言葉を強めてくると思えますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
2 このお客様の声に他の職員が十分とれないと思えますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
3 このお客様の声に十分に聞いてもらえずに済んでしまふことがありますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
4 このお客様の声は聞いてもらえずに済んでしまふことがありますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
5 このお客様の声は聞いてもらえずに済んでしまふことがありますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
6 このお客様の声は聞いてもらえずに済んでしまふことがありますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
7 このお客様の声は聞いてもらえずに済んでしまふことがありますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
8 このお客様の声は聞いてもらえずに済んでしまふことがありますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
9 このお客様の声は聞いてもらえずに済んでしまふことがありますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
10 このお客様の声は聞いてもらえずに済んでしまふことがありますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
11 このお客様の声は聞いてもらえずに済んでしまふことがありますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
12 このお客様の声は聞いてもらえずに済んでしまふことがありますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
13 このお客様の声は聞いてもらえずに済んでしまふことがありますか。	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4

介護負担尺度表

に対して8 / 13名が「よくある」「いつも」という回答になりました。

#### 取り組み

##### ①【入浴時間を夕食後に変更】

ご家族へ協力を仰ぎ、A様の生活歴をヒヤリングしました。以前は一通り家事が終わった夜に入浴し、介助が必要になると、拒まれることが増えたそうです。そこで入浴時間を昼から夕食後に変更し以前の生活リズムと同じにしました。

##### ②【入浴環境の整備】

羞恥心を軽減させるため、浴室の照明を安全が確保される程度の明るさに変更しました。また、脱衣時には全身が隠れるタオルを用意し、リラックスできる環境を作りました。



##### ③【スタッフとの信頼関係を構築】

入浴にはA様専属のスタッフが毎回介助、日中はコミュニケーションを多く取るなどをして、信頼関係の構築に努めました。



日中のコミュニケーション

##### ④【安全確保のために複数人での介助及び用具の使用】

A様が安心して入浴していただけるよう、入浴時には滑りにくくする「安全マット」と防水加工でA様やスタッフも濡れず不快に思わない「入浴介助ウェア」を使用しました。



安全マット



入浴介助ウェア

#### 結果

### 生活歴から得られる、ケアの負担軽減。

A様は現在、自発的に入浴したい気持ちには至っていませんが、拒否行動は減少し、洗身洗髪時は、ご自身でされるようになり浴槽に入られる日もあります。

また日中の表情も和らぐことが増え、本当は入浴が嫌いではないことがわかりました。

個人を尊重したケアに加え、その個性と生き方を理解することでご入居者とスタッフの身体的・心理的負担が軽減されることが実感できました。今後も、更なる信頼関係の構築を図り、寄り添うケアを提供できるよう努めてまいります。



#### スタッフボイス



認知症になると出来なくなる事が増え、「お風呂に入る」という行為が分からなくなったり、「自分はこの先どうなっていくのか」「迷惑をかけているのではないかと不安を感じます。「安心してお過ごしいただける環境とは何か」を様々な角度から考え、アプローチ出来るよう心がけ、ケアを行っています。

介護スタッフ 高梨 太輝

# 感動プロジェクト

オンリーワン

もみの樹・練馬

思い出の浴衣と共に Y様 80歳代前半

ご入居されてちょうど6年。入居当時から盆踊りの唄をよく歌われており、お祭りなどの楽しい催しがお好きでした。お元気な頃は着物が好きで50着位所有し、中でも1着の浴衣に思い出があることをご家族にうかがいました。少しずつご自身で出来ることが減っていく中、ご本人の気持ちを汲み取り、ご家族からも「また思い出の浴衣を着させてもらえると嬉しい」という言葉をいただき、Y様だけの1日を計画しました。



思い出の浴衣

## 個人ケアの実行

ご家族には浴衣を持ってきていただき、ホームでは風鈴・ラムネ・うちわ・簾を準備。当日は浴衣に着替えていただき、1Fにある季節の展示「縁日コーナー」

## 感動プロジェクト「オンリーワン」とは

いくつになっても自分らしく生きることを大切にしたい、という願いから企画されました。ご入居者が人生でやり残したことや、諦めてしまっていることのお手伝いをさせていただき、その人らしさを取り戻す機会を提供しています。ご入居者が夢を実現した達成感、達成に至るまでの目標を持った充実した生活を送っていただけるプロジェクトです。

ナー」で歌を唄い、盆踊りの思い出をうかがいました。夕方には屋上庭園にて夕涼みを楽しみ、記念撮影。コロナ禍でなかなか面会できないご家族に写真をお送りしました。

Y様は「着物は好きよと！」と喜ばれ、歌を唄われている時や夕涼みの時など、リラックスして気持ち良さそうな表情をされていました。「●●(下のお名前)ちゃんと呼んで！」と笑顔でおっしゃった時は信頼していただけの関係になれたように感じました。



縁日コーナーでの様子



記念撮影

## スタッフボイス

これからも日々の中でさらにY様が楽しくなるようにコミュニケーションを図り、言葉にならないご本人の要望を見つけるよう努めます。また今後ご家族から入居前の様子を継続的にうかがい、新たな夢の実現を目指します。

もみの樹・練馬 渡辺 直子



## みんなで同じものを食べたい。M様 80歳代後半

『コロナ禍で外出もできず美味しいものも食べに行けない。大好きなお寿司を出前で取って、日頃お世話になっているスタッフと一緒に食べながらゆっくり話がしたい。みんなで同じものを食べるのが母の教えだから。』とコロナ禍になって何度も繰り返しておっしゃっていました。M様の思いの強さを感じ、夢の実現に向けて動き出しました。

## 実施までの取り組み

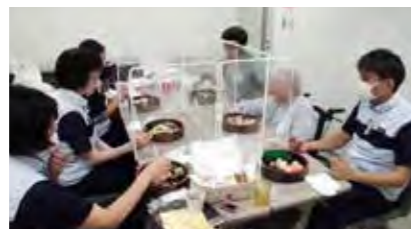
以前から大好きとお聞きしていたお寿司ばかりでなく、他の食べ物のパンフレットも揃え、ご本人と相談しながらメニューを選びました。参加者もご本人からご指名いただき、日程を決め、感染対策を考慮した席割を実施しました。

## 実施内容

様々なパンフレットを見ていただきましたが、スタッフの知り合いの寿司店で出前を取りたいとおっしゃり、お店を決定しました。またフライドチキンのパンフレットをご覧になりながら「子どもたちが好きで、よく買いに行った、懐かしい、今は届けてくれるの？久しぶりに食べたい」と注文することになりました。新型コロナウイルス感染症対策として、パーティーションを使い、会話のしやすい距離での食事会となり、特上寿司とフライドチキンを食べながら昔話に花が咲きました。



パンフレットを喜びに見ているM様



食事会風景



## スタッフボイス

食事会は当初の予定時間を超えてしまうほど、楽しんでいらっしゃる様子でした。今回の企画段階から当日まで、ゆっくりとお話をうかがう中で今まで知らなかったM様のお話を多く知ることができました。一人一人の小さな気遣いやちょっとした会話をしながら、これからもご本人に喜んでいただけるよう努めてまいります。

もみの樹・練馬 片山 利明



## ～ Webアンケートご協力のお願い ～

「こころつなぐ」をお読みいただきありがとうございました。今後のサービス向上のため、Webアンケートを実施しております。下記のURLまたは二次元コードからアクセスして、ご協力ください。アンケートにお答えいただいた方にはノベルティグッズ(アロマアルコール 5ml 3本セット)をプレゼントいたします。

お客様の個人情報およびご意見は、弊社の個人情報保護方針に従って取扱い、サービスの向上とイベント等のご案内メールをさせていただくために使用いたします。今後ともご支援・ご愛顧のほど、よろしくお願い申し上げます。



【アンケート受付期限：2021年12月31日(金)】  
<https://www.dhls.jp/survey/>

