



ノーリフトケアに取り組んでいます！

ノーリフトケアとは、

介護される側・する側双方において安全で安心な、抱え上げない・持ち上げない・引きずらないケアをノーリフトケアと呼びます。「安全で安心な」看護・介護を提供するには、身体の間違った使い方をなくし、対象者の状態に合わせて福祉用具を有効に活用し取り組むことが必要です。福祉用具を使う事が目的ではなく、双方の健康的な生活を保証できるケアを実践する事を目的としています。

ノーリフトケアは重症者に限定されたものではありません。福祉用具を使用するケア限定のものでもありません。この取り組みは、持ち上げ・抱え上げ・引きずり等のケアを廃止する事と、不良姿勢で行われる作業など職員の身体に負担のかかる作業すべてにおいて見直しを図るためのものです。

抱え上げない！



持ち上げない！

引きずらない！

腰痛に悩まれている方はご利用者だけでなく、ご家族にもたくさんおられると思います。生活の中で、家事を行う姿勢、床のものをとる姿勢、座り姿勢などがお姿勢や身体をねじる動作をしないようにする事が腰痛予防につながります。加えて、そのような動作をしないで済むように、物を置く場所を見直など環境を調整することも重要です。介護においては福祉用具を上手に利用することが介護をする人、される人双方の体を守ることになります。ノーリフトケアを施設全体として取り組んでいく為に、施設職員も勉強中です。

今後も、皆様に少しずつお伝えしてまいります。

第33回 全国介護老人保健施設大会に参加！

9/22(木)~23(金)の二日間、神戸ポートピアホテル、国際会議場で3年ぶりに全国介護老人保健施設大会が開催されました。全国4500の老健から500の演題発表があり、その他、特別講演、教育講演がありました。会場は発表する方を中心に2500人だけに参加の人数制限があったため、施設でオンライン聴講をしました。今年のテーマは、「新たな時代をいきぬくために ~今、老健ができること~」でした。当通所リハでも加算をいただいている科学的介護をしていくための情報の分析や今後の方向性のお話がありました。また、元プロ野球選手で監督をされていた、梨田昌孝氏を招いて「自己と組織の育成法：梨田流コミュニケーション術」と題したトークショーもありました。会場参加ほどの臨場感を味わうことはできませんでしたが、他事業所で行っておられる好事例などに触れ、活力をたくさんもらい、気持ちも新たにりました。日々の仕事の活かしていきます！



今日は何の日？



9月1日は防災の日、9月9日は救急の日でした！午後からのレクリエーションの時間に、それぞれの日にちなんだ脳トレーニングを行いました。その一部をご紹介します。(答えは下に逆さにして記載しています)

問1) 会話中に呂律が回らなくなった。気になるけれど土曜日なので月曜日に受診することにした。○か×か？

問2) 水分補給は入浴前と入浴後の両方であるのが望ましい。○か×か？

問3) 大人の食物アレルギーも、ある日突然発症する。○か×か？

問4) 机の下に身を隠すのが難しい程の大きな地震が起きた場合、まずは外に飛び出すのが良い。○か×か？



●●様は、通所リハの利用を開始された4月当初は車椅子を使用されていました。通所リハで歩行者を使用しての歩行練習に励まれ、翌月の5月にはお一人で歩行者で買い物へ出掛けられるようになりました。現在では、自宅から約1km先のスーパーまで毎日買い物に出掛けられることが日課となっており、その他にも図書館に足を運ばれるなど活動範囲も日々拡大されています。

通所リハの利用時には歩行練習に熱心に取り組んでおられ、歩行距離としては毎月約100kmを目標に行われています。

「TVを捨て、散歩をし、書をとる」ことをご本人のモットーし、夏の強い日差しにも負けず、天気の良い日は屋外歩行を継続されています。これからの時期は気持ちよく外歩きができる気候になります。楽しんでいただけると嬉しいです。



【職員リレーエッセイ】



黒岩さんからバトンを頂いた理学療法士の真野です。今も、全国的に新型コロナウイルスが猛威をふるっていますが、皆様は予防対策等不安なく行えておられますか。私は、最近では、基本的な感染対策に加えて、外出して帰宅後すぐにお風呂に入るようにしています。

先日、滋賀医科大学医学部附属病院、感染制御部に所属されている医師の平田先生のご講演を拝聴することができました。その際、新型コロナウイルス感染予防や重症化予防に最も有効なのは、日頃から運動を行い、免疫力、体力をつけることだとお話されていました。

ご利用者の皆様は、ご自宅や当施設等で、より良く生活を送れるようにと運動に取り組んでいただいておりますが、それが、新型コロナウイルスの感染予防にも繋がっているということです。感染状況が落ち着いた際には、より屋外での活動の機会も増えてくると思いますので、その際にしっかり活動できるように、また、健康を維持できるように、皆様と一緒に運動していきたいと思っております。運動等分からないことや、疑問に思うことがあれば、お気軽にご相談ください。次は、作業療法士の木村さんへバトンを渡します。



10月の予定

- 第1週目 体重測定
- 第4週目 誕生日週間

※休業日のお知らせ

10日(月)

◆理髪日のお知らせ◆

- ラルジュ →5日(水) 24日(月) 28日(金)
- きれいや →11日(火) 27日(木) 29日(土)

※散髪ご希望の方は事前にお知らせ下さい。事前の申し込みが必要ですのでよろしくお願致します。

ちょっと役立つ介護用品のご紹介

今回ご紹介する介護用品。片手で開けられるペットボトルオープナーです。片麻痺の方や握力の低い人のために、片手でなるべく簡単に開けられるように作業療法士の方が設計しました。全てのペットボトルに適合するわけではなく、炭酸系は蓋の目地が細かいので空回りすることが多いようです。あとは、親指や人差し指などを使って、丸い突起に指をかけて、開閉します。興味ある方は職員まで。



はやくち
ことば

昼食前に、口腔体操として行っている早口言葉です。自宅でも練習をして頂けたらと思います。

- ①約百着 客試着
- ②買った 肩たたき器 固くて高かった

