

ご自由にお持ち帰り下さい



アドバンス・ケア・プランニング (ACP) に
繋がる総合的なケアマネジメントをめざして…1

- 『お外に出かけませんか?』～自然の中へのお出かけのススメ～ …2
- 多職種で関わる認知症ケア・リハマネジメントの取り組み ……3
- こころのサプリメント…「ナンクルナイサ」に教えられたこと …4
- Medical Healthy Recipe…秋の味覚「秋刀魚!」 ……4
- 高齢者住宅における相談員の役割と連携について ……5
- 第2病棟 花園&畑～見て楽しみ、食べて楽しむ～ ……6
- 地域医療包括ケアセンター 理念 ……6



アドバンス・ケア・プランニング (ACP) に繋がる総合的なケアマネジメントをめざして

ケアプランステーション管理者 宜志富 修子 / センター長 涌波 満

介護保険制度が始まって20年目を迎えました。ケアプランを作成し、利用者が介護サービスを受けられるよう調整するケアマネジャーの担う役割も少しずつ変化してきています。その人の最期の希望を伝えるという役割も担う時代となるのでしょうか。

先日一人暮らしで身寄りのないお年寄りが、自宅で倒れているところを発見されるという出来事が起こりました。担当ケアマネジャーも呼ばれ、延命処置をどうするか意見を求められたとのことでした。本人の意思がわからないまま、主治医と役場職員によって決定されることになったとのことでした。

ここ数年、自分自身で人生の終わり方を考え活動する「終活」という言葉が流行語になっていますが、終活の中には、自分が寝たきりや認知症で介護が必要になった時、延命治療をどうするか否かの検討をし、意思表示するという行為が含まれます。万が一に備えて、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自分自身で考えたり、家族や友人、医師や関係者たちと話し合ったりすることを「アドバンス・ケア・プランニング (ACP) (人生会議)」と言います。自分の気持ちを話せなくなった時には、心の声を伝えることができるかけがえのないものとなり、家族や友人の心の負担を軽くするものと言われています。

以前母から、何かあった時、文書ですぐに父の意思表示ができるように手紙を書いてほしいと頼まれ、死期が迫っていると診断された場合「延命処置は一切しないこと」「苦痛を和らげるための処置は実施してほしいこと」

を文書にして渡したことがありましたが、それで本当に父の思いを伝えられたのかと疑問がわいてきました。人生の選択は何も亡くなる時だけではないからで、もしかしたら、ある病気にかかり治療方針を決めたりすることもあります。両親が意思表示できない状態に陥っていた時はどうしていたのでしょうか。私の場合、母が父の代理で意思表示を行っていました。

ACPというと死が近づいた時期になって、どのような治療、ケアを受け、死を迎えたいのかという印象が強いですが、日々の生活でどのように生きてゆきたいのかを考える延長線上にあると思います。

本人が家族や信頼できる人たち、医療ケアチームと話し合いを重ね、本人の終末期や最期について、共に悩みながら創りあげていくプロセスが「ACP」であり、理想的な姿です。そうすることで、たとえ本人が意思表示できなくなり、想定外の選択を迫られる場合でも、家族や医療ケアチームが、意思を探り、推定することができるからです。しかし、何も改まって人生会議を開く必要はなく、日頃の本人との会話の中で、これまでの人生ややりがいについて話題となった時、その話題を広げてみてはどうでしょう。いつもの自慢話や、武勇伝がきっかけとなり、ACPへの希望に繋がる何かを見つけることができるかもしれないのです。何を決めたかだけでなく、どれだけ話し合っ一緒に決めたかが大切だと考えます。ケアマネジャーとしてそのお手伝いができるよう努めていきたいと思っています。

『お外に出かけませんか？』 ～自然の中へのお出かけのススメ～

医局 新城 かずさ

年に数回は八重山の西表島に出かけます。学生時代からもう20年以上続いています。(研修医時代は流石に難しかったですが。) 独身時代は1人、結婚して2人、長女が生まれて3人、長男が生まれて4人と、どんどん同行者が増えながら。もっぱらスキューバダイビングをするため、朝から夕方まで船で海に出っぱなしで、あとは食べて寝るしかしません。

20年前から変わらない、人の手つかずの宝石箱のような珊瑚や魚、その他の多種多様な生き物たちが織り成す美しい海の中の世界。誤って手を触れただけで壊れてしまう珊瑚の様な繊細さから、台風の猛々しい雨風の力に一旦壊れても蘇ってくる強かさまで、その時その時の表情や姿を見せてくれます。その圧倒的な世界の中に身一つを置いて漂っていると、大きな大きな世界の中でどんなに自分がちっぽけで些細な存在かを全身で感じます。そして、それをとても嬉しく感じます。そんな微小な存在でしかない自分という1個の命が、日々雑多なことに心を悩ませ、必死に考え、懸命に生きているということが、何故か*俯瞰的な視線から不思議にとっても愛おしく思えてくるのです。ここにいる小さな1匹のミナミハコフグの子供も、私も、この海の中では頑張っ生きてる一個の命として同等です。数え切れない沢山の命が寄せ集まって、繋がりがあって構成されているこの世界は、なんて美しくて凄いのでしょう!! 日頃の陸の上での生活で

は忘れてしまいがちなそのことを、大自然の懐に飛び込むことによって私はいつも思い出させられます。自然の中で感じる怒濤の生命力に晒されて、自分の中の生命力がまた沸々と蘇って来るのです。

日々の生活の中でついつい見失いがちな自分の生命力。誰もが持っている筈です。自然の中にお出かけしてみませんか? きっとまた見つけ出せると思います。療養者の外出支援でも、日頃室内で寝たきりの療養者さんが、陽に当たり風に吹かれるだけでも全く違う生き生きとしたお顔を見せて下さいます。それを拝見するのもまた幸せなものです。

今年の夏は、初めて伊豆七島の利島(これで、「としま」と読みます!)に出かけ、家族で野生のハンドウイルカ達と遊んで来ました。手の届きそうな距離でイルカ達と視線を合わせて潜ったり泳いだりするのは、心が躍るときめく幸せな時間でした。直ぐ手の届く所に自然から力をもらえる色々なチャンスが沢山転がっています。ぜひ、皆様、外にお出かけしましょう!! (情報が欲しい方は、いつでも私までお声かけ下さいね)



*俯瞰的：広い視野で物事をみること

多職種で関わる 認知症ケア・リハマネジメントの取り組み

介護老人保健施設 若松苑 辺野喜 英史 座間味 哲夫 伊芸 豊史 神谷 明美 稲垣 弘樹



私たちは、認知症の方の生活の質（QOL）を高める上で、ご本人の性格・生活歴・趣味・嗜好等の人生観を知る事がとても重要であると捉えております。



入所前の状態や好まれる環境等の把握のために施設相談員による面談を実施し、その後それぞれの専門職種によるアセスメントを行い、ケアプランが作られケアの提供が始まります。ご利用者の体調把握においては、医師や看護師が中心となりバイタル測定（体温・血圧・脈拍等）やお薬の調整を行っております。特に認知症の進行により自らの意思を伝える事が難しい方などの体調把握は、血液検査やレントゲン撮影などの検査データを基に、必要に応じて医療機関と連携した対応も心がけております。

リハビリテーションにおいては、ご利用者の身体機能の維持や向上を目指し、生活の中でのリハビリ（生活リハビリ）に視点をおき、生活関連動作の評価を理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が行い、認知機能面も踏まえ、個別機能訓練、認知機能訓練をプログラム化しております。また、プログラムには、家事や園芸などの活動も取り入れ取り組んでおります。



認知症の方の心のケアとして、臨床美術や集団での音楽活動、趣味活動（手工芸など）など五感への刺激を大切にしたり取り組みや、過ごし方の質を高めるために、個人の行動や人との関わりを記録する認知症ケアマップ（DCM）を通して客観的にケアを振り返る取り組みも行っております。



職員育成においては、認知症の行動心理症状に対して、職員がポジティブに関われるように、援助者の思考転換ツールである「ひもときシート」を活用しての課題の整理や、認知症の方の立場に立ち、共感を持ち、課題改善に向き合い、幸福感や自尊心の充足、家族や社会とのつながり等も感じて頂けるように取り組んでおります。

認知機能が低下していても「残された能力」「可能性のある能力」を最大限に発揮できるようなケアを実践し、心身機能の向上を図ることで、ご家族の介護負担の軽減を一緒に考えていきたいです。今後も地域の社会資源も活用しながらご本人が望む場所で生活が出来るように、また、ご家族の介護負担の軽減が図れるように、多職種でチームを構成して取り組んでいきます。

「ナンクルナイサ」に教えられたこと チャブレン室 瑞慶山 真

「ナンクルナイサ」という言葉は「どうにかなるさと」というような意味で広く知られていますが、本来はマクトゥソーケー（真心を込めて事を行なうのなら）という言葉が先にあり、その後ナンクルナイサという言葉が続いていきます。

真心を込めて事を行なうのなら、結果はついてくる。「人が見ていなくても神様はちゃんとご覧になっているんだよ」と子どもの頃によく教えられた言葉を思い出します。

聖書に登場するヨセフという人物は、愛する家族から引き離され、外国に売られ、信頼を置く人には見放されるという、度重なる苦

難の中に置かれるのですが、どのような状況の中にも、神様を大切に、周りの人を大切にする、この思いがぶれることはありませんでした。神様への信頼からくる心の平安を得たヨセフは、苦難の中にも、希望を見出し、それを見失うことはありませんでした。

神様と人ともに真心を尽くしていくヨセフのことを神様は祝福し、後にイスラエル国民へと増え広がる土台を築く器の一人として用いていくのでした。

ナンクルナイサの言葉に教えられたのは、自分に出来る精一杯を行ない、後のことは神様に信頼して、お任せするということでした。

Medical
Healthy
Recipe



秋の味覚「秋刀魚！」

栄養課
内嶺 みゆき

さんま蒲焼の缶詰を使っての簡単レシピを紹介します

秋の味覚の「秋刀魚」。焼き魚にして大根おろしを添えてと定番メニューですが、「缶詰」にも栄養がたっぷり入っています。「缶詰」の良い点は、

- ①手軽に購入できる
- ②長く保存できる（非常時の保存食としても最適）
- ③味も美味しい

また、缶詰は軟らかく調理してあるので骨まで食べられカルシウムを多く摂取することができます。カルシウムの吸収を手助けしてくれるビタミンDや体内に吸収の良い鉄分（ヘム鉄）を含み、血液中にある余計な脂肪分を取り除いてくれる作用のDHAが含まれています。

生姜風味のまぜご飯



- ごはん
- 秋刀魚の缶詰
- しょうが（チューブタイプでも可）

【作り方】

- ① 温かいご飯にさんまの缶詰を混ぜる。
- ② しょうがを適量まぜ、香りづけ。

1人前350kcal

塩分0.9g



高齢者住宅における

相談員の役割と連携について

ケアホームアガペ
生活相談員 瑞慶覧 伸一

廊下

相談員の役割

- 入居希望者様の見学案内と説明
 - 入居申込受付対応
 - 入居、退去に関する契約手続き
 - ケアマネージャーとサービス利用に関する日程確認と調整
 - 入居者様の生活相談、ご意見ご要望などの聞き取り
- など、入居者様やご家族、地域からの様々な問い合わせ窓口としてご相談させていただいています。

各事業所との連携

入居申し込みの際、相談者の共通する不安の一つに入居後の生活支援体制があり、具体的には健康管理や食事管理、日常生活の支援などです。アガペ会では2つの医療機関（北中城若松病院、ファミリークリニックきたなかぐすく）と訪問看護、訪問ヘルパー、居宅介護事業所、小規模多機能施設といった医療と介護を提供できる事業所があり、高齢者住宅の同一建物内にはクリニックや訪問看護・訪問ヘルパーが併設していて、高齢者住宅に入居後も安心してサービスを受けることができます。相談員としては入居後のことを想定しながら各事業所との連携を密にして相談者の不安を払拭できるよう努めています。

北中城若松病院との連携では病状に関する情報提供書を通して共有化を図っており、もし体調不良で入院が必要と主治医が判断すれば主治医の情報提供とは別に病院の医療相談員と連携し入院の可能性について情報を提供しています。

ファミリークリニックへの受診は定期受診を基本としていますが、高齢者は少しの体調の変化が重症化することがあるので早めの受診を勧めています。

高齢者住宅の相談員の役割と連携は入居者様の充実した人生のために貢献することを基本としています。

在宅での生活に不安を抱えている方や介護を要する高齢者様が
いらっしゃいましたら、お気軽にお問合せ下さい。

ケアホームアガペ ☎098-935-4165

アガペ会ホームページでは
求人に関する新しいページ
「いつかはアガペ」を開設いたしました
<http://www.agape-wakamatsu.or.jp/afteragape/>



第2病棟 花園&畑

～見て楽しみ、食べて楽しむ～

認知症リハビリ課 安里 克也

第2病棟の花園&畑をご存じでしょうか？
ここは療養者とともに作物を育て収穫し、花を
観賞する場所です。また、多くの方（療養者、
ご家族、業者、職員など）が行き来する場所
でもあり、今年は少し整備をして花園のスペース
を広げました。

花園では、テッポウユリ、小菊、パンジー、
月桃が咲き終わり、今は、アメリカンブルー、
トレニア、小バラ、鳳仙花（ていんさぐ）が咲
いています。

畑では、ゴーヤーをはじめ、キュウリ、オ
クラ、ミニトマトを収穫し、キュウリとゴー
ヤーは大収穫で、療養者とともに調理をし、おやつとして
いただきました。今は、秋・
冬に収穫するものを準備し
ている所です。栽培は療養

中の人生の先輩方からアドバイスをいただき
ながら行っています。

朝・夕に撒水をしていると、蝶蝶やクワガ
タムシ、カエルなどうれしい訪問者もあり、
見ていると心が和みます。しかし、アフリカ
マイマイなど困った訪問者が来ては、葉っぱ
を食い散らすこともあるので、ゴミばさみで
闘うこともしばしば。

リハビリの大事な要素として、「安心できる
場の提供」があります。2病棟の花園&畑が、
療養者の憩いの場になれるよう願っています。



地域医療包括ケアセンター 理念

医療と福祉で 地域にくらす人達の 充実した人生のために貢献する

地域医療包括ケアセンター 事業所

- | | | |
|----------------------|-----------------------|----------------------|
| ①ファミリークリニックきたなかぐすく | ⑦グループホーム わかまつ | ⑬デイサービス 若松 ぎのわん |
| ②訪問リハビリテーション きたなかぐすく | ⑧小規模多機能ホーム 若松 きたなかぐすく | ⑭小規模多機能ホーム 若松ぎのわん |
| ③通所リハビリテーション きたなかぐすく | ⑨デイサービス きたなかぐすく | ⑮宜野湾市地域包括支援センター ぶてんま |
| ④ケアプランステーション ゆい | ⑩ケアホームアガペ アガペファミリー | ⑯新オレンジサポート室 |
| ⑤訪問看護ステーション 若松 | ⑪ファミリーデイサービス アガペ | ⑰宜野湾市赤道老人福祉センター |
| ⑥ヘルパーステーション 若松 | ⑫グループホーム 若松 ぎのわん | ⑱宜野湾市伊利原老人福祉センター |

それぞれの施設が個性を持って、在宅や地域の方々を支えています。





アガペ会理念

アガペに生かされ、アガペに生きる

わたしがあなたがたを愛したように、あなたがたも互いに愛し合いなさい (聖書 ヨハネ福音書13章34節)

北中城若松病院

〒901-2395 沖縄県北中城村字大城 311

☎/098-935-2277 FAX/098-935-2272

- 一般病棟
- 回復期リハビリ病棟
- 認知症治療病棟
- 特殊疾患病棟
- 認知症デイケア あしやぎ
- 認知症疾患医療センター ☎/098-975-6122

介護老人保健施設 若松苑

〒901-2314 沖縄県北中城村字大城 327

☎/098-935-5858 FAX/098-935-5807

- 入所療養介護
- 短期入所療養介護
- 若松苑デイサービス

地域医療包括ケアセンター

複合型高齢者施設 ふれあいの里 若松

〒901-2311 沖縄県北中城村字喜舎場 360-1

3F サービス付高齢者住宅 アガペファミリエ ☎/098-935-4165

2F 住宅型有料老人ホーム ケアホーム アガペ
ファミリーデイサービス アガペ

1F ファミリークリニックきたなかぐすく
☎/098-935-5517 FAX/098-982-0708

通所リハビリテーションきたなかぐすく ☎/098-982-0717

訪問看護ステーション若松 ☎/098-935-5818

B1F 訪問リハビリテーションきたなかぐすく ☎/098-923-3154

ヘルパーステーション若松 ☎/098-935-5202

ケアプランステーション ゆい
☎/098-935-3066・098-935-5968

地域医療包括ケアセンター事務所 ☎/098-935-3093
クリニック以外の事業所の FAX は 098-935-5855 (共通)

小規模多機能ホーム若松 きたなかぐすく

〒901-2316 沖縄県北中城村字安谷屋 1346 番地 1 (1F)
☎/098-982-0181 FAX/098-982-0183

デイサービス きたなかぐすく

〒901-2316 沖縄県北中城村字安谷屋 1346 番地 1 (2F)
☎/098-935-5343 FAX/098-923-1168

グループホームわかまつ

〒901-2314 沖縄県北中城村字大城 418-2 ☎/098-935-1021

グループホーム若松 ぎのわん

〒901-2201 沖縄県宜野湾市新成 1-20-6
☎/098-892-5104 (グループホーム) FAX/098-892-5111
☎/098-892-5105 (デイサービス) (両施設共有)

小規模多機能ホーム若松ぎのわん

〒901-2206 沖縄県宜野湾市愛知 2-3-2
☎/098-892-1673 FAX/098-943-1085

宜野湾市地域包括支援センター ふてんま
新オレンジサポート室

〒901-2202 沖縄県宜野湾市普天間 1-9-3
☎/098-943-4165 FAX/098-943-4067 (ふてんま)
☎/098-943-4085 FAX/098-943-4702 (新オレンジサポート室)

宜野湾市赤道老人福祉センター

〒901-2205 沖縄県宜野湾市赤道 1-5-17 ☎/098-893-6400

宜野湾市伊利原老人福祉センター

〒901-2221 沖縄県宜野湾市伊佐 4-3-17 ☎/098-890-7131

<http://www.agape-wakamatsu.or.jp>

※今号で使用している写真はご本人の同意を得て掲載しております