

# みなかみの里

令和3年7月号  
No. 108



※写真撮影のため、飛沫防止パネルの間隔をあけています※

表紙

## 在宅介護支援センターの勉強会「宅配弁当の試食」

在宅介護支援センターでは介護に関する勉強会を定期的で開催しています。この日のテーマは社会資源の一つである「宅配弁当」。ご利用者の在宅生活を栄養面で支えるだけでなく、声掛けなどの安否確認や緊急時の対応もできることなどを学びました。そして実際に試食をして味の確認もしました。



## P2・P3 令和2年度 みなかみの里 事業報告について

P4

## シリーズ「フレイル」～社会参加編～ 職員ひとことインタビュー 他

**基本理念** 心温かな介護を通じ、生きる喜びと感動あふれる地域づくりを目指します！

- 1、人と地域を愛します 2、確かな介護を提供します 3、開かれた施設を目指します



社会福祉法人 新井頸南福祉会

URL: <http://www.araikeinanfukushikai.or.jp>

特別養護老人ホーム みなかみの里  
新潟県妙高市大字上新保549番地  
TEL:0255-73-7733 FAX:0255-72-9785

ケアハートみなかみ(ショートステイ)  
新潟県妙高市大字上新保554番地1  
TEL:0255-72-7756 FAX:0255-72-7854

みなかみの里デイ・サービスセンター  
新潟県妙高市大字上新保549番地  
TEL:0255-70-6688 FAX:0255-72-7308

みなかみの里在宅介護支援センター  
新潟県妙高市大字上新保554番地1  
TEL:0255-72-7321 FAX:0255-72-7308



みなかみの里

令和3年7月号 No. 108

社会福祉法人 新井頸南福祉会  
特別養護老人ホーム みなかみの里

T:944-0025 新潟県妙高市大字上新保549番地  
TEL:0255-73-7733 FAX:0255-72-9785  
URL: <http://www.araikeinanfukushikai.or.jp>

## シリーズ「フレイル」 第3回 「社会参加」編

### フレイル予防の 3大原則



- ① 栄養(食事・口腔ケア)
- ② 社会参加
- ③ 運動

今回は  
ココです！

前回まで「食事」と「口腔ケア」について掲載しましたが、今回は「社会参加」についてお知らせいたします。

コロナ禍で人と会う機会がぐっと減り、会話を楽しむことも少なくなりました。これは危険なサインなのです。ある調査によると、友人との交流が週1回以下の方はそれ以上の方比べて活動能力障害や死亡のリスクが高くなるという結果が出ています。

では、なぜ、社会とのつながりを持つことがフレイルの予防になるのでしょうか。一つは、他者から得られる情報や手段などを通して自らの情緒が豊かになるためです。また、つながりから得られる刺激も大切な役割を果たします。認知症予防にも大いに役立つと言えそうですね。

「社会とのつながり」というと何から始めてよいか悩む方もいらっしゃると思います。しかし、友人や家族と意識して連絡を取り合ったり、ちょっとした挨拶や会話も大切です。電話やオンラインを活用するなどして、とにかく「しゃべること」を意識するところから始めてみてはいかがでしょうか。

## 職員ひとことインタビュー

みなかみの里の職員に、仕事やプライベートをインタビューする企画です。今回は庶務会計課の羽深直美リーダーを紹介いたします。

Q 新井頸南福祉会で働ききっかけは？  
A 学校の就職課での求人票が目にとまり、福祉に関わるところで働きたいと思い応募しました。

Q 仕事内容をおしえてください。  
A 電話や来客応対をはじめ、主に施設の会計業務全般を担当しています。この広報誌の発送や地区への配布もしています。

Q 仕事をしていた「やりがい」を感じる時はどんな時ですか？  
A 事業が円滑に行えるよう縁の下での力持ちとして役割を果たすことができた時や、対応などを通じて感謝していただける時です。

Q リフレッシュ法はなんですか？  
A 果物が大好きなので旬の果物を食べているときは至福です。あとは、気心知れた友達とたわいもない話をしたり笑ったりすることです。このご時世、テレビ電話を使ったりもします。早く会っておしゃべりしたいですね。



笑顔がステキですね！



庶務会計課一同です。

## 寄付金品

(令和三年四月～令和三年六月)

柴田メヨ様(犬の置物)  
連合上越頸南支部様  
(タオル・マスク他)  
匿名 名様(紙オムツ)



## ボランティア活動

(令和三年四月～令和三年六月)

・新型コロナウイルス感染症感染予防の観点からボランティア活動受け入れは中止しております。

※今後の受け入れ再開時にはよろしくお願いたします。

## 苦情報告

(令和三年四月～令和三年六月)

苦情受付0件

・各事業所に苦情相談担当がおります。遠慮なくご意見をお寄せください。今後モサービスの向上に努めてまいります。

## お知らせ

・新型コロナウイルス感染症予防のため、例年8月に開催していました「みなかみの里納涼会」は中止とさせていただきます。

## 特別養護老人ホーム

### ①人権尊重と利用者本位の介護サービスの提供

身体拘束や虐待防止に関する自己チェックや研修会を開催しました。また、ご利用者、ご家族を対象にアンケート調査を実施し、いただいたご意見を日々の活動に反映させていただきました。

### ②重度化対応におけるチームケアの実践と基本介護の質の向上

誤嚥性肺炎の予防のため、歯科衛生士を2名体制とし、口腔ケアを充実させたことで、誤嚥性肺炎による入院を前年度比17%減少させることができました。また、褥瘡改善や排泄改善等、専門職によるチームケアを充実させることで、ケアの質の向上に取り組みました。

### ③自立支援と重度化防止に向けた介護ロボットの利活用

全館のWi-Fi整備を行い、タブレットでのオンライン面会がさらに利用しやすくなりました。また、見守り機器「aams」の導入により、ご利用者の状態確認がよりスムーズに行えるようになりました。

移乗介助時はスライドボードを使用し、ノーリフトケアへの取り組みを進めています。それにより、ご利用者ととも職員介護負担の軽減につながりました。



歯科衛生士を増員したことで、多職種による課題解決など、取組みの幅が広がりました。



タブレットを用いてYouTubeを見ることもできるようになりました。ご利用者との関わりの幅が広がりました。

## 令和2年度 みなかみの里 事業報告

## デイサービス

### ①自立支援に向けたサービス改善やプログラムの見直しの実施

全てのご利用者に、食事や着替えなど日常生活の能力を検査するバーサルインデックス評価を年2回行い生活動作を確認しました。認知症対応型では、ご利用者の生活歴等をもとにし、役割を持つ活動を提供し実践することで、充実感や達成感を味わっていただけるよう支援しました。

### ②多職種連携による機能訓練や、家庭や地域での活動・参加の支援

ケアプランに基づき、機能訓練指導員(PT)を中心に生活相談員、看護師、介護職員等が協働し、身体機能・生活機能・生活環境を評価し、生活動作に着目した訓練を実施しました。コロナ禍で活動の機会が減っている中、筋力低下予防を意識した運動メニューを家族や地域に配布し、好評をいただきました。

### ③ICT等の活用による業務改善に取り組みました

Wi-Fi環境を整備し、通所介護記録システムの導入に向けて検討を行い、試験運用を開始しました。記録業務の効率化や、多職種との速やかな情報共有が可能になり、介護の質の向上を図ることができました。また、ペーパーレスなどの効果が期待できます。



日常会話や作業の中から得意なことを見出し、できることを活かせるよう支援しました。



日常生活動作や社会活動参加等の目標を立案し、機能訓練を実施しています。

## ショートステイ

### ①「機能訓練」を充実させました

在宅生活を継続のため、生活でお困りの生活動作部分へ重点的に個別機能訓練を実施しました。また、集団活動としては、楽しみながら身体機能を維持・向上できるように体操等を実施しました。みなかみの里デイ・サービスとの連携をさらに強化し、より継続性を高めました。皆様から大変好評をいただいています。

### ②医療依存度の高い方・障がいをお持ちの方等、

#### 大勢の皆様にご利用いただきました

皆様に安全で安心してご利用いただけるように、生活相談員・看護職員・機能訓練指導員・栄養相談員・介護職員等の多職種で情報共有を図り、様々な研修を実施しました。また、事業所間でも情報共有を行いました。

### ③ケア向上への取り組み

認知症ケア向上チームでは、統一したいいくつかのパターンによる関わりで、反応等のデータ収集を行い、最良の対応方法を実施できるように取り組みました。移乗方法検討チームでは、個別の移乗方法や福祉用具の利活用で、ご利用者・職員の双方が安全・安楽に移乗介助を実施できるよう取り組みました。



天気の良い日には、屋外で集団機能訓練を行いました。よい気分転換になりました。



年間を通し、様々な研修で介護力向上を目指しました。

## 居宅介護支援事業所

### ①フレイル(虚弱状態)予防に向けたケアマネジメントの実践

フレイル予防に注目し、その意義やアセスメント方法について研修を重ねました。その内容をプランに反映し、栄養・口腔衛生・閉じこもり予防・機能訓練の側面から提案をさせていただきました。

### ②多職種との連携強化とネットワークの活用

どのような病状の方でも住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう医療機関や介護サービス事業所との連携を心掛けました。また、コロナ禍で参集や対面が難しい中、オンライン等を活用し連携が途切れないようにしました。

### ③身近な相談窓口として…質の高いケアマネジメントの提供

地域包括ケアにおけるケアマネジャーの役割を地域の皆様にお伝えできるようにしました。例年開催の介護者教室は書面開催に代え、自宅でできる筋力低下予防の運動メニューや自宅介護についてのエピソードを掲載し、家族や地域に配布しました。



学習会や研修を重ね、ケアマネジメントの理解を深めました。



Zoomを使った研修参加など、初めての試みもたくさんありました。

