

この春、藤沢市の再整備事業として、官民連携による複合施設「藤-teria」がオープンします。この施設は、①子育て支援、②健康維持、③多世代交流の3つのテーマを掲げており、そのひとつとして、「リフシア藤が岡」を開設することになりました。

小規模多機能のサービスは、介護が必要になっても、自宅の近くに安心して通う場所があり、必要に応じた宿泊もでき、顔見知りの職員が自宅にも訪問してくれるといった、「通い・宿泊・訪問」の3つのサービスをその方の生活スタイルに合わせて組み合わせ、365日の安心を提供させて頂くものです。24時間、休みなくお客様を支え、昼夜を問わず緊急時にも対応

しながら、柔軟なサービスでお客様に安心を届けます。

大切なことは、事業所に「通う」とではなく、通うことを通じて何を支援するか、日々の暮らしの中で何に困っているのかを見極めながら、自宅での生活が継続できるような、柔軟に支援する事です。

地域によって、小規模多機能型居宅介護の認知度に差があるようで、「どんなことができるの?」といったお話はよく聞きます。

私たちはこのサービスを、「最期ま

で自宅で生活を続けたい!」というご本人、ご家族の思いを叶え、在宅生活を支える重要なサービスのひとつと考えています。

また、「リフシア藤が岡」は、在宅生活を支えるだけでなく、地域密着型サービスとして、コロナ禍であって、地域の皆さんが集う場所として、お客様と事業所のつながりだけではなく、世代間の交流を通して、新たな地域の輪が広がることを目指したいと思っています。

リフシア藤が岡管理者(予定)

古澤 貴之

謹んで新春をお祝い申し上げます

本年も宜しくお願ひ申し上げます

株式会社リフシア 社員一同



光

タンポポ・アドバイス

体を温める食べ物で免疫力アップ! 風邪予防!

もうすぐ大寒、いよいよ寒さも本番。

免疫力を高めて体調管理にもますます気をつけたいところですね。風邪予防には体を温めることが大切です。体の冷えによって体温が1℃下がると免疫力は30%低下し、反対に体温を1℃上げると一時的に最大5~6倍アップすると言われています。体を温めるには適度な運動・入浴が効果的です。さらに、これらの食べ物にも体を温めてくれる作用があります!

○根菜類(地中で育つ野菜)

人参、大根、かぶ、れんこん、ごぼう、じゃがいもなど

○冬が旬の野菜

白菜、春菊、ほうれんそう、かぼちゃなど

○香味野菜・香辛料

ねぎ、しょうが、にんにく、唐辛子など

○発酵食品

味噌、納豆、キムチ、ヨーグルトなど

鍋やスープ、カレーといった温かい料理に取り入れて、寒い季節もおいしい食事で元気に過ごしましょう!

管理栄養士・兼子桜香

●ぶちらいふ「ラム本」

「湘南のうみに住んで」

ぶちらいふ読者の皆様、毎号この「ラム」をお読みいただき有難うございました。次号から、新しい企画で情報発信することになりました。

15年という長い歳月「ラム」執筆を担当して下さった井本健さんと、ぶちらいふに挿絵を提供してくださっている大川光代さんに感謝を込めて、「ラム」をまとめた冊子「湘南のうみに住んで」を出版しました。

部数に限りがありますが、手に取ってお読みになりたい方はぶちらいふ編集室にお問合せください。

「湘南のうみに住んで」は、二〇〇五年九月から十五年間担当してきた「ぶちらいふ」のコラムをまとめた本です。春夏秋冬、年四回の執筆ですが、昨年の秋号で六十号になりました。ひよんなことから「らifu萩園のデイサービス(現在のリフシア萩園)に通い、当時、管理者をしていた三島さんに季刊紙づくりの相談をされ、」それなら、取材に動かなくても書けるコ

ラムを私が担当しよう」と引き受けてしまっから...、まさかこんなに続くとは思いませんでした。

内容は、私の大好きな『湘南・茅ヶ崎』を再発見しながら読み進めていたけるよう、時には音楽や映画のこと、歴史や植物のことなどつらつらと書きました。

どのページからお読みいただいても楽しめるよう、シリーズやテーマを工夫したので、読み終わったら本誌「湘南のうみに住んで」を持って、実際に湘南を散策してみたいかがでしようか。

この本が出版される二〇二一年一月で、私は八十一歳になります。毎回パソコンに向かい、メールで原稿を送るのを励みにしてきましたが、この「湘南のうみに住んで」をもって私のコラムは最終回とします。それでは、十五年のまとめを、ゆっくりお楽しみ下さい。

著者 井本 健

「湘南のうみに住んで」のはじめにより引用



A4変形サイズ/68ページ(オールカラー)

編集後記

編集室は今年も頑張ります

新年号は、新しくオープンするリフシア藤が岡の紹介と、在宅介護の最前線で活躍する看護師の座談会を特集しましたが、新型コロナウイルスの猛威により各地でクラスターが発生し、高齢者施設も大きな影響を受けています。普段から手洗い・マスク・換気など感染予防をしっかりと、みんなで乗り越えましょう。本年も宜しくお願いします。

リフシア藤が岡の小規模多機能型居宅介護サービス

お一人お一人に合わせて必要なサービスを必要な分だけご提供いたします

訪問サービス

ご自宅へ伺うホームヘルプサービス 安否確認・食事・排泄・水分補給・生活リハビリ・室温調整などの環境整備

※必要に応じ、一日に複数回・短時間の訪問サービスを受けることができます

通いサービス

食事・排泄・入浴・生活支援型リハビリケア、健康管理(日中看護師配置)

※生活支援型リハビリケアとは、ケアプランに基づき生活課題解決の為機能訓練計画を立案・実施・評価を行う(法人独自の資格制度により理学療法士に指導を受けた職員が対応)

ケアマネジメント

自宅

通い18名

宿泊9名

登録制29名

1日の利用定員(通い・宿泊)があります

リフシア藤が岡

リフシア藤が岡 内覧会

3月26日(金)・27(土)・28(日) 予定

〒251-0004 藤沢市藤が岡2-3-5 藤が岡ウエルネスタウン 藤-teria内

内覧会のお問い合わせ先

株式会社リフシア

電話 0467-55-5102

メール info@lifsea.co.jp

境川

遊佛寺

藤沢橋

御幣公園

リフシア藤が岡(藤-teria3階)

御所ヶ谷公園

大道小入口

藤沢駅

藤沢駅東口

大船駅

藤沢駅から徒歩15分

特集 座談会

介護サービスの進化に必要な医療的機能とは

ぶちらいふ新年号では、看護小規模多機能と訪問看護ステーションで活躍する看護職の方と座談会を開きましたのでご紹介します。



柴田 達之
常務取締役
小嶋

座談会の座長を務める小嶋です。リフシアは在宅生活を支えるためのサービスを一元的に提供することを目指して15年間成長してきました。理念の中でも示す「地域社会への貢献」をより強く意識し、更に地域を見ていく総合的サービスへの進化を目指しています。そこにはこれまで以上に医療的機能が求められます。地域にとつても、私たちの運営する訪問看護ステーション（以下、訪問と略す）や看護小規模多機能（以下、看多機と略す）は益々重要になると考えています。そこで今日はその最前線にいる皆さんに集まってもらいました。まずは、最初に自己紹介を兼ねて、リフシアで働くようになったきっかけなど教えてください。



リフシア神明で、訪問の管理者をしている中谷聡美です。私は結婚後初めて訪問で働き、在宅で患者さんを見るお仕事の素晴らしさを知りました。その頃、患者さんが外に出かける壁といえますか、慣れない環境に強い不安を感じている方が多く、「デイサービス



白鳥 香奈江です。子供が小学校に入る迄に家の近くで働きたいと思っていたんですが、近所にリフシア矢畑ができて看多機だと知り、とても気になっていたので、当時私は医療法人の退院支援看護師として、「在宅診療の看護師や訪問の経験を生かし、患者さんが安全にその人らしく自宅で過ごせるようアレンジする仕事をしていました。状態によっては、自宅のケアマネを立てるより看多機のようなサービスの方がいい場合もあり、実際、今日出席している柴田さんに訪問してもらいケースを依頼したこともあります。まだ子供は保育園ですが、ワークライフバランスを考えて少し早く転職しました。



柴田 紫です。医療現場で経験を積んできましたが、約8年前リフシアの小規模多機能の求人を見て



リフシア矢畑 柴田 紫

白鳥 地域包括ケアは、自宅を中心に医療・リハビリ・介護・福祉など切れ目なくサービスを提供するシステムですが、以前から介護保険の縛りの中で医療をどう組み合わせるかが難しく、診療報酬と介護報酬改定の方角を探りながらやっていました。看多機は、在宅で医療と介護を一括して提供できるので、幅広いサービスが提供できます。

リフシア神明 中谷 聡美

白鳥 私からは、在宅でのお看取りを考える上で、ACP（注2）についてお話しします。人の気持ちは様々なステージによって変わります。そのことを前提に、その都度タイムリーに気持ちを確認し記録に残すわけです。実際、自分の状況や今後の予測、最期を考え、本心を引き出すコミュニケーション能力が求められます。ACPを作成することで、家族や介護職も安心して在宅を支えることができますから、法人内でも今後勉強会を開く予定です。

中谷 また、これからは病院から在宅がお看取りの場になってきますので、末期がん、ターミナル期にある方を支える介護者の疲労を考えると、地域包括ケアに求められる私たち看護師の役割は大きいと実感しています。看多機の通い・訪問・宿泊サービスにプラスして、私たちが病院・クリニックの架け橋となり、自宅の療養を支える、看多機は訪問の限界を超えた先にあると言えます。



リフシア矢畑の看護スタッフ

急変し、ご家族が最後の最後に救急搬送し気管挿管までしてしまつたケースがあります。その時、ACPはご家族や連携した医者を含めてみんなで話し合う必要があったと反省しました。

白鳥 日本人は死について話すことに臆病なので、医療関係者が話を向けやすいのではないかと聞かれています。本当にタイミングが難しいですね。

中谷 自宅で亡くなるのを支えるのが訪問の仕事と考えていましたが、在宅死が増え家族も揺れますし、意識がなくなつたら、病状が変わつたらこれ以上自宅で看るのはつらいと思いますよね。リフシアであれば、看多機もあるので、訪問に伺っている看護師が最期まで支えたいと思います。

柴田 グループホームで救急搬送されたお客様で、ご家族がどうしてもリフシアのグループホームで看取って欲しいといわれましたが、夜間の吸引が必要だったため、そのケアが難しいとお答えしたことがありました。

小嶋 物理的にできないジレンマを感じますが、解決できるかどうか別として、そこに向かう姿勢がとても大切ではないかと思えます。今後の看取り社会、看多機も在宅だがどこで亡くなりたいか考えることが大事になっていますね。

（注1）トータルケアアセスメントは、「自立支援・重度化防止」に向け質の高いサービス提供を目指すシステム。リハビリの専門職（PT・OT・ST）や、管理栄養士などの専門職が事業所間で連携して係り、多職種でお客様の生活課題解決に向けたアセスメントを行うリフシア独自のシステムのことをいう。

（注2）ACP（アドバンス・ケア・プランニング）とは、もしものときのために、自らが大切にしていることや希望する人生の最終段階における医療・ケアについて、前もって考え、家族等の信頼できる人や医療・ケアチーム等と繰り返し話し合い共有する取組のことで、人生会議ともいう。



柴田 失散談になりますが、末期がんの方で自宅での最期を希望していた方が

楽しくリハビリ、継続は力なり

介護施設の感染症対策と取り組み

小嶋 それでは最後に、もう一つお話をお願いしたいと思います。ご存知の新型コロナウイルスによる深刻な影響についてです。介護施設には災害や感染症の対応で社会的に求められる役割は大きいものがあります。そのあたりの取り組みや状況はどうですか。

柴田 リフシアの保健衛生委員会として防災備蓄品に加えマスクや消毒用アルコール、フェースシールドなど感染予防の備品を備蓄し管理しています。また、夏前に全事業所を回り感染対策の状況を確認しました。その時はそれぞれ取り組みが統一されておらず、一定の基準になるまでに時間がかかりました。



中谷 11月に神明で介護ではないパート職員に陽性者が出てしまったのですが、他の職員

やお客様に感染しなかったのは不幸中の幸いでした。保健衛生委員会として柴田さんと協力してきていたのですが、グループホームもあるので、認知症の方で部屋にいられない方が多く、どう守り感染を予防するか、スタッフが私たちと同じレベルで守る気持ちがないと難しいと実感しました。神明の事例をもとにクラスターを発生させないよう①委員会で作成したマニュアルを作り直すこと②スタッフへの再教育・指導に取り組むことを具体的な対策にしています。

白鳥 感染予防の動画を見てもいい、ガウンテクニックなど介護職に実際にやってもらいましたが、技術を身に着けるには定期的な研修が大切だと思います。

小嶋 感染予防の知識として持っていることと実際に対応することにギャップが生じないよう、事業所スタッフと話し合いや理解を深めて、体験したことを活かしてください。



訪問看護ステーションをわかりやすく説明した冊子を作りました。リフシア神明・リフシア矢畑の各事業所に用意しているので、必要な方は直接お問い合わせください。