



発行元：株式会社サポート・ワン・サービス
愛知県津島市愛宕町四丁目113 〒496-0036
代表TEL：(0567) 26-3921
FAX：(0567) 26-3922
ホームページ <http://www.s-o-s.co.jp>

《2歳児活躍中！／ナイス・キッズ》

先日、2歳の男の子が、ある利用者さんの入浴中じい〜と見つめているなあと思いきや、真剣に「なあ〜んで〇〇さんのおっぱい、びろんびろんなのお〜？」といきなりの発言！！利用者さんも思わず大笑い。
その後、その利用者さんの「おばあちゃんだからだよ」の声に「ふう〜ん」と納得！

次の日、またしてもじい〜とおじいちゃんを見つめ、「なあ〜んで〇〇さんの頭、つるんつるんなのお〜？」もう、そこにいた全員が大笑いだったのは言うまでもありませんよね♡
いろいろなことに興味津々、その場を和ませてくれる2歳児に「あっぱれ！」です。



《クリスマス気分／愛宕の家》

手作りリースが飾られ、室内はクリスマス気分。リースを眺めていたら、「もうそんな時期かね？」とMさんから声を掛けられました。入居者さんには行事から季節の移り変わりを感じて頂きたいと思います。12月はクリスマス、大みそかとあつという間に過ぎていきそうです。昨年と同じように、皆でおせち料理も作りましょうね♪



《社内研修会／S・O・S》



11月16日18:00～事務所2階で社内研修会を開催。心理カウンセラーの山本道子先生の「心の健康づくり(セルフケア)」について15名が受講しました。一人ひとりが自分自身の性格を知り、ストレスと上手に付き合うポイントを学びました。人として健康な心を保つことは良い生活に繋がるはず。公私共に、講義の中で聞いた「感情でなく行動をコントロールできる人」でありたいと考えます。

《12月利用状況/S・O・S》

☆ナイス・デイ(定員10名)

日	月	火	水	木	金	土
8	9	10	8	9	8	9

 (数字は定期のご利用者数)
 ☆ナイス・ケア(定員なし) 新規サービス大歓迎
 ☆ナイス・ホーム(定員17名) ※12月～定員5名増です 登録者17名
 ★愛宕の家(定員10名) 入居者10名(満室)
 ☆…募集中 / ★…満員 お気軽にお問い合わせ下さい

《看護師コーナー／食べること(摂食)・飲み込むこと(嚥下)とその障害～摂食・嚥下とは？～①先行期とは》

今、食事をしながらこの通信を見ていたら、食べるのをちょっと待って！！
今から説明する「食べること・飲み込むこと」がどんな流れでおこっているか、味わいながら、ゆっくり実感してみたい。食べながら、もぐもぐしている時、口は閉じている？舌はどんな動きをしている？唾液は出ている？などなど…意識してみると、自分の食べる機能に感心させられる。摂食(食べること)・嚥下(飲み込むこと)障害…に入る前に、「摂食・嚥下」がどんなふうに行われているか。

摂食・嚥下は5期に分けられる。①先行期→食べ物の認識、何をどのように食べるか判断し口まで運ぶ
②準備期→食べ物を口に入れ、咀嚼して飲み込みやすい食塊を形成する③口腔期→食塊を口腔から咽頭へ運ぶ
④咽頭期→食塊を咽頭から食道へ送り込む時期・食塊が咽頭を通過するまで⑤食道期→食塊を食道の蠕動運動によって胃に送り込むまで。この①～⑤までがスムーズに行われることで摂食・嚥下が成立する。

まずは①先行期について。食べ物を認識するには、目覚めていなければならない。意識がはっきりしていて初めて食物を認識できる。さらにその食物が美味しいものと記憶あり、認識できること。つまり、この時期には、意識状態、認知能力(5感＝視覚・嗅覚・聴覚・味覚・触覚)があり、これらの情報を統合できる(＝つまりは記憶がポイントとなる)、更に食欲、上肢(手や腕)の機能、姿勢、口唇(口を開けて食べ物を取りこめる)という機能が必要とされる。

ある利用者さんは自分で食べられなかった。歯は自分の歯、咀嚼も良く、飲み込みも良い。上肢の機能も問題ない…視覚に問題があったのだ。認知能力の中の視覚が欠けてしまっていた。しかし、その代わりに指先の感覚つまりは触覚を利用し、自分の口に運んでもらうようにした。すると、意識までもが更にはっきりした。
食事のスタートである①先行期をまずは観察し整えることが、その後の摂食・嚥下の流れに関係してくる。食べられない、むせる…と結果のみに目がいきやすい。だが、そうではなく、どの段階にその要因があるのかを見つける力が必要なのだ。

3ヶ月になった息子は、私が抱っこしながらご飯を食べていると、よだれが口からあふれ出し、私の手を吸い始める。息子は母乳以外の食べ物を獲得しようと、現在①の先行期を勉強しているのだろうか。美味しい(?)ご飯を作るから、まずは「食べておいしいもの」という記憶をたくさん作ってあげたいと思う。(T)



老いの姿から学ぶ ～ 人の世は持ちつ持たれつ ～

Yさんはナイス・ホームの登録者。夫の病気が分かりその治療開始を機に登録を決意した。Yさんは、手の力が弱く、もの掴むことができない。食事のときも箸を持つことすら出来ず、目を閉じて口を開けるだけ。既往歴に手の麻痺が発生するような経緯でもあったのだろうか？と考えてしまう……。

ホームでの関わりを続けるうちに分かった。夫がゆっくりした動作のYさんを待てなかったのか、「いつも食べさせてくれていた」とYさんは言う。毎日の積み重ねで、手を動かす機会が少なくなり、結果、筋力も低下。

ホームでは「手づかみでも良いから自分の手を使って食べる訓練をしよう」と声掛けをしている。気長に付き合っていくうちに、更に分かってきたことは、「どうも目が見えていないのでは？」ということ。片方の手で口に運ぶことが出来るようになったのに、どうも物を手探りで探している。手の動きが悪いから動作が遅くなるだけでなく、見えていないから手探りになっているのではという疑問が出てきた。夫に視力のことを尋ねると「見えていないのかな？気がつかなかった」と言われ、本人も「見えとると思ってるわ」と言う。

夫からの依頼もあり、眼科受診。視力0.01と判明。白内障手術も勧められました。このご夫婦はお互いが助け合って自分たちの生活を営んできた。世話を焼く夫に頼り、食べさせてもらうことが当たり前になったということだろう。皮肉なことに、夫が病の治療により世話を焼くことが出来なくなった。

妻はナイス・ホームでADLの向上を目指して日々のリハビリ生活を強いられている。夫は自分の病をさておき、妻の行く末を案じている。「辛い思いをしていないか…」と自分の体調の良い時を見計り面会に来られるが、意外と楽しそうな妻の笑顔に安心して帰って行く。このご夫妻の様子を見ていると、本当に人という字の如く、持ちつ持たれつで助け合って長年の生活を続けてこられたんだらう…と感じさせられる。

年を取ればこの関係が崩れる時が必ずやってくる。その崩れた時の衝撃をどちらか片方の代わりに優しく受け止め、支えになってくれる社会的環境が整っていることが大切だと思う。夫婦であれ、他人同士であれ、無意識に持ちつ持たれつの関係があらゆるところで成り立っているが、それは、人として幸せに過ごすための大切なことなのだろうと思う。(I)



《初・回転寿し／ナイス・デイ》

毎月10日は外食DAY。今までに行ったことがあるようで行ってなかった回転寿し。今回、初めて回転寿しへ……。

家族や友達と行ったことがある方もみえますが、ほとんどの方が初体験。10月からデイサービスを利用されているOさんは今まであまり外出の機会がなく、初めての外食DAYがとても嬉しそう。“回るお寿し”と“店内のあまりの賑やかさ”にビックリされ、家に帰ってからも何度も何度も回転寿しに行ったことを話されていたとか。翌々日のデイ利用日のお昼前、Oさんは「ちょっと～、お寿しまだ出来な～い？」とよっぽど気に入られたようです。

回るお寿しを眺めながらの昼食は他の皆さんも大満足。そして、良い刺激になったのでは？
12月、今年最後の外食DAY。さて、どこに出かけましょうか？



《初めての外部評価／ナイス・ホーム》

11月24日、初めての情報公表と第三者評価の調査を受けました。

当日は調査員2名が1日ばかりで書類確認やスタッフの聞き取り、また通いを利用している利用者さんと一緒に過ごされました。利用者さんは「誰？何？」という様子で心なしか緊張気味。通いの場はいつもより少し賑やかでした。調査員からは質問や助言を頂きました。ナイス・ホームを再開して丁度1年。ホームとして行ってきたことの再確認が出来る良い機会でした。

結果は情報公表センターのホームページに載っています。通いの場で一緒に過ごして頂いた利用者さん、情報提供をご理解下さったご家族の方々に感謝します。ありがとうございました。

また、先月で登録人数が12名になり、更に申し込みを受けたため、12月1日～登録定員を5名増やし、17名としました。徐々に問い合わせも増えていきます。この制度の良さを広めたいと思う今日この頃です。



《滑り止めマット／ナイス・ケア》

訪問介護を利用して、自宅のお風呂に入っているTさん。最近、湯船に入る時や立ち上がる際に足がツルリと滑ることがありました。幸い、転ぶことはありませんでしたが、ヘルパーから「足の踏ん張りも弱くなっているし、危ないと思う」という報告もあり、責任者からご家族に直接相談。

結果、浴槽の中に敷く“滑り止めマット”を購入し利用することになりました。今、Tさんは滑ることなく安全に湯船に入浴できるようになりました。お湯に浸かりながら「家でゆっくりと風呂に入れるのは幸せだなあ」という言葉を聞くと、介助させて頂いている私達も何だか幸せな気持ちになります。こうやってのんびりお風呂を楽しめる日が1日でも長く続くといいなあと思います。

利用者さんの体の様子の変化から、この先起こることを予測し、それに合わせたサービス内容への変更や必要な物品等についての的確な提案が出来るよう責任を持って関わりたいと思います。



編集後記

「お世話になったり、お礼の気持ちを伝えたりする時、『すみません』より『ありがとう』と言われた方が嬉しい」という記事を読み、とても共感しました。今年1年、いろんな事がありました。皆さんに「ありがとう」の気持ちで締めくくりたいと思います。良いお年をお迎え下さい。(M)