



口腔ケアNEWS < 6 >

「口腔ケア・口腔機能向上」

歯科医師 山下 ^{よしのり}美登

デイサービスセンターでの「口腔ケア・口腔機能向上」の活動を始めて、早6年が経ちます。皆様いかがですか？何か変化はありましたか？「まったく変化なく、カゼも引かず元気です。」というような方は非常にいい事だと思います。今元気な状態をずっと保っている事は最も良い事だと思います。このような方がどんどん増えてくれるのが最大の目標です。

さて、皆様は人に指示されなくても積極的にハブラシを持って自分でケアを行っていますか？まだ、誰かに言われて重い腰を上げていますか？

口の中（口腔）の事についていろいろこの紙面を使わせていただいて皆様にさまざまな口の機能の重要性を説明させていただいております。もし、忘れていたようであれば読み直してみてください。

それぞれの方が一つ一つの自分の目標に向かって努力しています。ただちょっとだけまだ不満があります。それは自ら進んでやってらっしゃる方が少しすくないように思います。「今日はケアの日じゃないから、今日はやる気がないからいい」というように、まだまだそういう人達が少数ですがいるように思われます。

勉強ぎらいの私もよく親に言われました。「誰のためにやるの」「親のためならやらなくていい・・・！！」皆様もそのように子供に言った事あるんじゃないでしょうか？「口腔ケア、口腔機能向上」の実行は、デイサービスのためにやるのではなく、一日でも元気でいていただきたいための一つの方法です。

もっともっと多くの人々が「今日はケアの日」だけでなく、毎日自ら洗面台に向かう姿を見てみたいものです。そのための道しるべとして職員の方々・歯科衛生士がいるのです。上記の事をこれからの目標として皆様と一緒に活動をしていきたいと思っております。



編集後記

なでしこジャポン銀メダルで残念でしたが、精一杯期待に応えてくれましたね。お礼のメール開催中は眠れない夜が続いたことと思います。旧盆が過ぎましたが、猛暑が続いています。熱中症には十分気をつけて、食欲の秋を迎えたいものです。(MM)

<ワンポイントアドバイス>

もう8月も下旬となり「夏バテ」は大丈夫ですか？まだまだ暑い日が続きます。「免疫力」の低下でスタミナ不足で体がぐったりしてしまいます。特にクーラーの効いた室内とムツとした暑さの屋外とのギャップは体にこたえます。・にんじん、トマト、かぼちゃなど緑黄色野菜・納豆、オクラなどの「お祝い食品」たんぱく質やビタミンが豊富な豚肉など積極的に摂って今からでも「夏バテ」を予防して下さい。

◆ 2012年8月号

至誠デイケアセンター通信 (NO6)



〒190-0022 立川市錦町6-28-15
・TEL: 042-527-0031
・FAX: 042-527-2646

秋のきざし



至誠デイケアセンター
センター長 河合 晴夫

今年の夏は猛暑が続き、処暑を過ぎ少し朝は過ごしやすくなってきました。まだ残暑が厳しいですが季節の変わり目には体調を崩しやすいので気をつけていただければと思います。

晴天に恵まれた6月2日(土)、日頃から至誠ホームを支えてくださっている方々に感謝の気持ちをお示しする「第61回至誠ホーム～感謝のつどい～」を開催しました。式典ではボランティア、援助者、後援会の方々に感謝状を贈呈させていただきました。式典の後のガーデンパーティーでは焼き鳥や飲み物の屋台が立ち並び中、歓談に話が弾みました。和太鼓や音大生によるコーラスがパーティを一層盛り上げ多くの笑顔で溢れていました。

新年号の「至誠デイケアセンター通信」で「至誠デイケアセンター」の呼称をデイホーム・ホームヘルプ・介護相談センターの総称とし、デイホームを「至誠デイホーム」にさせていただくとご案内させていただきましたが、これまで通り「至誠デイケアセンター」の呼称を事業所全体とデイホームの両方で使用させていただきます。

「至誠デイケアセンター」は昭和52年に日本で最も初期に開設したセンターで、その歴史的経緯と意義を尊重してデイホームを「至誠デイケアセンター」の名称で使用いたします。

至誠ホーム調布若葉ケアセンターは調布市若葉町に平成24年1月に開設し、すでに八ヶ月目となりました。

2階にある2ユニット定員18名のグループホームでは、音楽、手芸、散歩、食事作り、健康体操などに加えボランティアの方による朗読、傾聴、紙芝居、アロマハンドトリートメントなどにより和やかな日常生活を過ごされています。

デイホームでは、入浴、口腔ケア、リハビリ、フラダンス、陶芸、手芸、健康体操、マッサージ、カラオケなどの活動とともに、ボランティアによる合唱、俳句、朗読、傾聴、アロマ、マーじゃん、将棋などを通して心身の癒しと健康づくりを行っています。

庭にはゴーヤ、なす、きゅうり、ミニトマトなどが実り、利用者・ボランティア・職員共々味覚を満喫しています。

8月9日(木)にセンターの夏祭りを1階のデイホームで、昼食を摂りながら開催しました。食事委託業者のニフスさんの屋台による焼きそばやフランクフルト、ヨーヨー釣り、輪投げ、ダーツなどのイベントとともに、ボランティアによる踊りやカラオケ大会により会場は盛り上がりました。デイホーム・グループホームの利用者と共にご家族や学童クラブの子供達も参加しアットホームなお祭りとなりました。

陽が沈むとコオロギやスズムシが鳴きはじめ秋の気配が漂ってきました。秋の実りをいただくのが待ち遠しいですね。

4月の介護保険改正を振り返って ～ 訪問介護 ～

まだまだ残暑が厳しいですが、皆様ご体調は崩されていませんか？水分補給や冷房の適度な使用など意識していただき、熱中症予防に努めて下さい！

さて、暦の上では秋となり、本年度ももうすぐ折り返し地点です。介護保険制度の改正からもうすぐ半年が経ちます。すでにご承知のことと存じますが、今回の改正では訪問介護（ホームヘルプ）の生活援助サービスにおいて仕組みが大きく変わりました。大きな変更点で言うと、「60分・90分」単位で提供していたサービス時間が、「45分未満、45分以上」というサービス提供時間へ区切り方が変わった点があります。何で45分という中途半端な時間設定になったかといいますと、制度改定に先んじて行われた政府の調査結果から導き出された時間がその根拠となっているとのことです（生活援助サービスの実態＝全国的に実際に提供されている平均時間の全国調査）。この時間設定の変更によって多くの利用者様のケアプランが変更になりました。我々担当者の説明が足りなく、少なからず利用者様を混乱させてしまったことをこの場を借りてお詫び申し上げます。

しかしながら、今回の改正で我々も多くのことを学び、また発見することができました。一つはケアプランの見直しによって、利用者様の生活の実態を改めて深く知ることができたことです。介護保険の大原則に「自立支援」というものがあります。自分でできることは自分で行う、自分の生活は自分で責任を持ち、自分で決定する、そういった利用者様ご本人が中心となって生活を形成していくという考え方です。我々サービス事業者は利用者様の生活を支える「支援者」にすぎません。ですが、昨今の介護保険サービスを振り返ってみると、利用者様の生活（＝ニーズ）よりも、サービスが優先され、「サービスありき」となっていることが少なくありません。生活が中心となったサービスではなく、サービスに合わせて生活スタイルが余儀なく変更されていく。これは本来の介護保険の目指すところではありません。その要因は我々サービス提供者の責任以外のなにものでもないかと反省しています。今回の改正では我々はその大原則というべき視点を改めて考える良い機会になったと思っております。全ての利用者様が“住み慣れた地域で、自分らしい生活をおくる”そのための支援者として今後も努めて参りたいと存じます。



防災について

例年9月になると「防災月間」として各地で訓練が行われます。至誠ホームでは、生活されている方の施設があるため、毎月内容を変えて「防災訓練」がおこなわれています。主に「火災」を想定した訓練が多く、「震災」については9月に1回行われる程度です。

社会では、昨年3月11日に起きた東日本大震災を機に「災害対策」の関心が高まっています。特に私どもの高齢者事業では、災害時に利用者の皆さんの身の安全を守り、早期に事業を再開できること・地域の災害拠点になることを事業継続計画（BCP）で目標としてあげ具体的な内容を策定していくことが求められております。

いっぽう立川市では、要援護者名簿を整理し登録している方のうち、在宅医療利用者（在宅酸素など）や車椅子利用、要介護度3～5、その他の条件に該当する要援護者に対して、避難誘導に関する個別支援プランを作成することを目標に検討を進めています。現在市内では、5498名が登録しております。自治会向けに、「要援護者支援に関する体制整備、ならびに名簿提供に関するお願い」の説明会をおこなっています。万が一立川断層を震源とする地震が起きた時、立川市市内では260名程度の方が亡くなるとの予測が出ているそうです。

至誠デイケアセンターとして、日頃から「備えあれば憂いなし」といわれるようにまた、「想定外」では済まされないことが起きても対応できるように事業継続計画を策定していく準備を進めています。

「災害時対応に関する介護予防教室（特別編）」開催案内

日時：平成24年10月20日（土）10：00～12：00

場所：アミュー立川 5階

講師：幹福社会 防災士 大里 宜之氏

主催：にしき福祉相談センター

申し込み：電話 042-527-0321、FAX 042-527-0322へ

災害が起きた時のために、皆さんどのような事を準備されていますか？ 3・11以降非常に気になるが「何から」始めたらよいか意外と気持ちだけが先行したくないですか。この機会に話を聞いて、準備の第1歩としませんか

ご報告： 「地域包括ケア及び居宅介護サービスの利用者・介護者支援とその効果に関する調査」にご協力をいただきましてありがとうございます。調査結果につきましては、ただ今まとめの作業に入っております。後日あらためて結果については、ご報告をさせていただきます予定にしております。

