

# ふじトピア



「藤相鉄道（軽便鉄道）藤枝大手駅舎跡」

画 谷澤靖策 様

大手駅は、かつて藤枝の町に集まる山間部の茶・みかん・椎茸・筍を全国に向けて出荷するために国鉄藤枝駅とを結ぶ主要な駅であった。

藤相鉄道の駅・駿河岡部－横内－八幡橋－水守－農学校前－大手－慶全寺前－藤枝本町（岡出山）  
－瀬戸川－志太－青木－新藤枝駅－高洲－大洲－上新田－大井川・・・



# ふじトピア施設内研修より

2019年度  
Part 2

2019年10月10日

## 認知症の人への理解

講師：みやはら内科クリニック 医師 宮原健夫氏



厚生労働省の推計によると2030年(令和12年)には約5人に1人が認知症となっているという予想がされています。

認知症の症状には記憶障害や失認・失行などの「中核症状」と嗜好の変化や妄想、自発性低下などの「周辺症状(BPSD)」があります。周辺症状の出現にはその方の生活歴や職歴などの個人因子、住居や介護者などの環境因子が関係していると言われています。

認知症の人は、本人はあまり失敗しないと思っている事があります。しかし、介助者が失敗にたくさん気づき、それを指摘してしまうことが易怒性や暴言などのBPSDの原因となってしまいます。BPSD治療の基本は、その背景になっている身体の不調や環境因子(騒音、介護者の不適切な態度)などをチェックする事が第一です。BPSD対応の原則は①笑顔でやさしい口調で会話する②本人の主張に耳を傾ける③説得しない指導を基本とする、などです。

また認知症の中には軽度認知障害(MCI)というものがあり、健常者と認知症の中間に位置するものであると考えられています。いわゆる認知症予備軍であり、MCIが認知症に移行する割合は5~15%/年、逆に健常に戻る割合が16~41%/年と非常に高く、幅が広いのが特徴です。このような認知症予備軍を、より早い段階からの確に発見して、早期介入を行う事が目的ともされています。



認知症の誤解で最も怖いのは「人格が崩壊する」「その人の心まで変わってしまう」といったものです。人は認知症になっても「家族や周りの人と仲良く暮らしたい」という思いは変わりません。

認知症は「不便」だけ「不幸」ではないのです。認知症の方の「不便」を家族や介護者が少しお手伝いすることでよりよい生活ができていくのだと思います。

2019年12月13日

## 苦情解決に向けて

講師：特養相談員 吉口昌広



「苦情」とは・・・被害を受けたり、不公平な扱いをされたり、迷惑を受けたりしたことに対する、不満・不快な気持ち。また、それを述べた言葉(大辞林)とされています。福祉サービスにおいては、苦情を「利用者の声」として捉え、サービスの質の向上に繋げる事が大切であり、また解決には、事業者の真摯な対応が求められます。

基本的な心構えとして、1. 苦情申出人に対し謙虚な態度で対応し、真摯な気持ちで話を聞く事。2. 苦情は申出人の評価を満足に変えるチャンスと捉え、信頼関係の再構築に努める。3. プライバシーや人権の尊重に努め、知り得た情報(個人情報等)の管理を徹底する。

苦情の解決には、組織全体で対応し事実確認をしっかりと行い、業務中の最優先課題として取り組む必要があります。



ふじトピアでは「苦情」となる前段階で解決が出来る取り組みとして、職員のさまざまな気づきを報告しあう「気づきのノート」を各事業所に設け、集計・分析し、迅速に対応しています。その「気づきのノート」や「相談受付表」からあげられた事柄を苦情対応委員会では対応への仕分け・検討を経て、第三者委員を交えた苦情解決委員会において苦情解決責任者である施設長より報告がされています。

厚生労働省より示されている指針に基づき、「苦情解決取扱要綱」を定め「苦情」に対して常に迅速かつ適切な解決に努めています。

外部から講師の先生をお招きしての研修や 施設職員による研修を定期的に行っています。福祉に携わる者としての知識や技術の向上、または社会人としての接遇などを学びます。

2019年11月19日

## 高齢者の健康管理 薬について

講師：いかるみ薬局 薬剤師 瀧村智行氏



薬は何を持って薬になるのでしょうか? 答えは、用法・用量をもって薬となります。

用法は、食前・食後または食間といった薬を飲むタイミング。用量は、まさしく薬の量の事です。

何錠・何包または何ml。薬の量については、数字的な物で示されていますが、用法については、各製薬メーカーで若干時間のずれがあり、定義はありません。一般論として、食前は、食事前の30分以内。食後は、食後30分以内。食間は、食事と食事の間、前の食事からおよそ2~3時間後が目安。食事中に服用するという意味ではありません。また、就寝前の場合は、寝るおおよそ30分~1時間前を考えれば良いでしょう。

薬は、小腸で吸収され、門脈を通り、肝臓に運ばれていきます。食後に服用した場合は、胃の中に残っている食べ物と一緒に小腸へと運ばれる為、効果は緩やかに出ます。反面、食前に服用した場合は、胃の中は空っぽの状態なので小腸までの到達が早く、効果も早く強く効きますが、副作用が強く出る可能性もあります。例えば、糖尿病の血糖値を下げる薬などは、服用のタイミングを誤ると意識消失等の症状に陥る事があり、その事で自動車事故につながったという報告もあります。また、起床時となっている薬でも、用法を誤って服用する事で、危険を伴うケースがあります。高齢者は、複数の薬を服用し



ている方が多く、特養を例にとると、利用者様の薬は相当数になります。すべての薬の用法・用量を守り、正しく服用して頂くために細心の注意が必要という事です。

万一、疑問や困った事がある場合には、医師や薬剤師に相談しましょう。自己判断で服用して起きた問題に関しては何の保障もありません。相談する事によって、正しく薬の効果が発揮されるばかりではなく、リスクも軽減されます。

「すべての物質は毒であり、毒でない物はない。用量が毒と薬を区別する。」

講師よりご紹介頂いた言葉です。

2020年1月20日

## 口腔ケア

講師：静岡県在宅歯科医療推進室

歯科衛生士 矢部高子氏 佐塚ひと美氏



数年前に、高齢者施設の職員に対して行ったアンケートでは、介護技術における困難な事柄の第1位が「食事・誤嚥予防」第8位が「口腔ケア」という結果でした。実は「口腔ケア」の質が上がる事で第1位である「食事・誤嚥予防」の負担が軽減されるのです。

口腔ケアとは、歯や歯ぐき・舌・頬の粘膜など「器質」を清掃し、保清(清潔に保つ)する事・・・誰もが知っている事です。これを「器質的口腔ケア」と言います。このほかに、口の中・周囲の筋肉をほぐし、動きを良く・力を強くしてその「機能」を維持・向上する「機能的口腔ケア」があり、この2つをセットで行う事がとても重要になってきます。

機能低下により舌の動きが悪くなると、唾液の分泌が減り舌苔が舌が真っ白になってしまい口臭の原因となります。また、障害(麻痺等)により口の開閉や咀嚼が困難になると、食べ物のカスが口腔内に残ってしまうなど、様々な問題が発生します。

そこで今回の研修では、口腔ケアグッズを使用しながら、舌苔の取り除き方や唾液の分泌を促す舌の運動やマッサージを体験してみました。「イー」「ウー」の発音やブクブクうがいでお口の体操をし、唇や頬の硬さをほぐします。口が緩むことで、食べ物のカスや歯垢の除去等のケアがスムーズに行えるようになります。良い姿勢(座位の保持が困難な場合は、ベッドの角度をかえたり、枕やタオルを使って安定した姿勢を保つ)で行う事もポイントの1つにあげられます。



ご利用者一人ひとり、身体の状態や口腔内の様子は違います。しっかりと観察し、その方にあったケアの仕方を職員全員で再度確認し合う事の大切さを学びました。



デイサービス

初詣



1年の健康を祈願してきました

デイサービス

豆まき



次から次へと鬼をめがけて玉を投げます

# ふじトピアから版

グループホーム

鬼は外



豆まきの後は、仲よく一緒に記念撮影

特養

お日待ち会



室内でも、雪合戦を楽しみました

グループホーム

新年



令和2年 穏やかな年明けでした

特養

節分



鬼は〜外！福は〜内！

## ボランティア紹介

### ふまねっと藤枝

ふまねっと運動は、50センチ四方のマス目でできた大きな網を床に敷き、この網を踏まないようにステップに合わせて手拍子や歌などを追加しながらゆっくり慎重に歩く運動です。この運動は、歩行機能や認知機能の改善が期待できます。私たちは、サロンや社協・地域包括支援センター・介護施設等からの依頼を受け活動しています。私たちサポーターもステップを間違える事があり、和気あいあいと楽しく活動しています。

(代表 種石晴江)



## 力作がそろいました

令和元年11月16日・17日、葉梨地区交流センターで開催された「ふれあいまつり」で、利用者様の作られた作品を沢山展示させて頂きました。コーナーの一角には、来場されたみなさんが自由にお持ち帰り頂ける作品もご用意し、大好評でした。



ご自由にお持ち帰り下さい



笑顔と元気で「おもてなし」を!

## ヘルパー通信

vol. 2

こんにちは。ふじトピア訪問介護事業所です。日常生活のお手伝いの一つとしてご利用者と一緒に「調理」を行っています。おいしい・簡単・スピーディーな「おもてなし料理」を心掛け、目でも楽しんで頂ける工夫をしています。また、旬の食材を使って季節を感じて頂けるような献立を、ご利用者と一緒を考えています。



大根もちとチーズせんべい



かぶと春巻き



彩りちらし寿司



# 心温かな ご支援ありがとうございます。

ご寄付 令和元年11月～令和2年2月

大手クラブ様  
藤岡睦会様  
他4名の皆様

## 😊😊 Smile Card 😊😊

毎日の業務の中で気づいた、仲間の素敵な笑顔ほめよう!という取り組みが始まりました。これは、同僚の良い所を見つける事で、自然に「人を褒める」を習慣とする事を目的としています。他の人は気づいていなくても、自分だけは見逃さなかった笑顔・・・人が敬遠する事を、さりげなくやってくれた感謝の気持ち・・・といったエピソードを添えて、メッセージカードをボードに貼ります。まだ始まったばかりですが、着々と笑顔のカードが増えていきます。



## きて!みて!ふじトピア

地域包括支援センター（安心すこやかセンター）では、毎月地域に出向く相談活動を行っています。相談だけでなく、どこかに出掛けたい方や誰かとふれあいたい方等、どなたでも気軽に来て自由な時間を過ごして頂ける「いこいの場」としてもご利用ください。くわしくは、地域包括支援センターふじトピアまでお問い合わせください。054-638-5259

（藤枝第2地区・西益津地区については案内チラシが町内会の回覧でまわります。）

### 2019年度

**藤枝第2地区** 9:00～12:00  
偶数月木曜日1回、藤枝地区交流センター  
奇数月木曜日1回、各地域の会館等  
**西益津地区** 9:00～12:00  
毎月第2・第4の水曜日 西益津地区交流センター  
（2020年度の日程については未定）



## 民間防火組織指導者消防学校 体験入校に参加しました

令和元年11月29日（金）静岡県消防学校にて

消防に関する技術や知識の習得の為、搬送法や煙体験、AEDの取り扱いの応急手当等、7項目におよび学んできました。グループワークでは、火災現場を幼稚園と仮定し先生と子ども役に分かれ、いかに子供たちを安全かつ迅速に避難させるかを実践しました。消防学校という場で行う訓練は、いつもとは違い緊迫感がありました。今回の体験入校で得た知識は施設の職員で共有し、今後行う訓練の場で生かしていきたいと思います。

（大谷かよ子）



## 編集後記

春の訪れが待ち遠しい昨今ですが、お元気にお過ごしでしょうか？今年記録的な暖冬となり、その影響で花粉の飛散開始やピーク時期も早まる予想です。また、インフルエンザの流行もまだまだ安心できず、年明けからは新型コロナウイルスによる感染症も心配されていますので、毎日のまめな手洗いうがいは必須となります。どうかくれぐれもご愛顧くださいますように。（前島）



おおとり かい  
**社会福祉法人 鳳会**

特別養護老人ホームふじトピア

〒426-0204 藤枝市時ヶ谷417-2

電話 054-638-5252 FAX 054-638-5255

Email fuji-topia@po2.across.or.jp ホームページ <https://fujitopia.jp/>

特別養護老人ホームふじトピア ☎ 054-638-5252

ふじトピア訪問介護事業所 ☎ 054-638-5258

ふじトピア短期入所生活介護事業所  
ふじトピア障害福祉サービス事業所 ☎ 054-638-5254

ふじトピア居宅介護支援事業所 ☎ 054-638-5253

ふじトピア通所介護事業所  
ふじトピア認知症対応型通所介護事業所 ☎ 054-638-5257

藤枝市地域包括支援センターふじトピア ☎ 054-638-5259

グループホームふじトピア ☎ 054-638-5251