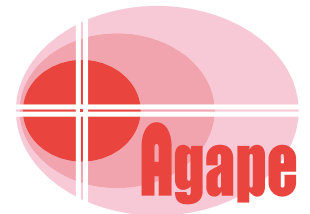


ご自由にお持ち帰り下さい



特定医療法人
アガペ会



日本医療機能評価機構
第JC423号 認定病院



「看護小規模多機能ホーム若松きたなかぐすく」 開設のご案内 1

五感をくすぐる!.....	3
こころのサプリメント・誰の言葉に、私たちは希望を見出すのでしょうか。・・	4
Medical Healthy Recipe・・ヨーグルトケーキ	4
～からだの健康はお口の健康から～噛む力を保ちましょう	5
笑顔あふれる調理活動	5
相談員の役割	6
地域医療包括ケアセンター 理念	6

2020
119
号



「看護小規模多機能ホーム若松きたなかぐすく」 開設のご案内（2020年4月～）

～より安心できる在宅療養のために～

地域医療包括ケアセンター 副センター長 山入端 浩之
看護小規模多機能ホーム若松きたなかぐすく管理者 根川 直美



本年度より地域医療包括ケアセンター副センター長に就任しました山入端 浩之^{やまのは ひろゆき}と申します。私自身の紹介に先立つ形となって申し訳ありませんが、私の就任と同時に当法人で看護小規模多機能型居宅介護を担う施設を開設したのでご案内いたします。この施設は、医療依存度の高い療養者をご自宅で介護されているご家族の皆様「ずっと自宅にいる事に不安がある」「一時的に預けられる場所も欲しい」等の不安や希望にも細やかにお応えするための在宅サービスです。

看護小規模多機能型居宅介護って何？

これまでの小規模多機能型居宅介護の「通い」「訪問」「泊り」の3つのサービスに「訪問看護」を加えたサービスです。「訪問看護」の提供にあたっては、交付された医師の指示書に基づき「通い」や「訪問」「泊まり」の利用時に胃ろう・経鼻栄養、気管切開の管理や留置カテーテルチューブの交換・管理、服薬管理、在宅酸素・インスリン投与、創傷処置などの医療処置を行います。

病院退院後の在宅生活に不安がある場合でも、退院直後の「泊り」中心の支援から開始、又は「訪問介護・看護」の支援を提供し在宅療養生活へのスムーズな移行に繋げることも可能です。ご希望があればお看取り支援として、訪問診療医と連携し、利用者の住み慣れた地域や自宅で最期の時を過ごせるよう支援いたします。

特徴としては以下のようなものがあります。

①サービスが一体なので安心

利用者は、家に近い環境で顔なじみの職員から「通い」「泊り」「訪問介護」「訪問看護」の4つのサービスを一体的に受けることができます。

②利用料は月定額制

利用料は、要介護度に応じた月定額制です。「通い」「訪問」に関しては利用頻度や回数による料金増減はないので介護費用が膨らみすぎないので安心です。（ただし宿泊や食事に関する費用は別途かかります）

③医療ニーズの高い方でも安心

高度な医療が必要な人にも対応していきます。ご希望に応じて、人生の最期まで住み慣れた自宅で暮らせるよう支援していきます。

④柔軟にサービスを変更できます

利用者や家族の急な用事や介護状況が変わった場合も、週単位、日単位で当施設のケアマネジャー（介護支援専門員）が、4つのサービスを組み合わせてサービスの提供をしていきます。対象は要介護1～5、北中城村内在住の方に限ります。

ご利用者の具体例 仮想の事例です。

97歳の若松太郎さん、誤嚥性肺炎（食べ物など上手に飲み込めず、肺に入れて起こる肺炎）で入院しました。治療にやや難渋しましたが1ヶ月ほどで退院の許可がでたため自宅退院の調整をしたいと病院から連絡がありました。

話を聞いてみると本人は自宅療養を希望されているが、痰が多く時々吸引をしている事、食事はペースト食で一部介助が必要になっており、誤嚥のリスクが高まっている事が説明されました。ご家族は、はたして自分に食事の介助ができるのか、自分がまた肺炎にさせてしまわないか、誤嚥して痰吸引が必要になったらどうしようなど、とても不安になりました。ご家族の不安を感じた病院の相談員は、看護小規模多機能ホームの説明を行いました。そこは、「泊り」、「通い」、「訪問」を臨機応変に変えることができるため、病状や状態の変化によって家族の不安が強くなった場合、適時対応できるだろうと勧められたのです。そこで、ご家族は看護小規模多機能ホームのケアマネジャーから具体的な説明を受けることにしました。

ホームのケアマネジャーから、まずは、「泊り」サービスを利用しホームで介護を受けながら生活し、その間に痰の吸引がどの程度必要

なのか評価して、その状況を家族と一緒に確認し対応策を検討する事、そしてその後、自宅での生活がイメージできるようになったら自宅療養の計画を立て、何度か自宅で過ごしてもらい家族に自信がついた段階で「通い」サービスへ移行するという計画が提案されました。「通い」サービスが中心になった場合でも、病状の変化に応じて事業所の看護師が自宅を「訪問」し、「通い」ができない状況であれば顔馴染みの介護士が訪問しケアを継続すること、また、痰の吸引の頻度が増えるようなら一旦「泊り」サービスに戻し、必要に応じて入院も検討するという事が伝えられました。

また、病状が不安定な時には、自宅まで医師が訪問する「訪問診療」があることも知りました。そこで、看護小規模多機能ホームを利用、さらに訪問診療も導入することを決めました。退院後、ホームでは痰吸引の必要性はそれほど多くなく、介助もこれまでと大きな変更はないことが分かったため、自宅中心の療養に戻ることができました。また、痰吸引が必要なときはすぐに看護師が訪問、訪問診療担当の医師と相談しながら治療方針を決定してくれるため、家族は安心して自宅での介護を続けられています。

医療依存度が高い療養者の方とご家族には、とても安心できる介護サービスとなっていますので、お気軽にご連絡ください。

看護小規模多機能ホーム若松 きたなかぐすく

北中城村字安谷屋1346-1 ☎098-982-0181 担当：根川・大城



五感をくすぐる！

北中城若松病院 看護・介護管理室 介護課長 辺野喜 英史

2020年は新型コロナウイルスの出現により、東京オリンピックなど多くのイベントが延期や中止になり、生活のあらゆる場面でストレスを抱えている方も少なくはないと思います。この時期を乗り越えるための1つの提案として、熊本県が2016年の熊本地震後に取り組んでいる自然観察会をご紹介します。

熊本県では自然観察する機会を通して、五感への刺激や高齢者や障がい者と子ども達のふれあい、地域住民との繋がり、職場での人材育成やストレスマネジメントなど幅広い目的で取り組みがなされています。皆さんも身近にある自然を通して五感に刺激を与え、心が楽しむ、心が落ち着くなど、コロナ禍でもリラックスできる時間をとってみましょう。

自然観察の楽しみ方

五感をつかい身近にある草木や生き物を観察してみましょう！

★五感とは 視る・聴く・触る・味わう・嗅ぐの5つの感覚。

★楽しさUPのポイント

複数人で意見を交わしながら観察すると、楽しさUPに期待できます。

- 生き物を観察しながら感じたことを意見交換する。
- 散策しながら花や葉のにおいを嗅いだり、手でさわり感じたことを参加者と意見交換する。
- あらかじめ観察エリアにある花木や生き物をビンゴカードにし、散策しながらビンゴゲームを楽しむ。

自然を感じることができる脳の機能があるということは素晴らしいことです。自然観察は、五感をフルに使い、じっくり観察することで、今まで見えなかったものが見えてきて、楽しいと思うことが増え、リラックス効果に期待ができます。

この時期だからこそ、身近な自然とじっくり向き合ってみてはいかがでしょうか？

誰の言葉に、 私たちは希望を見出すのでしょうか。

チャブレン室 瑞慶山 真

緩和ケアについて書かれた本を手にして、目にとまったのは『手紙～拝啓十五の君へ～』という歌の記事でした。さまざまな痛みを抱えながらも今日を精一杯生きている方々の心に寄り添う歌詞が、共感をよび今も支持を得ているという言葉に惹きつけられました。

『誰の言葉を信じ、歩けばいいの』と問い掛ける歌詞に、心が揺さぶられ、悩み苦しみの中でイエス・キリストを信じたあの頃の自分を思い出していました。

信じて全てが解決した訳でなく、苦労や試練もありました。ですが、私は信じるもの、信じ続けられるものに出会えたのです。「苦難

には意味がある」と聖書は教えています。そして「希望も用意している」と神様が約束している事も知りました。どのような状況にあっても人は神様を見出し、神様を近くに感じる事が出来るのです。

コロナ禍の今、日々不安は増すばかりです。張り詰めた緊張感に包まれ、悩みや不安を抱え、信じられるものを探し求めて生きているのが私たちののかもしれません。『恐れるな、私があなたと共にいる』と神様は言っておられます。その神様とあなたが出会えますように、信じた言葉によって希望がもてますように心から願っています。

Medical Healthy Recipe

まるでレアチーズケーキ!? (低カロリー) ヨーグルトケーキ

若松苑 栄養課
安里 衣千乃 (管理栄養士)

秋と言えば、スポーツの秋、芸術の秋、そして食欲の秋ですね♪
食べ過ぎてちょっと体重が増えていますか？でも、おいしいものって簡単には我慢できないですよね。
そこで、今回は罪悪感の少ないレシピをご紹介します。

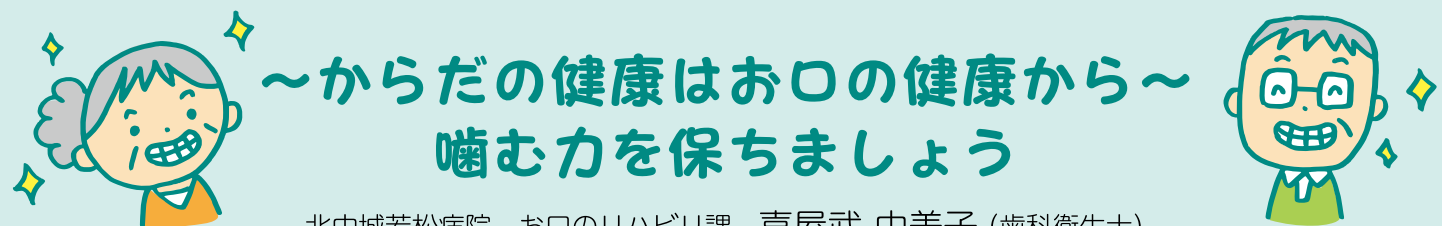


レアチーズケーキような ヨーグルトケーキ

- プレーンヨーグルト…400g
- 牛乳 ……………200 ml
- 砂糖 ……………大さじ 4
- 粉ゼラチン……………5g
- レモン汁 (あれば)…大さじ 1
- ビスケット ……………12 枚
- バター ……………30 g
- 牛乳 ……………大さじ 1

【作り方】

- ① ヨーグルトは水を切っておく。(ざるにキッチンペーパーを敷いて、その上にヨーグルトを流し込む。その上に再度キッチンペーパーを敷いて一晩置く。)
- ② ビスケットを砕く。Aをレンジで30秒チンして、ビスケットにかけてよく染み込ませたあと型に敷く。
- ③ 水を切ったヨーグルトに砂糖大さじ4を入れてよく混ぜる。
- ④ 牛乳200mlをレンジで2分加熱し、ゼラチンを加えてよく混ぜる。
- ⑤ 牛乳の粗熱が取れたら水切りヨーグルトとよく混ぜ、全体が良く混ざってトロっとしたらOK。
- ⑥ ビスケットをしいた型に流して冷凍庫で良く冷やし固めたら完成です。



北中城若松病院 お口のリハビリ課 喜屋武 由美子（歯科衛生士）

元気な口には潤いがあり、しっかり噛んで食べ物を味わい、安全に飲み込み、楽しく会話をすることができますが、加齢とともにこれらの機能が次第に低下してくることがあります。

噛む力が衰える原因として、歯がグラグラしている、歯が抜けている、入れ歯を使っていない、痛みがある、舌・唇・頬などの筋力が低下している、麻痺があり噛みにくいなどが上げられ、要因がいくつか重なることもあります。食べ物を十分に噛み砕く働きにより、唾液が分泌され胃の消化酵素が働き消化吸収がよくなります。さらに、良く噛むことで脳血流が増え脳を刺激し活性化させると言われています。歯が抜けてしまった所は義歯等を使用して、噛む力をアップしましょう！

【毎日の食事で噛む回数を増やす実践ワザ】

- ①ひと口の量を少なめにすることで
早食い予防が期待できる
- ②何回噛んでいるか確認してみる
(現代人平均：10回～20回。理想は30回以上)
- ③歯ごたえのある食材選び、複数の食材を
組み合わせる
- ④しっかり噛んで味わいながら食べるよう
薄味を心がける。

また、歯磨きで口をきれいにすると味を感じやすく、ぶくぶくうがいの時に大きく長く行うこと(30秒程度)で口周りの筋肉トレーニングにも繋がります。噛む力を保ち健口長寿を目指しましょう！



収穫したトマト・ピーマン



上手に出来上がりました

笑顔あふれる調理活動

若松苑 デイサービス課 前代 貴乃（介護福祉士）

若松苑デイサービスでは、新しい取り組みとして調理活動がスタートしました。これまで畑で作物を作るまでを目標に行ってきた園芸活動に、次の目標として収穫した野菜を使った調理活動が加わりました。

利用者の方はそれぞれ食事形態が異なりますが、看護・介護・栄養士と話し合い、全利用者の方が召し上がることのできるメニューを考え、今回は収穫したピーマンとトマトを使った『じゃがいもピザ』を作りました。じゃがいもの皮むき、切る、蒸す、マッシュする、焼くという工程を各利用者の方が担当しました。「出来ない」と話されていた方もいらっしゃいましたが、実際行うと手は覚えていました。和やかな時間がながれ、味付けでは職員にアドバイスする場面も見られました。ホットプレートで焼き目を付け、フライ返しを持ち、焼き色の確認。ご自身で盛り付けをし、完成したじゃがいもピザを皆さん笑顔で召し上がり、おかわりされる方もいました。「できる」「できた」「美味しかった」「次は何植える？」と話がはずみ、とても良い時間になりました。

これからも調理活動を継続し、食べる楽しみと機能維持・生活の向上に努めていきます。

特定医療法人アガペ会 相談員の役割

北中城若松病院 医療福祉相談課 東恩納 盛幸

『アガー（痛い）!!』病気は突然やってきます。しかも病気は選べません。大病又は障害が残る病気だと、本人や家族は動揺し受け入れるのに時間がかかります。「元の自分に回復するのか？何が出来るのか？」これからの先が見通せないのが心配し不安が募ります。また、家族は「誰が介護をするのか？仕事との兼ね合いはどうなるのか？」と家族同士で目を合わせ動揺します。

病院は非日常的な場所で、治療・看護・リハビリ・介護を受ける受身の状態であり、解りにくい医療専門用語が飛び交っている場所でもあります。不安の中の自分（家族）の話を



聞いてほしい。どこまで回復し、障害がどの程度残るのか、家族が出来る介護や利用可能な医療・介護制度を解りやすく説明してほしい。治療費はどの程度かかるのか、負担が軽くなるような制度を教えてほしい。今後の自分や家族の生活の展開を想像出来るように説明してほしい。

そのような状態にいる本人やご家族に寄り添い、その声に耳を傾け、その方の歩調に合わせて、相談員は、必要な情報を解りやすく丁寧に説明（情報提供）致します。ぜひ、各病棟・施設にいる私達相談員へお声かけ下さい。

新型コロナウイルス感染対策の為、面会制限を行っております。
詳細はホームページでご確認下さい。



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/>



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

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）

看護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

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

☎/FAX/098-935-1021

グループホーム若松 ぎのわん

デイサービス若松 ぎのわん

〒901-2201 沖縄県宜野湾市新城 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>

※今号で使用する写真はご本人の同意を得て掲載しております