


 Cure and Care  
communication

第106号

# C&C コミュニケーション

発行所 〒731-5142 広島市佐伯区坪井三丁目818-1  
Tel.082-923-8333(代) <http://www.pia-gr.or.jp/>



医療法人ピーアイエ

ナカムラ病院

 介護医療院 **びる**  
 介護老人保健施設 **まいえ**  
 グループホーム **つばい**


社会福祉法人 双樹会

特別養護老人ホーム

**陽光の家**

 通所介護事業所  
 居宅介護支援事業所

紙面で再登場  
**「ミニ講話」掲載**  
 認知症カフェ

「**新型コロナウイルス感染対策**」について  
 日々の取り組み

開設から六年  
 地域連携センター紹介

行事「敬老会」etc

長寿の秘訣とは？

### 地域連携センター紹介

前身の医療福祉相談室では、入院調整や入院中の方・ご家族への相談援助を主な役割としていました。しかし時代の流れとともに、高齢者の生活環境は大きく変わり、高齢者や介護するご家族の抱える福祉的・医療的な課題はより複雑なものになりました。

このような社会の変化を踏まえ、平成二十六年九月に当センターを開設しました。医療福祉相談員（ソーシャルワーカー）に加えて、新たに医師、看護師、心理士などの専門職を配置することで、多様なニーズに対応できる体制を整えました。

そして「重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを」という地域包括ケアシステムの実現を目指し、在宅生活の支援に取り組みました。入院中の方にはご家庭や施設へ退院できるように支援を行い、また医療や福祉を必要としている方には、今まで以上に迅速なサービス提供に努めています。

開設から六年が経ち、地域との繋がりの重要性を日々実感してい

ます。他の医療機関や介護施設、地域の関係機関には円滑な連携体制が築けるよう、電話・メール・FAXによる連絡や訪問活動を重ねています。また地域にお住いの方々に向けた、認知症勉強会や認知症カフェを開催しています。

認知症の治療や介護に関すること、入院・入所のご希望など、お気軽にご相談下さい。よろしくお願いたします。

#### 地域連携センター

主任 河村 康平

※現在コロナウイルス感染拡大防止の観点から、訪問活動や認知症勉強会、認知症カフェの開催は中止しています。



## スタッフインタビュー

シリーズでお届けしている各部責任者へのインタビュー。今回はB6 林科長です。

Q. 看護師を目指したきっかけを教えてください。

A. 親の勧めもあり、資格を持って働く職業に就きたかったので看護師になりました。

Q. 仕事にやりがいを感じるのはどのようなときですか。

A. 患者様やご家族様から感謝の言葉を頂いたり、自分たちの取り組みで患者様の状態が良い方向に向かうなどしたときに、次のステップにつながると感じます。

Q. リフレッシュ方法はありますか。

A. 以前はウィンドウショッピングでしたが、コロナが流行していることもあり、最近は読書やDVDを観るなど、家でゆっくり過ごすことです。

Q. 今一番楽しみなことは何ですか。

A. 「半沢直樹」など流行のドラマを観ることです。「コロナが落ち着いたらキャンプに行きたいです。」

Q. 今後の目標を教えてください。

A. 一つひとつの物事に真剣に取り組んでいきたいと思っています。少しでも働きやすい環境と雰囲気作りを目指し、患者様、ご家族様に喜んでいただけるケアに努めたいと思います。



ありがとうございます。  
これからも頑張ってください。

# デイケア にぎや家

## お楽しみ会&敬老会

新型コロナウイルス感染症の予防の観点から、にぎや家の行事は自粛を余儀なくされてきました。「こんな時だからこそ、利用者さまを元気づけることができるように何かできないか」というスタッフの強い想いもあり、しっかりと感染予防を行った上で出来る内容を日々考えていました。ソーシャルディスタンスを保てて、声を出さずに楽しめること…利用者さまが見ておられるテレビにふと目をやると、一世を風靡したドリフターズの『8時だヨ！全員集合』が流れていました。中でも、ひげダンスは“会話することなく”、距離を保ちながら進めていくコーナー…これだ!!と閃きました。

九月の敬老の日を兼ねて、名前入りのキーホルダーをプレゼントとして作成しました。試行錯誤を重ね迎えた当日、スタッフ一同、利用者さまを楽しませようと張り切った個性的なひげダンスをしました。中には、投げられた輪を頭でキャッチする大技をきめたスタッフも。水を入れたバケツをグルグルと大きく回

し、利用者さまの方めがけてひっくり返すと…あら不思議、紅葉やイチヨウの葉が出てきたり。短い時間でしたが、久しぶりに利用者さまの色々な表情を拝見することができました。最後はロールケーキを召し上がっていただき、にぎや家のお楽しみ会を締めくくりました。キーホルダーはカバンなどにつけていただき、ご家族にも喜んでいただけました。今後も、コロナを始めとする感染症に負けないように利用者さまから元気をいただきながら、楽しく笑顔のある行事をスタッフみんなで企画していきたいと思えます。

デイケア にぎや家

主任 濱本 典子



# 新型コロナウイルス対策 in 陽光の家

当施設ではコロナ対策としまして、職員は手洗い消毒の徹底はもちろん、出勤前・業務開始前、昼休憩に検温の実施をしています。勤務中は原則マスク着用し日々の業務を遂行しておりますが、どうしても介護に携わるにあたって人と人の距離間等防ぎきれない状況も多くあります。さらに夏場の入浴介助では熱中症の危険性も高く、熱中症対策も同時にしていかなければいけない状況でした。その中で、施設としての感染対策と熱中症対策をして、入浴介助中はマウスシールドを着用し業務に当たるようにしています。

他にも感染症対策としては、職場内での休憩中にクラスター感染という事例もあり、休憩室にアクリル板を設置し、職員同士の距離感等も気を付けながら休憩するよう心がけたりしています。また家族との面会の制限も設け、iPadを活用し1Fロビー、2Fフロアと離れてのオンラインでの面会の実施も行っています。入所者の方や家

族様にも寂しい思いをさせてしまっている状況ですが、少しでも元気な顔を見てもらいたいお互い安心していただけたらと思います。

今しばらく、予防をしっかり続けていながらコロナ終息後、再び元の生活に戻るよう努力を続けていきたいと思っております。

特別養護老人ホーム 陽光の家

介護主任 植木 拓嗣



長寿の秘訣

今回の「長寿の秘訣」は三宅來次郎さまにお話しをうかがいました。



▲三宅來次郎さま(100歳)

- Q 先日、一〇〇歳の誕生日を迎えられました！おめでとうございます。
A Thank you.
Q 長生きの秘訣は何でしょうか？
A (にっこり)どーかな。
Q タバコは吸われていました？
A いや。
Q お酒は？
A お酒は普通。
Q ビール一杯くらい？
A うん…。
Q ワイン一本？
A 一本は飲まない！
Q ご趣味は？
A 車の運転。どこでも行くよ。会社にも「ゴルフ場」も。

ゴルフもお好きなんですよ。ゴルフ場内の移動は？

A 歩きます。

Q 広いですし、ボールがあらぬ方向に飛んだら、移動はなおさら大変では？

A あらぬ方向に飛びません。

Q 確かに。ここでパターゴルフをされる時もお上手です。

A 上手(はじける笑顔)。

Q (グリーンをまわりながら)おしゃべりも、食事も、一緒に楽しめます。

Q 運動や社交の場になって、ゴルフも健康に良さそうですね。楽しみです。

A YES, YES.

Q 読者のかたに一言お願いします。元気に長生きして！



▲毎日新聞に目を通されています。一日一読も秘訣でしょうか？

ありがとうございます。これからもお体に気を付けてお元気でお過ごしください。

陽光の家

敬老会



設長が花束と記念品を手渡し、ユニット職員が寄せ書きを手渡しました。受け取った入所者さまの中には、涙ぐむ方もいらっしゃり、とても印象的ではほえましい様子でした。

今年は大変な年ですが、可能な範囲で施設行事を開催したいと思えます。入所者さまに「色々あったけどいい一年間だった」と言っていただけのように、日々取り組んでいきたいと思えます。

特別養護老人ホーム 陽光の家
生活相談員 佐々木雄治



コロナ禍の状況で開催自体が危ぶまれましたが、職員も開催出来るように創意工夫し「陽光の家敬老会」を九月十三日(日)に開催することが出来ました。例年でしたら入所者さまのご家族も参加され、式典や食事を一緒にお祝いさせていただいていましたが、今年は面会の制限がかかっている状況なので、職員のみでお祝いさせていただく形式をとりました。
陽光の家では一〇〇歳以上の方が四名いらっしゃいます。最高齢はなんと大正生まれの一〇六歳です。一〇〇歳以上の方を筆頭に米寿の方、喜寿の方、節目の方々合計十五名の方々をお祝いさせていただきました。施



## 作品介绍

— 介護老人保健施設まいえ編 —

### 宮島の花火 (ロールピクチャー)

細長く丸めた紙を貼りつけて大作ができました

こんなに素敵にできたから  
皆さんに見てほしいですね



### コスモスの吊るし飾り

あかとんぼは「目をつけたほうが可愛いよ」と利用者さまが  
意見をくださいました



インパクトのあるひまわりは  
利用者さまだけでなく職員  
からも好評でした



# 陽光ふぁみりー

## ケアマネジャー WITH コロナ

この度のコロナウイルスによる影響は、居宅のケアマネジャー業務にも支障が出ています。月一回の居宅訪問が玄関先や電話での対応に変わりました。関東圏などからの帰省が出来ず家族の支援すらできない状況になっています。利用者の方々の生活においても、地域での百歳体操、サロンの休止に伴い、外出機会が減り、機能低下が出現するなどの影響も少なからずありました。また、私達ケアマネジャーの研修会等が中止やリモートでの開催に変更になるなど、大きく状況が変わりました。

コロナ禍での事例としては、家族

がコロナに感染し、本人が濃厚接触者となつてしまい、サービスの受け入れ先がなく、本来必要な支援が出来ずに孤立してしまいました。様々な機関に問い合わせても濃厚接触者ということでサービスの対応が難しいという状況でした。コロナ禍での対応については、介護保険制度をはじめ、社会資源の在り方について、今後の課題が残りました。ケアマネジャーとしては、コロナ禍においても利用者、家族の生活が維持できるよう日頃より対策に関する情報を収集し、在宅生活の支援に努めていきます。

陽光の家 居宅介護支援事業所

折出 健太



## 歯科の扉

～口腔機能低下症～

新型コロナウイルスの感染拡大が心配な現在、これまで以上に「手洗い・うがい」を意識するようになったと同時に、「マスク」をつけるようになり、お口の関心も高まっていると思います。お口の働きはいかがでしょうか。「口の中が乾くようになった」「滑舌が悪くなった」「食べ物が口に残るようになった」「食べこぼしをするようになった」「食事の時間が長くなった」「食事の時にむせるようになった」「薬を飲みにくくなった」などの症状はありませんか？ある方は、もしかしたら「口腔機能低下症」かもしれません。お口の働きが低下すると、栄養の偏りやエネルギーの不足により、全身の健康に悪影響を及ぼします。心配な方は歯科で検査してもらおうと良いでしょう。

歯科医師 田地 豪

「皆さんで散歩に行きましょう」と声をかけるとたくさんの方が

## まいえーすすめ!



「行きたい」と目を輝かせて希望されたので、暑い日が続いていますが気分転換のため屋上へ散歩に行きました。日影に集合し開放的な空間で「外の空気は気持ちいいね」、遠くを眺めて「自分の家はどっちなかな」、入道雲を見て「雲がきれいだね」などと思いの言葉交換を交わすことで楽しい時間を過ごせました。自粛生活が続く中、外の空気を吸い、いつもと違う景色を見ることができたと、とても喜んでいただきました。

介護老人保健施設 まいえー

看護科長 古田 広子

紙面de

認知症カフェだより

## サロン・ド・ファミリー



当法人の認知症カフェは、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から開催を見合わせております。そこでC&Cコミュニケーションの紙面上で認知症カフェからの情報発信を行うことになりました！みなさま、カフェに参加しているようなお気持ちでお楽しみください。

認知症カフェとは、認知症の人、その家族、地域住民、介護や福祉、医療の専門職の方など誰もが気軽に集え、安心してくつろげ過ごせる場所です。気軽に相談ができ、孤立しがちな本人や家族、地域の繋がりと繋がる場を提供しております。

最近では認知症に関する正しい知識が普及してきましたが、まだまだ誤解や偏見がございます。そのような中、本人・ご家族は悩んでおられます。加えて、認知症ではないかと不安を抱いている方もいらっしゃるかと思います。多くの地域で認知症の人や認知症かもと悩んでいる方、家族、皆が気軽に参加できる場があるのは嬉しいことですよ。

是非皆さん、機会がございましたら、参加してみてください。

※現在コロナウイルスの関係で休止されている所が多い為、参加される際には各カフェへご確認をお願いします。



広島市認知症地域支援推進員(佐伯区担当)

中川 依里 さん

## 今月のミニ講話

## 「ねばならない思考」、手放してみませんか

「楽しい思いをいっぱいしたい」、誰もが願うことですよね。しかし私たちは今、コロナ禍という未曾有の状況下で、何かと不自由な生活を余儀なくされています。そんな窮屈な日常の中、心も不安定になることが多いのではないのでしょうか。沈みがちな気持ちを奮い立たせるかのように、「頑張らなければならない」と自らに言い聞かせることも、あるいはよくある場面かもしれません。ところが、この「ねばならない」という思考は、意外に厄介なものなのです。

心理学者のアルバート・エリスによると、“自分の健全な『好み』を、非合理的な要求や義務に変えてしまっている時”、私たちは心が不安定になるそうです。これはまさに、「ねばならない」と思い込んでいる時といえるでしょう。例えば、「コロナは(私のために)今すぐ終息しなければならない」とか、「道路は(私のために)渋滞してはならない」などと思うのはどうでしょうか。ちょっと変ですよ。このような、「ねばならない」という思考は、そもそも非現実的で、自らの心を窮屈にしまってしまうものです。

「最近いいことがひとつもない」と思ったとしましょう。言い換えれば、「私は必ずいい思いをしなければならない」となります。何だか奇妙ですよ。 「あの人は私のことを全然わかってくれない」は、「あの人は常に私のことを理解しなければならない」となります。これもまた奇妙です。

どうやら私たちは、悲観的な思考にとらわれやすい傾向にあるようです。だからこそ自分が、「ねばならない思考」に陥っていないかどうか、あらためて問い直してみませんか。そして心の不安定さにつながる非合理的な思考を、思い切って手放してみてもいいかがでしょうか。



ナカムラ病院 臨床心理室  
厚井 真一

広島市委託事業

# 佐伯区 認知症初期集中支援事業

Q. 親に認知症の検診を受けさせたいが「本人が嫌がるのでは？」と心配しています。

A. 『広島市のオレンジ支援チーム』という名前で訪問いたします。「認知症」という言葉を使わない工夫をしていますので、どうぞご安心ください。



医師・看護師など、医療・介護の専門家チームがご自宅訪問いたします

ご相談は、お近くの地域包括支援センターへ

## 🌿 絵本をご恵贈いただきました 🌿

今年は被爆から75年、節目の年です。歴史的一幕となりつつある「あの日」の出来事を、いかにして後世へ伝承していくか。これは、現代の広島に生きる私たちへ課せられた、大切な使命といえるのではないのでしょうか。

くしくも「あの日」と同じ今年8月、千田パンフルート合唱隊代表 島本 裕充さまより、実話をもとにした絵本、『パンフルートになった木』三冊をご恵贈いただきました。

～ 遠い昔から、ある広島の小学校で、子どもたちをやさしく見守る『木』のものがたり ～

さまざまな試練を経ながら、過去、現在、そして未来の子どもたちの明るい歌声をも、見守りつづけることになった『木』の生きざまが、繊細なタッチで描かれています。

子どもたちはもちろん、大人の方にもぜひ、堪能していただきたい作品です。

あつという間に暑い夏が終わり、秋の深まる季節になりました。今年も連日続く猛暑に加え、新型コロナウイルス感染症拡大によるストレスや不安もあつたかと思いますが、みなさま体調を崩されていませんか？  
気候の良い秋には、美味しいものをたくさん食べて、適度に運動もしながら元気に過ごしましょう！  
(Y)

🍄 編集後記 🍄



パンフルートになった木  
業山ひろみ・文 こがしわかおり・絵  
少年写真新聞社