

らいい通信 ぶちらいふ

lifsea
株式会社リフシア

HP / http://lifsea.co.jp

らいい日記 (スタッフブログ)
green.ap.teacup.com/lifekaigo

2015冬Vol.38



認知症サポーター100万人
キャラバンのマスコットの口
バ隊長が認知症サポーター
ステッカーになっているが、今
では540万人を突破！



地域の住民、ご家族、地域包括支援センター、藤沢市の方など16名が出席。キャラバン・メイトとして講師を務めるリフシア善行の品川所長(写真右)・グループホームスタッフ中村さん(写真左)

リフシア善行のスタッフもキャラバン・メイトに登録し活動しています。昨年12月26日には、藤沢市市民の家に於いて市の高齢福祉課と認知症サポーター養成講座を開催、町内のご近所さんやご家族など16名が講座を修了し、その目印としてオレンジリングを受け取りました。



↑飯嶋富久子様100歳！只今リハビリチャレンジ中！→神崎清司様100才のお誕生日に鈴木恒夫市長が来所

この様にして、認知症の人と家族を応援する見守りの輪が、地域で着実に広がっています。リフシア善行では、今年も6月と11月に認知症サポーター養成講座を予定しているそうです。講座について詳しく知れた

【連絡先】
0466-53-7875
リフシア善行所長品川まで
お問い合わせください。
い方は、リフシア善行に、直接

報告 リフシア善行 認知症サポーター養成講座の紹介

認知症になっても安心して暮らせる
まちづくりを目指す。

皆さんは、オレンジのブレスレットをつけた認知症サポーターをご存知ですか。2005年厚生労働省が「認知症を知り地域をつくる10カ年」構想の一環としてスタートさせ、今では認知症サポーターは全国540万人を突破したそうです。

養成講座は、認知症の正しい理解、地域の実情に合わせた見守りや手助けを目指し、講師であるキャラバン・メイトと自治体が協働で開催しています。



↑茅ヶ崎市里山公園にお出かけ
←リフシア善行の庭仕事は、男性陣が頑張っています！



新年明けまして おめでとう ございます

ぷららいい2015冬号を無事発行することができました。

本年も宜しくお願いします。

第6回リフシア公開セミナー

を下記のとおり準備しています

■日時：平成27年5月16日(土)

午後2：00～4：00

■会場：茅ヶ崎市商工会議所大会議室

(定員120名)を予定

■講師：大田仁史先生

茨城県立健康プラザ管理者

茨城県立医療大学名誉教授

講演の内容

シルバーリハビリ体操を考案している大田先生から、「介護予防から終末期まで、一人ひとりのステージに合わせたリハビリテーションの必要性」についてお話して頂きます。

著書：介護予防完全図解リハビリ、介護予防リハビリ体操、介護予防と終末期リハビリテーション、大田仁史の「リハビリス」を考える、新 老いぬさまでいよう等多数。詳細は次号でお知らせします。

椿は春の季語ですが、冬に咲く花というイメージが強いので今号で紹介します。

「椿」という漢字は日本で作られた和字で、中国では「山茶」と書き、「シャンチャ」と発音するそうです。

『古事記』や『日本書紀』にも記述があるほど古い花木です。

室町時代に、日本原産の椿と中国産を交配させ、多くの園芸品種が京都で作られ、その後も多くの品種



改良がされ、17世紀から18世紀にかけて中国やヨーロッパ、アメリカへも輸出されました。

日本原産の椿の基本種はヤブツバキ(日本各地にある)とユキツバキ(新潟高地の原産)の2種があり、ツバキ科の同族の花に、山茶花(さざんか)や侘助(わびすけ)もあり

古来、椿は神聖なる木、長寿・吉祥の木といわれ、種子は食用油、髪つけ油、薬、灰は草木染めに使われました。

椿油は今でも自然志向の人に人気商品です。

茅ヶ崎市内の東海岸南に氷室椿庭園があります。平成三年に居宅が市に寄付され、約千坪の敷地に200種以上の椿がある立派な椿園です。三月上旬には鑑賞ガイドがあり大勢の市民が訪れます。

白や淡い桃色の地に紅色の絞りが入った、「氷室雪月花」が一番人気です。

近くの鉄砲道には雄三通りとの交差点から松が丘方面にか

けて、街路樹には珍しく椿が植えられています。

椿はたくさんさんの歌に歌われています。思いつくままに、口づさんでみました。

♪花は越後の 花は越後の雪椿：小林幸子の「雪椿」

♪三日遅れの便りをのせて：都はるみの「アンコ椿は恋の花」

♪くもりガラスを手で拭いて：赤く咲いても 冬の花：大川栄策の「さざんかの宿」

♪さざんか さざんか 咲いた道 たき火だ たき火だ 落ち葉炊き：童謡「たきび」

因みに、椿の花言葉は「真実の愛」だそうです。(井)

ぶちらいふ ハンドメイド作品展 byリフシア神明



まつぼっくりを使いクリスマスツリーを作りました。まつぼっくりに色を塗る作業に時間がかかり、皆さん四苦八苦でしたが、出来上がった作品をお渡しすると、「キレイ！孫に見せたいわ！！」と達成感と満面の笑みに！とても喜んでいただけました。



らいい通信「ぶちらいふ」冬号 Vol.38

2015年1月20日(季刊発行)

編集／ぶちらいふ編集室

〒253-0071 神奈川県茅ヶ崎市萩園 2822-1

TEL0467-55-5102 FAX0467-55-5103

発行／株式会社リフシア

地域で活動する管理栄養士さんに聴く



管理栄養士
飯野登志子先生

■プロフィール 2013年まで聖隷福祉事業団に在籍。聖隷三方原病院摂食嚥下チームで嚥下食の研究に従事。聖隷浜松病院、老人保健施設ペテルホーム、系列施設特別養護老人ホーム「さくまの里」を経て、糖尿病療養指導士、病態栄養専門師としても活動。

（株）リフシアネット タンポポは、『ひとりひとりに合わせた介護食・嚥下食の普及』と在宅介護を支える新たなネットワーク創りを目指して、昨年5月セントラルキッチン本格スタートしました。顧問に飯野登志子先生（管理栄養士、糖尿病療養指導士、病態栄養専門師）を迎え、5名の栄養士を中心に16名のスタッフで毎月17,000食近い食事をリフシアの介護事業所に提供しています。タンポポはそれだけでなく、職種を限定しない毎

月の勉強会（講義と実習）や、食事に課題を抱える方の担当者会議への出席、食事のアセスメント等、リフシアの介護施設と連携しながらケアサポートを行ってきました。また、リフシアが受託する茅ヶ崎市すこやか支援プログラムで講座も担当し、食をとおした介護予防にも取り組んでいます。新年を迎え、タンポポの顧問、飯野先生にお話を伺いました。

タンポポの会議室で月1回開催されている勉強会には、事業所の管理者やケアマネ、調理スタッフが参加



飯野先生はとろみ調整食品（ゲル化剤など）の開発や、介護食の指導・普及、介護予防教室の講師などされていますが、何故とろみ調整や介護食が必要になるのですか？

お正月にお餅を喉に詰まらせたという高齢者の事故が毎年のように報道されますが、高齢になると咀嚼や飲み込みの機能が衰えるので、食べ物や飲み管に入る誤嚥性肺炎や窒息のリスクも高くなり、その人に合わせた食事が必要になります。

昨年11月には、鶴嶺西地区の福祉まつりに出店



茅ヶ崎市すこやか支援事業では、食事場面から健康を考え、脱水・低栄養を予防する講義も行っている



タンポポの栄養士達も参加する、介護食の実習風景



介護食のにぎり寿司は大好評の献立



います。（嚥下学会基準コード1、2、1、2、2）増粘剤だけではなく、ミキサーゲルというゲル化剤（ゼリー、ムース状に食材をかためることができる製品）を使用することで、温かく提供する食事（味噌汁、スープ等）生野菜、果物、煮物など幅広い食材を見た目にもきれいな嚥下食として提供しています。

入院中は、院内の栄養士が他職種と連携して栄養バランスや食形態、姿勢などに気を配り食事提供しますが、肝心なのは自宅に帰ってからですね。

はい、一人暮らしや高齢者世帯でも、住み慣れた自宅で安心して召し上がっていただくためには、地域の支援が大切になります。そういう意味で、リフシアの調理や介護に携わっている人たちに常日頃から高齢者の口腔の状態や摂食、嚥下の状態にもっと着目して欲しいと感じています。今年も毎月の勉強会は続けたいと思います。また、在宅の食事に関する様々なご相談にも対応していきたいと考えています。

嚥下学会基準コードとは 「日本摂食・嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類2013」（学会分類2013と表記）のことで、国内の病院・施設・在宅医療および福祉関係者が共通して使用できることを目的に嚥下調整食およびとろみを5段階に分類表記した。それ以前は統一基準や統一名称がなかったため、関係機関の連携に不利益が生じていた。



私は、これまで病院や高齢者の介護施設で勤務した実践から、一人ひとりの病態、嚥下レベルに合わせて柔らかく、飲み込みのしやすい食事ができないものかと試行錯誤してきました。そして、とろみファイバーやミキサーゲルといった増粘剤やゲル化剤の開発にも関わるようになりました。介護食というと食材を刻んだ、ぐちゃぐちゃになっている食事を想像される方も多いと思います。きざみ食は、歯が弱くなったから食事を刻んであげたら親切という理由ではじまりました。しかし食事を刻んでしまうと何を食べているのか分からず、見た目にもおいしくなくなってしまういます。

私が監修しているセントラルキッチン「タンポポ」では、嚥下学会の基準に合わせて食事作りを行っています。介護食は、咀嚼力が弱い方でも飲み込みしやすいやわらかさまで調理したもので、舌と上あごでつぶすことができるように調理した食事を言います。（嚥下学会基準コード3、4）嚥下食は、飲み込みの悪くなった方でも簡単に飲み込みできるやわらかさに配慮し、スプーンにのせひと塊にして飲み込みをすることができるよう調理した食事を言