

Cure and Care
communication

第108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ー

ナカムラ病院

介護医療院 ひいろ
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

令和3年
新入職員・新人技能実習生紹介

介護医療院ひいろの取り組み

誌面開催第3回 認知症カフェ

お口の機能低下を予防しよう

令和3年度

新入職員に聞きました

いつか来たる未来へ想いを馳せて

アフターコロナ、どこに行ってみたいですか？

写真撮影のため一時的にマスクを外しています

看護師
古元 紗世

各地にある星野リゾートに宿泊しに行きたいです。素敵な旅館、温泉、観光スポットを巡ってゆっくり過ごしたいです。



看護師
宗田 泉帆

温泉旅館やグランピングに行ってみたいです。季節折々の景色を楽しみながら、ゆっくり時間を過ごしたいです。



看護師
樋口 英子

コロナ前は、よく家族で温泉に行っていたので、杉の井ホテルの温泉に旅行に行きたいです。



看護師
吉村 直子

北海道です。初夏の大自然と、おいしい海の幸を満喫したいです。



准看護師
五嶋 美穂

大声の出せるLIVEに行きたい。遠征なら観光もして、ご当地のおいしいもの食べ歩きたい!



介護福祉士
相川 一康

新婚旅行で行った長崎に、家族4人で行って、子どもたちと思いきり遊びたいです。



管理栄養士
石橋まり子

スイス! チョコレートの旅で各地を散策したいです!



事務職
穴田 雄大

ラーメンが大好きなので、店や味の種類が豊富な東京に行ってラーメン店巡りをしたいです!!



ベトナム人新人技能実習生紹介

令和3年2月～3月、6名のベトナム人技能実習生が介護職として入職しました。

6名に聞きました ベトナムのオススメ料理を教えてください

写真撮影のため一時的にマスクを外しています



チン・ティ・タオ

【オススメ料理】
笹巻 (お正月料理)
緑色のもち米の皮に
豆や豚肉を包んだもの
【趣味は?】
旅行と音楽鑑賞
です。



ヴオン・クオック・ズイ

【オススメ料理】
鶏肉のフォー
平たいライスヌードル
【趣味は?】
サッカーです。



レ・トゥアン・アイン

【オススメ料理】
バインミー
固いパンに色々な具を
サンドしたもの (キュウ
リ、肉、玉子、ザーサイ、
人参、チリソース等)
【趣味は?】
料理です。



ゲン・ヴァン・タン

【オススメ料理】
牛肉のフォー
平たいライスヌードル
【趣味は?】
卓球です。



ゲン・トゥイ・リン

【オススメ料理】
揚春巻
豚肉、人参、きくら
げ、ザーサイ等をラ
イスーパーで巻い
て揚げたもの
【趣味は?】
料理です。



ゲン・ティ・フォン・タオ

【オススメ料理】
バインセオ
ベトナムのお好み焼き
【趣味は?】
バドミントンです。

先輩からひとこと



B5病棟
ゴ・ティ・キム・ハン

日本語でわから
ないところがあ
れば、いつでも
私に声をかけて
くださいね。
いっしょにがん
ばりましょう。

何かわからない
ことがあれば、
私に聞いてくだ
さい。教えてあ
げます。
がんばってくだ
さいね。



B7病棟
ハー・ヒエン・チャン

陽光ふぁみりー

春の花とひな祭りの写真撮影会

あつという間に三月に入り、暖かい日が多くなり過ごしやすい季節となりました。デイサービス利用者さまをお迎えに行く途中に梅の花が咲いているのを見つけ、利用者さま同士で「梅の花が咲いているよ。綺麗じゃね。」「車から降りて近くでみたいね。」と楽しく会話しているのが聞こえてきました。寒さも和らぎ、春の訪れを感じる事ができ、私たち職員も嬉しく思います。

三月と言えば「桃の節句ひな祭り」です。陽光の家デイサービスでは、季節の行事を大切にしています。ひな祭りに向けて、段ボールにお雛様とお内裏様の顔抜きパ



ネルを作成しました。そして、完成したパネルに顔を入れていただき、写真撮影を行いました。撮影の際には、照れている表情が印象的でしたが、いざ写真を撮り始めると利用者さまも「かわいく撮ってよ。」「もう一枚撮って。」と写真撮影を楽しまれ大盛り上がりでした。

今後も陽光の家デイサービスでは、季節ごとの行事を大切にし、利用者さまと共に喜びあい、楽しんで利用していただけるような環境を作っていきたいと思えます。

陽光の家通所介護事業所
網本 忠文

新型コロナウイルスの感染拡大が心配な現在、まいえのレクリエーションにおいても工夫が必要となつていきます。コロナ禍とはいえ、体力低下を防ぎ、できるだけ機能維持に努める必要があります。そこで、大声が出やすい対戦ゲームは中止し、体操や風船バ

まいえーすすめ!



レー、輪投げ、言葉遊びやしりとりなど頭の体操を行うようにしています。飲食以外ではマスクを着用し、密にならないよう椅子の配置にも注意しつつ、楽しく参加していただければと考えています。

今日のレクリエーションもひな人形を眺めながら、大声では笑えなくても、小声で話し、顔合わせ、にっこり笑顔で参加してくださいました。早く皆さんと大声で笑えるようになればと願っています。

介護老人保健施設 まいえ2

看護主任 藤間 智子

歯科の扉

～口腔ケアで
コロナを防ごう!!～

ウィルスは口や鼻の粘膜細胞に付着し感染します。口腔の免疫はIgAという抗体が働き細菌やウィルスを排除する粘膜免疫システムです。口腔内に細菌が多いと、IgAの働きが追いつかなくなりウィルスが侵入しやすくなります。歯みがきや舌みがきをすることで細菌やウィルスそのものを除去することが大切です。

また、エチケットとして歯みがき中は密をさけ、会話はせずに低い姿勢でうがいをするなど、飛沫を防ぐようにしっかり意識しましょう。



歯科部長 山脇加奈子

紙面de

認知症カフェだより

サロンド・ファミリー

オーラルフレイル予防について

フレイルという言葉をご存知でしょうか。高齢に伴い心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態をフレイル（虚弱）と言います。

オーラルフレイルとは、嚙んだり、飲み込んだり、話したりするためのお口の機能が衰えることです。嚙む力や舌の動きが悪くなると食生活に支障を及ぼしたり、滑舌が悪くなることで人や社会との関わりが少なくなったりすることから、フレイルの前兆であると言われています。

そのため、オーラルフレイルの予防を行うことは、心身の健康維持のための第一歩となります。

お口の中を清潔に保ち、いつまでも何でも食べられるお口の機能を保つことは、健康余命を伸ばすことにもつながります。

右の表でオーラルフレイルのセルフチェックをしてみましょう！ ささいなお口の衰えに気づくことは大切です。

ご家庭で簡単にできる体操を3つご紹介しますので、日常でのお口のケアと体操、また定期的な歯科検診をして、健康なお口を保ちましょう！

ナカムラ病院 歯科衛生士主任 山根 次美

オーラルフレイルのセルフチェック表

質問項目	はい	いいえ
半年前と比べて、硬いものが食べにくくなった	2	
お茶や汁物でむせることがある	2	
義歯を使用している	2	
口の渴きが気になる	1	
半年前と比べて、外出の頻度が少なくなった	1	
さきいか・たくあんくらいの硬さの食べ物が嚙める		1
1日に2回は歯をみがく		1
1年に1回以上は歯科医院を受診している		1

合計の点数が

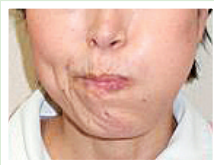
0～2点	オーラルフレイルの危険性は低い
3点	オーラルフレイルの危険性あり
4点以上	オーラルフレイルの危険性が高い

出典：東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規、飯島勝矢

オーラルフレイル予防のお口の体操

唇と頬の体操～ぶくぶく・がらがらうがい～

①歯みがきのあと、大さじ1杯くらいの水を口を含み、唇や頬をしっかりと膨らませて水を上下左右に動かし、20～30秒間ぶくぶくうがいをして吐き出す



②新しい水を口を含み、上を向き、口をすぼめてのどの奥でがらがらうがいをして吐き出す



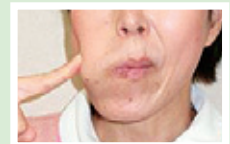
舌の体操

①舌を左の頬の内側に強く押しつける



②自分の指で、口の中の舌の先を頬の上から押さえる

③それに抵抗するように、舌を頬の内側にゆっくり10回押し付ける



④右の頬でも同じことを繰り返す

パタカラ体操

はっきり大きな声で「パパパ…」「タタタ…」「カカカ…」「ラララ…」それぞれ10回繰り返す



パパパ

ひいろB1での取り組み



介護医療院ひいろB1では、入所者さまが安心して過ごしていただけるケアを行うことを念頭に日々ケアを行っています。

当施設には、様々な背景で入所され、最期まで過ごされる方が多くおられます。私自身、日々ケアをさせていただく中で、徐々に「最期までここで過ごせて良かった」と入所者さま本人やご家族に感じていただけるようなケアが提供できているのだろうかと考えているようになりました。

また、介護医療院としての在り方、すべきこと、出来る事は何かを考えるようになりました。

今回のコロナ禍において、ご家族との面会制限など厳しい状況は、入所前の生活と同じような生活の場の提供(好きな音楽、写真、絵、食べ物など)、季節を感じていただけるような雰囲気(部屋、施設内の季節の応じた飾り付け、季節の行事など)を行っていく必要性を感じるきっかけとなりました。そこで、二〇二〇年十一月にひいろB1の中心軸となる「チームONE」を立ち上げることにしました。当初よりチームで話し合い、まず入所者さま個々の情報収集、ご家族からの希望の取入れを行っていききました。同時に、四季を感じる事の出来る場の提供として、季節に沿った行事を計画しました。その中でも鳥居の作成に力を入れた一月は初詣を意識し、正月だけでなく、「いつでも気軽に参拝出来る」をコンセプトとし、同時におみくじや絵馬掛け所の作成も行いました。また、鳥居は車いすの方や、背の高い職員も通る事が出来る大きめの鳥居としました。

元旦には職員も入所者さまも鳥居の前を通りとても喜ぶ姿が見られ、何気ない日常を入所者さまに感じていただくことはとても大切なことだと思えました。今後、コロナ禍によって生活様式の変化は仕方ないところだと思いますが、安心して楽しく生活出来る場を提供出来るよう努めて行こうと思います。

介護医療院ひいろB1

看護師 末廣 紗央里



私たちはほんの一部で、病棟スタッフ全員で取り組んでいます!!

院内研修報告

コロナウイルスの感染防止の為、研修数を減らし、また参加人数や座席の間隔等に配慮した開催となっております。

六月	<ul style="list-style-type: none"> 災害時の対応について
七月	<ul style="list-style-type: none"> 薬剤の管理について 個人情報保護について 介護保険・介護医療院について
八月	<ul style="list-style-type: none"> 認知症の理解 認知症の対応について 施設内感染・安全衛生について NST研修
九月	<ul style="list-style-type: none"> パーソンセンタードケア アドバンス・ケア・プランニング 認知機能検査と回想法
十月	<ul style="list-style-type: none"> 医療安全について リネンの取り扱い・ゴミの出し方について 行動制限について
十一月	<ul style="list-style-type: none"> 新型ノロウイルス感染症について 施設利用者の人権・精神保健福祉法について
十二月	<ul style="list-style-type: none"> 歯科関連異物の誤飲・誤嚥について

●その他に定期的に開催
ターミナル期の口腔ケア、症例検討会、院内研究発表会

いきいき行事ダイジェスト

1月

- 初詣 (B1)
- 芋ようかんを味わう 干支の置き物と写真撮影 (B5)
- 新年会 (B6)
- かるたとり大会 (にぎや家)
- 一日神主によるお祓い(まいえ1)
- 絵馬づくりと一日神主によるお祓い(まいえ2)
- 年始の挨拶とおみくじ(つばい)
- 鏡開き(つばい)
- 売店(陽光の家)
- おやつレク(陽光の家)
- 郷土料理【愛知】(陽光の家)

2月

- 節分、豆まき (B1)
- おしるこを味わう 鬼のカツラをかぶって写真撮影 (B5)
- 映画観賞会 (B6)
- 立春を祝う会 (B7)
- アマビエ祭り (にぎや家)
- 節分 鬼退治(まいえ1)
- 節分 恵方巻づくりと豆まき(つばい)
- 誕生日会(つばい)
- 売店(陽光の家)
- おやつレク(陽光の家)
- 郷土料理【福島】(陽光の家)

3月

- ひなまつり (B1)
- いちごクレープを味わう おひなさまになって写真撮影 (B5)
- 桃の節句を祝う会 (B7)
- ひなまつりゲーム大会 (にぎや家)
- ひなまつり 甘酒でお祝い(まいえ1)
- おひなさま ちらし寿司作り(つばい)
- 誕生日会(つばい)
- 売店(陽光の家)
- おやつレク(陽光の家)
- 郷土料理【徳島】(陽光の家)

コロナ禍の中、開催行事は例年と比べて少なくなりましたが、感染対策を工夫して行事を楽しんでいただきました。



オリジナルの物語に沿って寸劇を行い、御守りをプレゼントしました。みなさん喜んでいらっしゃいました。

いきいき
行事だより

節分豆まき

ひいろB1



「鬼は外。」「福は内!」いい声でした。

論文掲載

日本歯科衛生学会雑誌

Vol.15 No.2 2021 FEBRUARY

舌接触補助床の装着と摂食嚥下訓練の実施が
口腔機能の改善に繋がった脳血管性認知症患者の1例

歯科衛生士 板木 咲子



豆まきにみなさん元気はつらつ。

作品介绍「辛丑」



今年の初めから、PIAギャラリーには広島を代表する書家・刻字作家である安達春汀氏の作品が飾られています。皆さん、この書をご覧になって、なんと読むかお分かりになりますか？ 正解は「かのこうし」。「辛丑」と書きます。

「辛」は十干(火木土金水の五行を陰と陽に分けたもの)で表す甲乙丙丁戊己庚辛壬癸の八番目、「丑」は十二支の二番目。干支つまり十干十二支の六十通りある組み合わせのうちの一つで、今年の干支はこれにあたります。ちなみに昨年「庚子(かのえね)」でした。

さらに、「丑は牛以外にも手指で物をかき寄せるという意味があり、まさに福を呼ぶ熊手を思わせ、また、丑は丑の刻、つまり午前二時を指し、芽が種子の中で伸びるのを待っている状態をあらわします。一方で辛はつらい、厳しい、そして刑罰を加えるための刃物という意味があります。

まさに新型コロナウイルスにより苦し

められる「辛い」年かもしれないけれども、もうちょっとで芽が出るよ、あともう少し!という希望の見える言葉ですね。また、よくよく見るとなんと辛の字に一本横に加えられていて、「幸」という字になっているんです!!

力強くしなやかな書体に、明るい未来の訪れを願う氏の願いが込められた作品です。氏はこの辛丑をはじめ、毎年干支の書を神社に奉納しておられるそうです。

六十年に一度しか見ることのできない貴重な書。ですが今は面会制限中で皆様に広くご紹介することができません。今年うちに状況が好転し、このギャラリーに、そして病室に、たくさんの方が訪れてくださることを願っています。

医療法人 ピーアイエー

理事長 中村 友美



広島市委託事業

佐伯区 認知症初期集中支援事業 オレンジ支援チーム

医師、看護師など医療・介護の専門家が
ご自宅訪問いたします。

まずは、お近くの
地域包括支援センターへご相談ください



祝! 合格

働きながら勉強し、見事に資格を取った職員の方々です。
おめでとうございます。

【認定看護師(認知症看護)】 石川 明人

【看護師】 泊 紀子 大谷 智子
香川 美幸 久保 昌範

【社会福祉士】 網本 忠文



編集後記



コロナ禍二度目の春を迎えました。本号にあるように小規模な行事でも、入所者さま・患者さまから普段とは少し違った笑顔や言葉をいただいています。素敵な笑顔がご家族とも交わせるよう続けて努めてまいります。

人と会う機会が減る状況で、みなさまはいかがお過ごしでしょうか? 運動だけでなく、家事などの際に少し大きく動くだけでも活動性が上がります。健康に良いそうです。また会う日には、いたわり、「頑張ったよね。」と褒め合いたいですね。楽しみにしております。

(N)