

老健にいがた

2019. 2 Vol.45

第45号



ご利用者様と職員の共同作品「亥」です
女池南風苑

目次

巻頭言	1	市民公開セミナー	12
協会だより	2	新潟県介護老人保健施設大会	13～14
特集:ワーク・ライフ・バランスについて	3～6	こんなことやってます!!～会員施設の取り組み～	15～18
平成30年度 研修会報告	7～11	みんなの広場	19

巻頭言

コスト意識

新潟県介護老人保健施設協会 理事

常盤園 佐野 英孝



介護業界では、介護職員の人手不足が大きな問題となっている。給与面での不満、職場の過重労働から離職するケースも多い。施設での収益を上げて職員に給与面で優遇するためには効率的な入所運用が求められ、また無駄なコスト（cost：経費、費用）支出を抑える事が経営上重要となる。

無駄な支出を抑えるには、薬剤費、おむつ代、介護・医療の材料費、電気、ガス、水道費、ゴミ排出量を抑える事が肝要となる。医療人、介護人はともすると職員一人一人が物品の使用コストに目が向きにくい傾向にあるようだ。

当園では、薬剤は医師の判断の元、多剤併用にならないように極力使用種類を抑えている。

転倒、せん妄の予防のためにもベンゾジアゼピン系の安定剤、睡眠薬は極力使わないようにしている。入眠困難のケースの場合は、睡眠薬を無理に使わずに遅めの時間（午後10時等）の消灯時間に設定すると眠れるケースが多い。人間の睡眠は午後10時頃より、眠気を催す松果体から分泌されるメラトニン値が上がり、コルチゾールという副腎皮質ホルモン値が下がり、深部体温が下がる事で眠る体制に入っていく。一般的に病院、施設では、9時消灯、6～7時起床の日課の所が多いが、9～10時間もベッド上にとむしろ眠りが浅くなり熟睡感が得られなくなり睡眠障害が生じるケースもある。このためこれからは遅く寝てもよいような弾力的な就寝時間の設定も必要と思われ、現にそのようにしている病院、施設も増えてきている。抗潰瘍薬のH₂ブロッカーのファモチジンは時にせん妄、不眠の原因となるので漫然と投与する事は避けた方がよい。このように睡眠薬1錠でも減らせれば、コスト削減と共に転倒事故防止、調剤ミスの減少、投薬手間の減少に結びつく。

また当園では併設の白根緑ヶ丘病院と合わせて、おむつの種類、性能を検討しおむつ交換が少なくなるように新商品の試用等定期的に検討を重ねている。使い捨てのビニール手袋、ペーパータオル使用量、感染性廃棄物量、一般ごみ量等も病院、老健施設内の各病棟単位での使用数、値段等をグラフ化して、全体会議でどうすればコスト削減を可能にできるか、コストを抑えている病棟のやりかたの工夫等を参考にしたり多職種で話し合っている。ある航空会社の整備士の整備所では工具、器具に値段が記入、表示されており、整備員がコスト意識を持つようにしているところもあるという。病院、老健施設でも同様にゴム手袋、ペーパータオル、医療材料等の実際の値段を袋、箱、器具に記入、明示する事も職員がコスト意識を持つために有効な手段かもしれない。

以上、コスト削減について述べたがコスト削減により出た利益増は、職員の給与に還元したり、設備投資に充当すれば職場の活性化につながると思われる。



馬場会長が全国老人保健施設連盟委員長に就任 ～2021年の介護報酬改定でプラス改定を～

公益社団法人全国老人保健施設協会社員総会が平成30年6月29日開催されました。その社員総会にて関東甲信越ブロック理事に承認され、東会長より全国老人保健施設連盟委員長を拝命いたしました。私の目標は、2021年の介護報酬改定でプラス改定を勝ち取ることです。そのためには、介護業界の結束が必要不可欠です。

全国老人保健施設連盟とは、日本の社会保障制度の充実のため、介護老人保健施設の機能の適切な評価、安定した経営が出来る介護報酬の設定、介護従事者の人材確保と処遇改善を求め、必要な政治活動を行うことを目的に結成された政治団体です。公益社団法人全国老人保健施設協会を、政治的側面からバックアップしております。政治的側面ということで国会議員、自民党の地域包括ケアシステム・介護推進議員連盟を主として交渉に当たることになります。一昨年11月の介護現場を守るための署名181万筆を集めたことが平成30年改定のアップにつながっております。

皆様のご協力を切にお願い申し上げます。

全国介護老人保健施設大会について



【開 会 式】



【表 彰 式】

第29回全国介護老人保健施設大会 埼玉は平成30年10月17日（水）～19日（金）ソニックシティ・パレスホテル大宮で開催され、平成30年度公益社団法人全国老人保健施設協会表彰（施設表彰）として楽山苑に授与、昨年度愛媛in松山大会で発表した「移動、移乗動作と姿勢の援助向上を目指して リハビリ職としての取り組み」について優秀奨励賞が授与されました。

今回の大会開催地は、関東甲信越ブロック内であり、当協会会員施設より口演発表11題・ポスター発表1題が行われました。

第30回全国介護老人保健施設大会 別府大分

「地域と共に紡ぐ^{新元号}老健 豊の国から真価・深化・進化」をメインテーマとして2019年11月20日（水）～22日（金）別府ビーコンプラザ、iichiko総合文化センターで開催される予定です。



ワーク・ライフ・バランス 基本の「き」

新潟県産業労働観光部労政雇用課

1 はじめに

少子高齢化が進行し、労働力人口の減少により職場の人材不足が課題となっている現在、ワーク・ライフ・バランス（仕事と生活の調和）という理念は、かつて主として論じられてきた従業員の福利厚生や両立支援という視点に加え、経営戦略上の観点からも重要との認識が広がりつつあります。

国も、成長戦略の一環として「働き方改革」を打ち出し、労働時間法制の見直しや雇用形態による不合理な待遇格差の是正を盛り込んだ「働き方改革関連法」が2019年4月以降順次施行されるなど、「働き方」をめぐる情勢は大きく変化しています。

しかしながら、「ワーク・ライフ・バランスの推進＝子育て女性の両立支援」、「働き方改革＝残業削減」といった限定的な使い方をされている例も見られるほか、「時短ハラスメント」（業務量や仕事のやり方を適切化することなく、ただ労働時間の短縮を強要する行為）という言葉が注目を集めるなど、職場の混乱も顕在化している状況です。

これを踏まえ、本稿では、改めてワーク・ライフ・バランスの必要性や背景について考えるとともに、取組事例やサポート情報等についても紹介していきます。

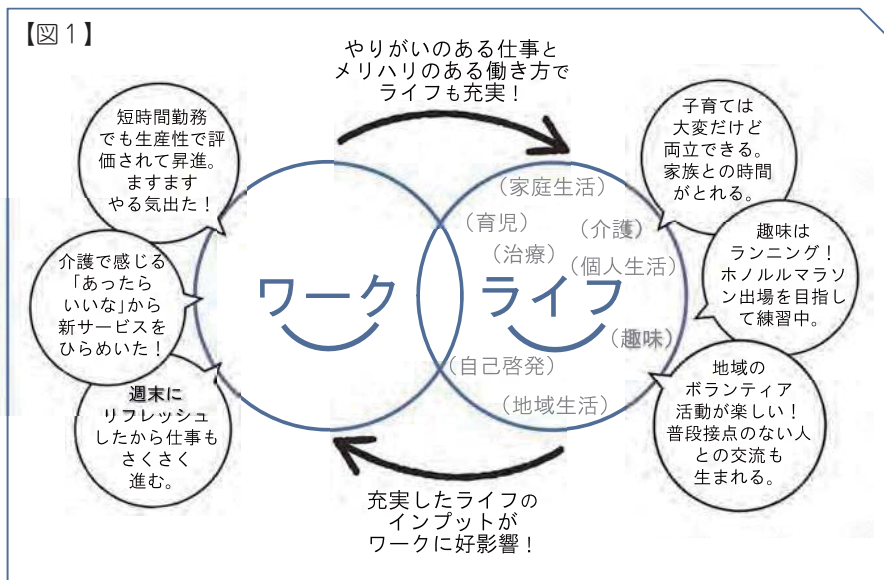
2 ワーク・ライフ・バランスとは

県では、ワーク・ライフ・バランスを、「誰もがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たす一方で、子育て・介護の時間や、家庭、地域、自己啓発等にかかる個人の時間を持ち、健康で豊かな生活ができるよう、仕事と生活の双方の調和を実現すること」と定義しています。これをもう少し具体的なイメージに置き換えたものが図1です。

なお、「仕事」と「調和」すべき「生活」は、育児・介護をはじめとする「家庭生活」に限りません。

法整備や職場の努力の結果、特に「仕事と子育ての両立」のための環境は整いつつありますが、それが「子育て社員だけの一律・過剰な配慮」になってしまうと、現場の不公平感やモチベーションダウンを招きます。図にあるように、「ライフ」とは、趣味、休養、自己啓発、地域活動や治療などを含む、「個人としてやるべきこと、やりたいこと」であり、ワーク・ライフ・バランスの推進は「特別な事情への配慮」ではなく、「みんなにとっ

【図1】



て働きやすい職場づくりの取組」だという意識が重要です。

3 なぜ必要なのか？

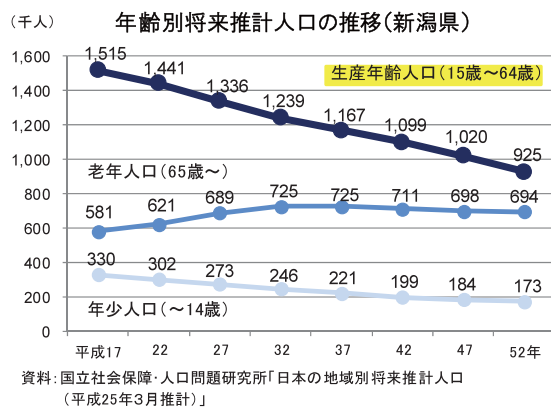
働きやすい職場づくりの取組が、従業員にとって望ましいものであるのは明らかですが、経営戦略的な観点からも注目されているというのはどういうことでしょうか。ここでは、ワーク・ライフ・バランス推進に取り組むことが、なぜ事業運営にプラスになるのか、ポイントを絞って紹介します。

(1) 人材の確保・定着のために

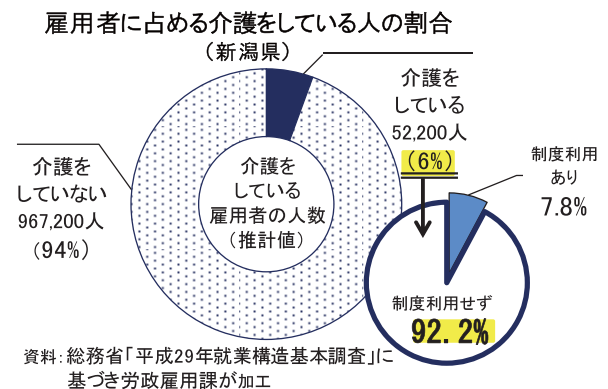
少子高齢化の進行により、今後ますます職場での人材不足が顕著になることが予想されます（図2）。加えて、団塊世代の70代移行に伴う要介護者の急増と、その子ども世代の介護負担増が危惧されるところであり、介護中の雇用者の大部分が会社の制度を利用していない現状を踏まえると、職場の主力層が突然介護離職するリスクも無視できません（図3）。

ワーク・ライフ・バランスの推進は、この問題に対応するための重要な手段になります。働きやすい職場には人が集まり、働き続けてくれるからです。逆に、恒常的な長時間労働や休暇の取りにくさなどを漫然と放置すれば、従業員の士気・生産性の低下や、就活生に対する悪印象にもつながりかねません。

【図2】



【図3】

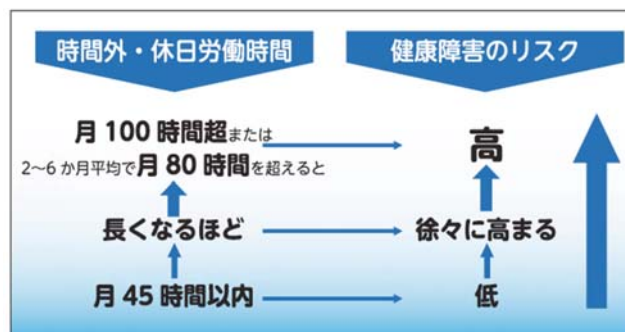


(2) リスクマネジメントの強化のために

長時間労働は働く人の心身の不調を招くことが医学的に裏付けられています（図4）。過重な労働は、「過労死」という最悪の結果につながりかねません。

また、多くの人々が、働き手あるいは消費者としてこの問題に敏感になっており、「ブラック企業」と認識されることは、会社のイメージ低下を招きます。

【図4】時間外・休日労働時間と健康障害リスクの関係

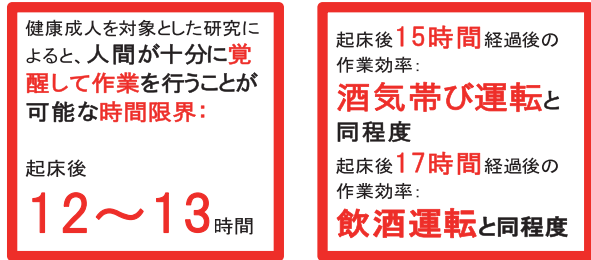


資料：厚生労働省パンフレット「STOP！過労死」(H29)

(3) 生産性の向上のために

様々なモノ・サービスの中から選ばれる企業であるためには、ニーズをとらえ、差別化し、満足感を引き出すことが重要であり、これは時間をかけたただけ成果が上がるというものではありません。加えて、そもそも人間の脳は、それほど長時間覚醒状態を維持できないというデータもあり、一定水準を超えると、むしろ時間をかければかけるほど、生産性は低下することになってしまいます（図5）。

選ばれるモノ・サービスを提供し、顧客の満足度を向上させるためにも、ワーク・ライフ・バランスの推進が重要なのです。



【図5】資料：厚生労働省「健康づくりのための睡眠指針2014」(H26.3)

4 取組事例

では、働きやすい職場づくりのために、どのような取組が有効なのでしょう。職場の数だけあると言われる取組の一例を、図6にまとめました。

【図6】

目的 アプローチ	長時間労働の見直し	休暇・休業取得促進	柔軟な働き方の実現	生産性の向上	意欲・能力の向上
制度運用	- 勤怠管理のシステム化 - 勤務間インターバル - 年次有給休暇計画的付与制度の活用 - 取組への賞与還元 - シフト見直し	- 年次有給休暇時間取得の導入 - 特別休暇の拡充	- 時差出勤 - フレックスタイム - テレワーク - 勤務形態（フルタイム/パート、地域限定等）の相互転換 - 離職後再雇用	- ジョブローテーション - 部署間応援システムの構築 - 人事評価項目の見直し（生産性考慮）	- メンター制度 - 定期面談の実施
意識改革 スキル向上	- トップメッセージ（「〇〇宣言」など） - ノー残業デー - 巡視・声掛け - マネジメント研修	- 制度解説リーフレットの作成・周知 - 記念日取得の奨励 - WLB推進研修の実施（管理職・従業員）	- 特別休暇の拡充 - スケジュール共有	- スキルマップの作製・分析 - 資格取得支援 - 健康サポート	表彰の活用
仕事の進め方 組織の在り方	- 残業申請の厳格化 - 営業時間の明確化 - 定時放送の活用 - 業務量見える化→業務量平準化 - ルーティン業務のシステム化	制度利用時収入シミュレーションの提示	- 基本業務のマニュアル化 - 複数担当制（ペア担当体制）の構築	- 会議ルールの設定・共有 - 定型報告様式の統一・共有 - レイアウト変更 - 集中タイム(ルーム) - 相談タイム	

残念ながら、これをやれば必ず効果があるといった「唯一の正解」はありません。職場の現状を把握し、課題や目指すべき方向性を明確にした上で、影響や優先順位を考慮して取り組む必要があり、他社の成功事例を形だけ真似ても効果が出るとは限らないのです。

一方で、他社事例を調べ、背景や成功要因などを研究することは、取組の選択肢を増やし、自社に合った手法を検討するために非常に有効です。ここでは、一例として、2つの事例を紹介します。（図7）

【図7】

事例1 社会福祉法人あいの土山福祉会 (特別養護老人ホーム運営/滋賀県甲賀市/100人未満)	事例2 株式会社欧州ぶどう栽培研究所 (飲食・宿泊サービス/新潟県新潟市/100~200人規模)
背景・課題 - 長時間労働に対する職員・家族からの苦情 - 腰痛が原因の離職 - メンタル不調の増加	背景・課題 - 飲食部門の長時間労働の常態化、若手スタッフの離職 「良いものは時間がかかって当たり前」という職場風土 - 繁閑対応のための仕込み作業の過剰な前倒し
取組内容 ✳ トリプルゼロ方針の打ち出し（残業・腰痛・メンタル不調ゼロ） ✓ マイナス10分運動（同シフト者の一斉出勤・一斉退勤） ✓ 朝礼の簡略化、全職員一斉会議の廃止 ✓ 会議ルール徹底（議題は事前提示、議事録はその場作成） ✓ 伝達ツール一本化（無料グループウェア） ✓ サポート機器（各種リフト、自動式エアマット等）の設置 ✓ 全職員に腰痛ベルトを配布、定期的な腰痛チェック ✓ 個人面談の定例実施、ハラスメント防止ブックの作成・配布 ✳ 全セクションの業務に対応可能な余剰スタッフを配置 ✳ 勤務間インターバル（12時間）の導入 ✳ 専門技能不要の業務を仕分け→障害者等とワークシェア	取組内容 ✳ わかりやすく、「自分ごと」化できる新指標の導入 ✓ 時間あたり生産性を考慮した新指標で現状把握 ✓ 目標指標・実績管理指標として社内共有 ✳ 委員会の設置（「労務管理」「業務改善」「衛生管理」） ✓ 各店舗選出メンバー経由で取組の目的を現場へ浸透 ✓ 現場と本部の知恵を持ち寄り改善策を検討 ✓ 具体化した改善策を現場へフィードバック ✳ 給与制度の見直し ✓ 定額残業を縮小、基本給・賞与へ振替 ✓ モチベーションの維持と効率的な働き方重視の方針を発信
効果 💡 離職率の低下、障害者雇用率の確保 💡 残業時間の大幅減	効果 💡 定額残業分をオーバーする社員の激減 💡 新入社員の早期離職抑制

資料：厚生労働省「働き方・休み方改善ポータルサイト」掲載事例

資料：新潟県「WLB基本の「き」」掲載事例

5 県や国の支援事業

4に掲載した取組の一部は、ある程度の手間や知識、場合によっては費用が必要になるものも含まれています。この負担をサポートするため、県や国では様々な支援事業を実施していますので、結びにそれらを紹介します。（すべて利用無料）

(1) どこから着手していいのかわからない

- セミナー、リーダー養成講座、社内研修講師派遣、コーディネーター派遣（新潟県労政雇用課）

(2) せっかく取り組むなら対外的にPRしたい

- 「わくわくワークにいがたキャンペーン」特設サイトでPR
- 新潟県の企業登録制度を活用（ハッピー・パートナー企業、イクメン応援宣言企業、子育て応援企業など）
- 国の企業認定制度を活用（くるみん、えるぼし、ユースエールなど）

(3) 取組コストが悩ましい

- 両立支援等助成金（新潟労働局雇用環境・均等室）
- 男性の育児休業取得促進助成金（新潟県労政雇用課）
- 子育て有給休暇制度創設奨励金（新潟県少子化対策課）

(4) 労務管理の課題について個別に相談したい

- 働き方改革推進支援センター（新潟労働局雇用環境・均等室）

これらのサポート事業は、年度によって新設や廃止、内容変更がありますので、各機関のホームページ等で最新情報を確認してください。

まず一歩踏み出すこと、そして取り組んだ結果を検証し、改善を加えながら継続していくことが重要です。先進企業の知恵や関係機関のサポートを上手に活用しながら、働きやすく、働きがいのある職場の実現に向け、新潟県全体で一歩ずつ進んでいきましょう。

高齢者施設における感染防止対策研修会

今回の研修は講師に感染管理認定看護師である長岡赤十字病院の塩入久美子氏と三条総合病院の小柳浩子氏をお招きし開催されました。

近年では季節を問わず感染症が発生することもあり、看護職や介護職といった職種から多くの受講があり、非常に関心の高い研修であることが伺えました。

講義ではインフルエンザやノロウイルスなどの感染症別の特徴や予防対策の方法、高齢者施設での注意点の説明がありました。またグループワークでは各施設での感染症に対する取り組みや課題などの情報交換が行なわれました。

午後からは水分にトロミをつけたものを吐物として、実際にマスクや手袋、エプロンといった防護具の着脱から吐物を処理する方法の演習がグループごとに行なわれ、積極的に質問があがっていました。

講師からは、感染症を施設に持ち込まないための予防対策と利用者の状態の変化に気付ける日々のかかわりが重要であるとお話がありました。

日 時：平成30年7月20日(金)
会 場：アトリウム長岡
参加施設：29施設
参加人数：57名

小柳氏

塩入氏



～参加者の声～

- ・とても具体的な内容で良かったです。少しでも、ひとつずつ前に進めるように努力していきます。
- ・老健施設で働いていて非常に役に立つ研修会でした。グループワークでは他施設との意見や情報交換ができ勉強になりました。
- ・講義や演習で学んだことを、突然の嘔吐にも慌てずに処理が行なえるよう振り返りを行ない、施設の職員にも伝達していきます。また施設内のマニュアルも見直していきます。

ひやり・はっと事故防止対応研修会

ひやり・はっと事故防止対応研修会として、前年度に続き、文京学院大学 保健医療技術学部 作業療法学科 教授 大橋幸子氏をお招きして、午前は講義、午後はグループワークを中心に行いました。

講義では、「平成29年度 新潟県介護老人保健施設協会の事故及びトラブルに関するアンケートの分析結果」を基に、施設内における報告制度や、身体拘束廃止の取り組みが効果的に行われた具体例の紹介などがありました。

また、グループワークでは事例をもとにSHELL分析を行い、原因と対策について話し合いました。他にも職員教育の方法として、ロールプレイ・トレーニングと危険予知トレーニングの紹介がありました。今後の事故防止に役立つ有意義な研修会となりました。

日 時：平成30年8月28日(火)
会 場：アオーレ長岡
参加施設：28施設
参加人数：44名



～参加者の声～

- ・研修会に参加して、ひやり・はっと報告書の重要性をあらためて実感した。
- ・自分の施設でも検討を重ねているひやり・はっと報告書と事故報告書の区分の基準について、参考になる話が聞けてよかった。
- ・リスクの要因分析と対策立案はとても勉強になった。色々な角度からの分析をして、今後の事故防止に役立てたい。

持ち上げない介護マネジメント研修会

一般社団法人 ナチュラルハートフルケアネットワーク 代表理事の下元佳子氏をお招きし、持ち上げない介護マネジメント研修会が行われました。

日 時：平成30年9月11日(火)・12日(水)
会 場：アオーレ長岡
参加施設：8施設
参加人数：28名



参加施設ごとに今の自分たちの施設が

ノーリフティングケアに対してどのような現状であるかについて発表していき、今後どういう風に変えていきたいか具体的に計画を立て、現場に持ち帰り目的の共有、職員の意識改革等を進めていき再度行われる研修会にてどこまで進んだか報告するという、より実践的な研修会となりました。

実技の時間では、いつも行っている介助方法とは異なるやり方で驚く参加者もいたり皆さん熱心に何度も繰り返し行いながら学んでいました。



～参加者の声～

- ・講義や演習を行うことでノーリフトの重要性を理解できた。特に実際に介助を受けることで、安楽な姿勢や臥床時のストレスを感じることができた。
- ・上手く福祉用具を使うことが職員・利用者ともにメリットがあることを実感できた。自分たちメンバーだけでなく周囲を巻き込んで実践していきたい。
- ・マネジメントについては学ぶのは初めてであったので、とても勉強になりました。ノーリフトについてどのように伝えるか学んでいたのが、今回学んだ事を活かしていきたいと思います。
- ・当初は介護方法だけだろうと思っていたが、施設全体で問題に取り組む、大きなものになるとは思っていなかった。自分もそうだったが、まずは意識の変化、考え方が変わるきっかけになって良かったです。

介護報酬改定の内容と 在宅復帰支援に関する研修会

今回の研修会では、講演と事例発表がありました。最初に老健「せんだんの丘」施設長の土井勝幸氏から2018年度の介護報酬改定のポイントを制度改正の背景から説き起こし、普段疑問に思っていた改定部分について詳細、具体的な説明がなされ、特に通常聞けない応用編については、ご自身が施設長を務める「せんだんの丘」の実例を踏まえた実践的な講演を聴講できました。

日 時：平成30年10月29日(月)
会 場：新潟ユニゾンプラザ
参加施設：64施設
参加人数：145名

その後、超強化型老人保健施設「千歳園」、「緑樹苑」から在宅復帰への現場での取り組みについて、事例発表があり、先進的な話を伺うことができました。

最後の質疑では、運営・経営に関する具体的な質疑が多く出され、参加された各老健施設が今後に向かって積極的に取り組んでいる姿がうかがえる意義ある研修会となりました。

【講演】

「介護報酬改定の内容と在宅復帰支援について」

～当事業所での取り組みも踏まえて～

介護老人保健施設 せんだんの丘 施設長 土井 勝幸氏



土井 勝幸氏

【事例発表】

- ① 在宅復帰 千歳園の取り組み 千歳園 介護支援専門員 鈴木 郁子氏
- ② 緑樹苑における在宅支援の取り組み、現場の変化
緑樹苑 介護支援専門員 河内 雅之氏
介護福祉士 小川 真司氏
理学療法士 渡辺 有友子氏

①



②



～参加者の声～

- ・土井先生の講演は施設のあり方、考え方を再考するきっかけとなりました。わかりやすい説明と聴く側をガイガイと引き付ける内容でした。ありがとうございました。
- ・講義は非常にわかりやすく、次回も参加したいと思いました。また、県内でも超強化型として頑張っている施設の話を知ることができ、とても参考になりました。
- ・モヤモヤしていた疑問や老健の役割など土井先生の話や各施設の取り組みを聞けて刺激になりました。在宅復帰は困難と頭から決めつけていたこともあり、実際に研修に参加して参考になりました。

排泄ケア研修会

「高齢者施設における排便コントロールとQOLを高める排泄ケアを学ぶ」をテーマに、午前は太陽化学株式会社メディケアグループ石原則幸氏より「自然な排便サポートを目指して」、午後は昨年続き生活介護研究所テクニカルアドバイザー高橋衣吹氏より「自立支援に向けたオムツの選択と気持ちいい排泄ケアを目指して」について講義・演習が行われました。

日 時：平成30年12月18日(火)
会 場：新潟ユニゾンプラザ
参加施設：34施設
参加人数：66名

午前の部：「自然な排便サポートを目指して」

～高発酵性水溶性食物繊維を用いた排便ケア～

講師：太陽化学株式会社メディケア事業西日本チーム 石原 則幸 氏



多くの介護現場では、便秘対策として下剤が多用されています。便の形性や色よりも、とにかく出すことに気を使っています。下剤が大腸に与えるリスクや、それに伴う皮膚トラブルにも悩んでいる点です。そこで便秘に有効な食物繊維で便秘を改善する方法、しかも水溶性食物繊維、高発酵性水溶性食物繊維を1日数回摂取したことで、オムツ・下剤がゼロになったということです。腸内環境が改善し様々なメリットがあるという内容でした。下剤だけに頼らず腸内環境を整えることで高齢者の方々の自立支援にも繋がっていくことを学びました。

午後の部：「自立支援に向けたオムツの選択と気持ちいい排泄ケアを目指して」

講師：生活介護研究所テクニカルアドバイザー 高橋 衣吹 氏



正常な排泄とは何か？加齢に伴う失禁の男女差とはどういうことか？を現場での豊富な経験をもとに実践での活かし方を、時にユーモアを交えて教えてくださいました。演習では紙オムツや尿取りパットの選定方法や布パンツの有効性について、具体例を挙げて研修が進められました。受講者からの質疑応答や日々の悩みにこたえる中で、「時間誘導ではなくアセスメントや利用者を見て排泄サインを探り適切な誘導をすることで尿意・便意を知り、かつ維持できる」と話されていた言葉が印象深かったです。受講者の方々にとっても、毎日の仕事を振り返る良い機会になったと思いました。



～参加者の声～

- ・排泄ケアは、食事・運動全て日常生活に繋がっている。
- ・漏れの少なくなるオムツの当て方が分かって良かった。
- ・下剤のリスクを知ることができて良かった。
- ・生活していく上で、オムツを当てていることが不快に思う方もいるから参考になった。
- ・下剤にだけ頼らず、排便コントロールやアセスメントの必要性も知ることができた。

な じ ら ね は か せ 成事良寧博士の人づきあい心理学

今年度の市民公開セミナーも新潟県介護老人保健施設大会と同日の平成30年11月9日(金)に新潟ユニゾンプラザにおいて、講師に澤 秀一郎 氏をお招きして開催されました。

〈澤 秀一郎 氏 プロフィール〉

長岡市生まれ。新潟大学歯学部卒業。

昭和53年歯学博士。翌54年6月長岡市にて(医)沢矯正歯科医院開業。専門は歯並びの矯正歯科治療。新潟大学非常勤講師。長岡歯科医師会会長を務める。

日本矯正歯科学会、専門医、認定医、指導医

県知事表彰。厚生労働大臣表彰。

長岡掃除に学ぶ会 世話人。長岡の歴史を伝える会 代表。



澤氏のお話は、ご専門である歯の話から始まりました。口腔ケアはとても重要で、肺炎を防ぐためにも歯磨きが有効であること、災害時にも歯磨きを行うことで健康を維持できるとおっしゃっていました。そこから、鼻呼吸の重要性や寝たきりになっても筋肉を鍛えていくこと、口周りや喉の筋肉を鍛えて歯を維持することで食事をおいしく食べられるようにとのお話をいただきました。

また、笑顔でいることの大切さを学ばせていただきました。威張ったり怒鳴ったりする人生よりも笑顔で感謝を伝える人生の方が遥かに自分にとっても周りにとってもよい人生を過ごせることを強調されていました。厳しいことを言う時こそ笑顔で接すること、褒めることは大事だがその後の態度や目線で真意に気づかれてしまうことをわかりやすくお話していただきました。「そうすることでできた、家族、友人、同級生などのつながりを大切にしていきましょう」とおっしゃっていました。

体験談からのお話が多かったので具体的な内容を聞くことができとても考えさせられました。澤氏のお話と、話に合わせた動きもあって、笑いあいの楽しいセミナーでした。



～参加者の声～

- ・先生の語り口が軽快で聞きやすかったです。心が豊かであることが、豊かな人生につながるのだと思いました。
- ・体験談や身近な人の話を交えつつ、とても楽しいセミナーだったと思います。何事にも笑顔でいられる人生が良いなと思いました。
- ・「笑顔」と「褒める」ことの大切さを理解できました。なるべく意識的に褒めることを心掛けて、業務にあたりたいと思いました。

平成30年度 新潟県介護老人保健施設大会

平成30年11月9日（金）新潟ユニゾンプラザにおいて「新潟県介護老人保健施設大会」が71施設から323名のご参加をいただき開催されました。

5会場（口演3会場・ポスター2会場）にて口演発表50題、ポスター発表16題が行われました。日々研鑽を積み、研究を重ねた発表ばかりで、発表者・聴講者の熱気で溢れていました。

開会式



新潟県福祉保健部
副部長 藤田 伸一 様



新潟県医師会
副会長 小池 哲雄 様



新潟県老人福祉施設協議会
副会長 笠巻 淳以智 様

永年勤続表彰

当協会では、現在勤務している職員で15年以上の方を対象として表彰を行っております。今年度、会員施設より推薦された人数は、38施設 275名となっております。全推薦者の中から代表して、「アビラ大形」の中村久美子事務長に、馬場会長より表彰状と記念品を授与いたしました。



大会の様子



～参加者の声～

- ・日々時間のない中で、長期間に渡りテーマを決めて取り組まれていて、どの発表もとても良い内容でした。
- ・老健で働く中で、困っている内容はどの施設でも共通なのだと実感しました。参考になるアイディア、取り入れたいもの等が多くありました。
- ・个性的で工夫されていて、興味の沸く発表が多くありました。

～学術奨励賞演題～

演 題	施設名	発表者
大丈夫!! 居場所がないなら作ろうよ	さくら苑	古 俣 真 優
排泄介助における質の向上への取り組み	てらどまり	野 口 正 寛
身体拘束ゼロへむけて	にいがた園	金 子 聡 子
排泄ケアから在宅生活を支える	マチュアハウス中条	三 國 夏 海
絆	有 楽 園	桃 井 幸 枝

(施設五十音順・敬称略)



学術奨励賞を受賞された皆様です

学術奨励賞の選考基準と各会場の座長の評価に基づき、学術研修委員会担当理事が選考して学術奨励賞を決定いたしました。

口演発表は各会場1題ずつ、ポスター発表は2会場で1題、参加者最多投票1題の計5題が選ばれ、受賞者は平成31年度通常総会で表彰されます。

～受賞者の声～

受賞者を代表して「さくら苑」古俣 真優 様に受賞した感想等をインタビューさせていただきました。

Q 受賞した感想

A 会場の皆様に見て、聞いて投票して選んでいただけたことが、本当に嬉しく光栄です。

Q 受賞を誰に伝えたい？

A 研究を一緒に行った班員、協力やアドバイスを、工夫してくれた職員や上司、利用者様です。

Q 研究発表においてアピールしたい点

A 普段の生活内で気の合う利用者様を小グループにして趣味活動を共有したところ。

Q 苦勞した点

A 対象の利用者様が興味を持っていたけるものを考えたり、職員に周知していくことが大変でした。

～あなたの笑顔が見たいから～

みずき苑

介護福祉士 杉田 浩子

当苑では、～あなたの笑顔が見たいから～をモットーにしており、日々、ご利用者に関わらせて頂いております。初めての施設入所で、緊張している方が笑顔を見せてくれたり、いつも無表情な方が行事に参加して笑顔を見せてくれたりした時は、とても嬉しく、この仕事でのやりがいの一つになっています。

毎年、敬老の日に施設内の各フロアで長寿番付を発表させて頂いていますが、今年は私の勤務するフロアでの男女の横綱がご夫婦という、当苑では初めての事がありました。ある時、旦那様が家に電話をしたいと言われ、理由を聞くと「番付表を写真に撮りたいからカメラを持ってきて欲しいんだ。」と言われました。普段は物静かで、あまり自分の感情を表に出さない方で、番付表を貼り出した時も恥ずかしそうにしていたのですが、写真に撮りたいと言われた時、喜んでもらえているのだと思い、大変嬉しく思いました。その日、番付表の前でご夫婦並んで記念写真を撮りました。二人共、とても素敵な笑顔でした。



他にも毎年恒例のお祭りがありますが、職員が法被や浴衣を着て会場を盛り上げます。手作りの鳥居をくぐってもらい、職員が作る顔より大きな綿あめを貰うと、皆様とても喜ばれていました。「綿あめなんて何年ぶり、いや何十年ぶりだ。」と言って、笑って食べている方もいました。祭りの最後は、全員で盆踊り大会です。参加されたご家族の方にも踊ってもらい、大変盛り上がりました。これからも沢山の笑顔が見られるよう、スタッフ一同笑顔で皆様の支えになれるよう頑張ります。

みんなで楽しくクラブ活動

みそのぴあ

看護介護科長 豊岡 節子
支援相談員 岩崎 嘉史

当施設では、ご利用者に楽しみをもって頂くため多数のクラブがあります。

- ・すこやかクラブ 小集団で歌を歌ったり、ミニゲームを実施したりします。個別訓練では見られない活発な姿を引き出す事を目的に開催しています。
- ・手芸クラブ 手先の細かいシール貼り等の作業をお手伝いしてもらいながら、季節に合った作品を作成し、完成した物を展示しています。
- ・お茶クラブ 季節に合ったお菓子や抹茶を楽しみながら、昔話に花を咲かせます。
- ・民謡クラブ 発足して15年。ホール全体に民謡を流し、全員で元気いっぱい踊っています。
- ・調理クラブ 調理段階から参加してもらっています。季節の調理を作り美味しく食べています。

このようなクラブに看護師や介護士、リハビリスタッフが参加し、季節が感じられるように、楽しみが持てるように工夫をしています。これからもご利用者やご家族が楽しく充実した生活が送れるようスタッフ一同頑張っていきます。



ご利用者・ご家族と共に ～在宅復帰応援します～

女池南風苑
支援相談員 荒木 祐資

平成30年介護保険法改定により介護老人保健施設の在り方がより明確化されました。以前より当苑は在宅復帰に力を入れていましたが9月より在宅強化型施設として舵を切ることとなりました。

在宅介護に対する不安を少しでも払拭できるようにご家族との関わりを大事にし、希望に沿った在宅復帰を目指しています。

在宅復帰場所を実際に訪問しリハビリ計画や今後の方針などをご家族と確認していきます。その後、面会時などでリハビリ等の様子を実際に見ていただき、ご家族と一緒に経過を追っていき、その都度ご家族の不安等を生活に還元し改善に活かす取り組みにつなげています。

また、3ヶ月毎に各担当者ご家族を招き会議を実施しています。リハビリの成果や日々のケアの報告、今後の展望などを話し合います。そういった過程を積み重ね、ご家族と共に考え、良かったと思ってもらえる在宅復帰に努めています。

他にも週に一度音楽療法として懐かしい歌を歌う機会を企画しています。ご家族にも参加していただいております。普段言葉数が少ない方が大きな声で歌う姿に驚かれ喜ばれています。苑最大の行事として夏祭り、忘年会とご家族との交流が深まるイベントを設け毎年100人以上のご家族を招き盛況に行っています。

日々の取り組み以外でもご家族との交流の中で些細なことにも気付けるような関係づくりを心掛け、これからもご利用者・ご家族を応援していきたいと思っております。



めぐみ園でのカモねぎまつり 「やっぱ、冬はカモ鍋らねー」

めぐみ園
介護福祉士 武田 守美江

当施設では、潟東地域の名物である「野鴨」を使って毎年12月中旬頃に「鍋会」を行っています。潟東地区では12月の第1日曜に「カモねぎ祭り」が開催され賑わっています。園内でも利用者様より「カモねぎ食いていのー」との一言で17年前より、リハビリの一環として取り入れ、今では冬の恒例行事となりました。11月頃になると「いつするんだね？」と皆さんとても楽しみにされ、当日は男性も女性も「何しよう？」と目をキラキラさせ積極的に調理されます。

調理は皆さん全員が参加できるように工夫し危険が無いように行っています。女性の利用者様は主婦経験も長く調理のコツや味付け、野菜の切り方など良く知っておられるので、職員の私達も、教わる事が多いです。「鴨肉と野菜は炒めてから煮るとコクがでて美味しいよ」と教わりました。味付けが一番大変で、皆で味見をしながら美味しい鍋を作り上げています。最後の味見は男性で「酒が足りねー」と皆さんを笑わせてくれます。又、鴨肉が食べられない方のために、酒粕汁やのっぺい汁、きのこ汁など利用者様の意見を聞きながら、もうひと鍋調理しています。

調理を通じて地域の祭りを活かしたりリハビリができる事はとても良い事と考え、利用者様の意欲と身体能力の維持向上を目指し、今後も取り組んで行きたいと考えています。



安全に楽しめる 食事提供を目指して

悠遊苑

管理栄養士 安澤 健太郎



私たち悠遊苑は、長岡市を一望できる高台に位置し、悠遊健康村病院に併設した介護老人保健施設となっております。在宅復帰に力を入れており、利用者一人一人の満足や楽しみを日々考え業務に取り組んでいます。

栄養科では「安全でおいしく満足して頂ける食事の提供」を目標としており、安全面では数年前からムース食に力を入れ、より安全に食べて頂ける取り組みを行なっています。ムース食はミキサーにかけた食事にゲル化剤を混ぜ、再形成した形態で、すくい易い、こぼれにくい、食塊形成しやすい等の特色があり、

摂食しやすく、飲み込みやすいメリットがあります。ムース食を始める前と比べ、むせ・誤嚥が少なくなり以前より安全に食事の提供を行えているように感じます。

楽しみのある食事の提供として、季節に合わせた行事食やレクリエーション食などを実施しています。日々の食事は栄養補給の他に喜びや楽しみ、季節を感じて頂くことも大きな目的であると思います。又、食事の楽しみを増やすことは、生活のハリや意欲の向上にも貢献すると思います。行事食やレクリエーション食を実施することで、話題づくりやコミュニケーションが増え、喫食量のアップや意欲の向上にも一役買っているようです。

今後も、利用者一人一人の意向や楽しみを考え、安全で楽しめる食事の提供に栄養科一丸となって取り組んで行きたいと思っています。



有楽園の一大イベント 『夏祭り』

有楽園

介護長 鷲尾 歴代



当施設は、平成8年3月に開所し、「優しい心を 笑顔と手先に込めて 安心と喜びを」を合言葉に利用者様の生活を支援しています。施設での生活となった利用者様に季節を感じていただいたり、喜びや楽しみを感じていただくために、年間を通して様々な行事を行っています。

その中でも施設を挙げて開催している行事は夏祭りです。色々な委員会がありますが、夏祭り委員会を立ち上げ、一年掛けて計画を練り実施しています。介護・看護職員のみならず、祭りの当日は学生ボランティアを募り、リ

ハビリ・栄養士・事務職員・支援相談員・ケアマネジャーも総出で盛り上げます。利用者様の参加だけでなく、御家族様にも参加していただいております。

午前中はわたあめやゲームなどの出店を準備します。何度も出店を回って楽しまれ、笑い声が響き渡ります。午後はボランティアの方による太鼓の演奏会を行います。太鼓の音が心に響き、涙される利用者様も多くいらっしゃいます。

夏祭りのお昼ご飯は夏を感じていただく特別メニュー。お腹も心も満たされる夏の日です。



お腹いっぱい 胸いっぱい 食欲の秋

陽光園
介護福祉士 宮尾 明日香
介護福祉士 金内 奈菜子

当施設は新潟市の鳥屋野潟東側に位置し、東新潟病院の併設施設として平成2年にオープンしました。近年、この周辺ではビッグスワンを始めとする総合スポーツ施設や大型商業施設が建ち並び、地域環境が大きく変化してきています。

さて、当施設では年に数回外出レクを実施していますが、お花見や自然科学館の見学など「見て楽しむ」ことを重視する計画に基づき行っています。



今回は初の試みとして外食レクを計画し、9月末に近隣の和風ファミレスに行ってきました。施設では普段食べられないようなお寿司や天井、デザートなどお好きなものを召し上がっていただきました。皆さんとても喜ばれ、会話も弾んで利用者様同士の交流にも繋がり、職員にとっても新しい発見の場となりました。

今後ご利用者様が楽しんでいただけるよう取り組んでいきたいと思ひます。

運動会でハッスル！

楽山苑
介護福祉士 大谷 直樹



楽山苑は長岡市の西部（旧三島町）に位置し、自然豊かな環境にあります。澄んだ空気と美味しい水に恵まれ、春は鳥の声が鳴り響きます。

当苑では毎月季節に合わせて行事を行っていますが、今年の11月には運動会を行いました。玉送り競争や玉入れ競技、11月生まれの方のお誕生会を行いました。皆さんとてもハッスルされ、応援にも熱が入りました。

当苑にて行われるどの行事でも言えることですが、ご家族様と一緒に行事に参加されることにより、ご利用者様は普段よりも素晴らしい表情をされます。今回の運動会でも、普段の生活ではみられないような素敵な笑顔をたくさんみせてくださいました。

これからも楽しい行事を企画し、ご利用者様・ご家族様に笑顔で過ごせる時間を提供していきたいと思ひます。

みずき苑

男性ご利用者様の作品です。画用紙を細かく切って小さく巻いたものを木の板に一つずつ貼り付けて



絵にします。三ヶ月程かかりましたが、たくさんの色を使ったのでとても綺麗な作品になりました。



みそのぴあ

玉貼り絵「鶴」

入所者対象の作業療法活動にて、花紙を使った玉貼り絵を制作しました。丸める～貼る工程まで時間をかけ、施設の文化祭へ出展しました。目を引く作品となり、制作者一同達成感と満足感を得る事が出来ました。



女池南風苑

「作品展」

当苑では年に一度作品展を開催しており毎年、季節に合わせた作品作りや趣味の作品、利用者様の共同作品など職員も一緒になって様々な作品を作成しています。ご覧いただいた家族や利用者様同士も「上手だね」「きれいだね」などの声が聞かれ、笑顔の多い交流が見られています。



めぐみ園

もみじ谷

毛糸を丸めて貼り絵を作成しました。毛糸は丸めにくく、皆さん苦勞していた様子でした。一生懸命たくさんの毛糸を丸めてくれました。丸めた毛糸を下絵に貼るのも難しい作業でした。利用者様の頑張りのおかげで色彩豊かな表現ができました。



悠遊苑

通所りハビリ利用者様が制作したひょうたん工芸です。土を耕し、種をまく事から始め、栽培・収穫・乾燥・色付けと半年もの長い月日を経て完成！長さ10cm程のかわいらしいひょうたんが、見る人を笑顔にしています。



有楽園

10月は併設病院と合同で文化祭を開催しています。地域の皆様にも見て頂ける機会とあって利用者の皆様の手にも力が入り力作となりました。完成時には「良く出来たね～」と大満足の拍手です。



陽光園

当施設では毎年秋に作品展を開催しており、利用者様はじめ、ご家族様や職員が作った作品を展示しています。作品展が近づくと、利用者様はより熱心に作品製作に取り組み、毎年熱のこもった作品が展示されています。



楽山苑

入所者の皆様で花の壁飾りを作成しました。折り紙を細く切る準備に始まり、輪っかで花びらを1つずつ作り、花にして繋げるまで男女問わず沢山の方にご協力頂きました。色とりどりの華やかな作品になりました。



編集後記

皆様のご協力により「老健にいがた」第45号を発刊することが出来ました。原稿依頼に際し、快くご協力をいただきました皆様に厚く御礼を申し上げます。

今回の特集ではワークライフバランスについて取り上げました。仕事と生活の調和を実現するためには働きやすい職場づくりが重要になってきますが、少しでも今後の参考になれば幸いです。

今後も皆様のお役に立てるような情報を発信していけるよう広報委員一同頑張りたいと思いますのでよろしくお願い致します。

(広報委員一同)

新潟県介護老人保健施設協会広報誌 「老健にいがた」第45号

編集・発行 新潟県介護老人保健施設協会
広報委員会

〒959-2805 新潟県胎内市下館字大開1522
介護老人保健施設やまぼうし内
TEL (0254) 47-3303
FAX (0254) 47-3370

URL <http://niigata-rouken.org/>

印刷 野崎印刷株式会社