

ひまわり

第17号

発行日 平成29年1月10日



ひまわりはリハパーク舞岡のイメージフラワーです。

社会福祉法人親善福祉協会

介護老人保健施設 リハパーク舞岡 広報誌

〒244-0813 横浜市戸塚区舞岡町3048-4

TEL 045-825-3388 FAX 045-825-3133

ホームページ <http://rehapark.org>

発行責任者 施設長 本田 守弘

摂食・嚥下リハビリテーションについて

施設長 本田 守弘

あけましておめでとうございます。今年で8年目を迎える当施設は設立以来、多職種連携で各種介護サービスに取り組んできました。今回、これ等の中から「摂食・嚥下リハビリテーション」を紹介させていただきます。

施設入所時に医師が嚥下機能のチェックをし、問題がある場合は管理栄養士が咽喉マイクで嚥下音を記録し、より精細に分析し、評価して対応を致します。さらに歯科医、歯科衛生士を加えた全職種のスタッフが実際に食事現場で観察し、評価するミーラウンドを実施。食前の「摂食・嚥下訓練」、食後の「口腔ケア」と合わせて効果を上げています。

本年もサービスをブラッシュアップし、地域の皆様に愛され、誇りとなる老健施設を目指しますので、ご支援の程宜しくお願い申し上げます。



謹賀新年



新年の1月1日～7日まで、入り口正面にリハパーク神社を設置しておりました。普段、参拝に行けないご利用者の為に、何かできないかと考え、職員の手作りで作成した神社です。

今年も多くのご利用者様、ご家族様に参拝して頂きました。お賽銭は近くの舞岡八幡宮に奉納して、皆様の代わりに一年の御祈願をして参りました。



リハパーク神社



舞岡八幡宮



私が治療に携わる中で多くの利用者様に共通している症状があります。それは“むくみ”です。むくみを調べているとさまざまな事が分かりました！今回から“むくみ”について少しお話できればと思います。初回は“むくみ”とは？ むくみの定義を勉強しましょう！むくみ（浮腫）とは、細胞外の組織間隙に生理的な代償能力を凌ぎ過剰な体液（水分）が貯留した状態を“むくみ”と言うそうです！わかりやすく言うと、様々な原因によって、細胞と細胞の間の水分（間質液）が血管に戻らず、これが余分な水分として過剰に溜まった症状です。どうでしょう？お分り頂けましたか？次回は“むくみ”の原因となる部分を勉強していきましょう！



理学療法士 竹田 裕也

箸でつかむ健康 第17回 施設での食事について

今回は、リハパーク舞岡で提供しているお食事の工夫をご紹介します。当施設では、美味しいお食事を心がけていることは勿論のこと、口腔機能・嚥下機能に応じた食事形態を、心臓病、糖尿病、腎臓病など慢性疾患とあわせ、ご利用者様お一人おひとりに適したお食事をご用意しております。

また、ご自宅等に戻られる際には具体的な食のサポートを、多職種と実践しております。食事や栄養に関するご質問は、ぜひリハパーク舞岡 管理栄養士にご相談ください。

新しい年が皆さま方にとりまして、幸多き年となりますよう心よりお祈り申し上げます。本年もよろしくお願ひいたします

分類	嚥下訓練食(O)	嚥下訓練食(O+)	嚥下訓練食(1)	嚥下調整食(2-1)	嚥下調整食(2-2)	嚥下調整食3	嚥下調整食4
施設名称	嚥下訓練食			ゼリー食	ミキサー食	ムース食	ソフト食
形状	均等で、付着性・凝集性・かたおに配慮したゼリー。離水が少なく、スライス状にすることが可能なもの	均等で、付着性・凝集性・かたおに配慮したろみ水(固形物)には、中堅のころみあるいは細いころみのどちらかが適している	均等で、付着性・凝集性・かたおに配慮したゼリー・プリン・ムース状のもの	ビュレベース・ミキサー食など、均等でのめらかなで、べたつかず、まとまりやすいもので、スプーンですくって食べることが可能なもの	ビュレベース・ミキサー食などで、べたつかず、まとまりやすいもので不均質なものも含むスプーンですくって食べることが可能なもの	形はあるが、押しつぶしが容易。食塊形成や移送が容易。嚥下でほろほろつぶしやすりつぶす必要のない多量の離水がない	かたさばらげやすさ・貼りつきやすさなどのないもの。箸やスプーンで切れるやわらかさ
目的・特色	重症の症例に対する評価・訓練用。少量ずつ飲むことと想定。ゼリーのみで誤嚥したりゼリーが口中で溶けてしまう場合。たんばく質含有量が少ない	重症の症例に対する評価・訓練用。少量ずつ飲むことと想定。ゼリーのみで誤嚥したりゼリーが口中で溶けてしまう場合。たんばく質含有量が少ない	口腔外で既に適切な食塊状となっている(少量ずつでそのまま丸のみ可能) 送り込む際に少量誤嚥して口腔内に舌を押し付ける必要があるOに比し表面のざらつきあり	口腔内の簡易な操作で食塊状となるもの(嚥下は練習。誤嚥をしないように配慮したもの)		舌と口腔間の押しつぶしが可能なもの。押しつぶしや送り込みの口腔操作を要しない。はそれらの機能を分割しかつ誤嚥のリスク軽減に配慮がなされているもの	誤嚥と窒息のリスクを配慮して素材と調理方法を選んだもの。舌がなくても対応可能だが、上下の嚥下段階で押しつぶす必要は必ずしもつぶすことが必要で舌と口腔間で押しつぶすことは困難
主食の例				ゼリー粥(スベラカーゼ)	ゼリー粥(スベラカーゼ)	全粥 パン粥	全粥 パン粥 軟飯
咀嚼能力	若干の送り込み能力	若干の送り込み能力	若干の食塊保持と送り込み能力	下顎と舌の運動による食塊形成能力および食塊保持能力	ゼリー粥(スベラカーゼ) 下顎と舌の運動による食塊形成能力および食塊保持能力	舌と口腔間の押しつぶし能力以上	上下の嚥下段階の押しつぶし能力以上
	まぜでジュレ、エングリート、アインカル、ジェリー、りん	まぜでジュレ	メイパランスプリックゼリー、フェイスゼリー、やさしい素材マンゴ	メイパランスプリックゼリー、お茶ゼリー(シアリア)、水ようかん(スベラカーゼ)	ネオハイトロミールスリム	ソフティア スベラカーゼ やさしい素材	片栗粉

「日本摂食・嚥下リハビリテーション学会嚥下調整分類2013」に準ずる嚥下調整分類表を参考にしております。

ユニット紹介 3Bユニット編



3Bユニットでは、現在男性2名・女性8名のご利用者様が生活されています。ユニットには100歳を超えるご高齢の方もおり、今でも握る手が力強く、日々、人間の持っているパワーのようなものを感じています。

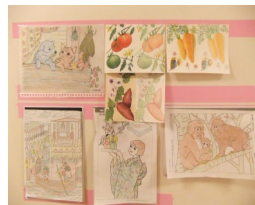
リビングにある窓からは、目の前に大きな木々が見え、変化する葉の色や揺れる枝葉で季節や風の流れを感じられます。ユニット内でもご利用者様に助言を頂いたりしながら季節に合った飾り付けをしています。また、積極的に洗い物などのお手伝いをして下さるご利用者様もおり、『役割』としてある事が、やる気に繋がっているように思います。

個人リハビリとしても、立ち上がりや歩行練習、またタオルや枕カバーを畳む作業、塗り絵など好きな事や簡単でも出来る事を行って頂く事で、ハリのある生活に繋がられる様、心掛けています。

最後に…玄関を入ると、いつもおなじみの顔が出迎えてくれます。元気な顔を見て1日のスタートです！



立ち上がり訓練の様子



ご利用者様の作品



タオルを畳む作業の様子

通所リハビリ便り

第17回



クリスマス週間を行いました！



リハパークサンタ登場！



プレゼントは暖かい靴下

12月16日（金）から12月24日（土）までの期間、通所リハビリではクリスマス週間を行いました。ご利用者様に対して、ビンゴ大会と紙芝居を披露しました。

最後にサンタが登場！暖かいくつ下をプレゼントしました。プレゼントを受け取った皆様は大喜びでした♪♪

第17回 ノロウィルス予防しましょう！



看護師からの
健康マメ知識

- ノロウィルスは11月～1月に多発します。
- どうやって感染するのか？：感染している人の便、吐物から感染。
汚染された食品や二枚貝（カキなど）を生、あるいは十分加熱せずに食べた場合。汚染された食品を加工した時の調理器具。
- 予防法：石鹸でしっかり（15秒以上）手を洗う。食品をしっかりと加熱（85℃で1分以上）し火を通して食べる。便や吐物の処理は素手で触らず必ず使い捨ての手袋を使う。消毒は市販の塩素系漂白剤（キッチンハイター等）を薄めて使用する。アルコール消毒は効果ありません。



☆万が一ノロウィルスに感染してしまったら家族や他人への集団感染をおこさないための気遣いが必要になってきます。しっかり予防して冬を乗り切りましょう。

看護師 春日サユミ

介護でお困りのことありませんか？

リハパーク舞岡では医師をはじめ看護師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、介護福祉士等の様々な専門職が相互に連携し、通所リハビリテーション・ショートステイ・入所サービスの3つのサービスを提供することで地域の高齢者の皆様の在宅生活をサポートしています。

介護でお困りのことがあればお気軽に当施設へご連絡ください。専門の相談員が明るく・親身に・丁寧に相談を受けさせていただきます。

また施設内の見学や通所リハビリの体験利用も随時受け付けております。こちらもお気軽にご連絡ください。またショートステイの空き情報は当施設のホームページからご確認いただけます。

※連絡先 介護老人保健施設 リハパーク舞岡
TEL 045-825-3388
FAX 045-825-3133

◎通所リハビリテーション担当 田中（たなか）
◎ショートステイ・入所担当 小山（こやま）
宗形（むなかた）

ボランティア募集中！

リハパーク舞岡ではボランティアをして下さる方を大募集しています！！

お時間のある時だけ、気の向いた時だけでも結構です。ご興味、ご関心のある方はお気軽にボランティア担当の吉岡（よしおか）までご連絡ください！

編集後記

あけましておめでとうございます。今回は舞岡の歴史と先日お伺いしました舞岡八幡宮についてご説明します。

元々、舞岡の辺りは「腰村」と呼ばれていましたが、1302年（鎌倉時代）に白旗が空に舞うという怪奇な出来事を機に舞岡村と呼ぶようになりました。その頃に舞岡八幡宮も建立されました。舞岡八幡宮の鳥居から伸びる参道の両側には田圃が広がり田園風景が残っており、多くの道祖神や庚申塔が祀られております。

皆様もぜひ、自然あふれる舞岡の地を散歩してみたいはいかがでしょうか。

支援相談員 宗形 高明

次号 ひまわり第18号は4月上旬発行予定です。

