

パートナー せたがや

PARTNER

事業団のホームページ ▶ <https://www.setagayaj.or.jp/>



事業団だより
No.74

令和2年1月15日発行
発行/世田谷区社会福祉事業団
編集/経営企画課経営企画係

〒154-0017
世田谷区世田谷1-23-2
☎ 03-5450-8223(代)
FAX 03-5450-8294

あけましておめでとうございます

今年も世田谷区社会福祉事業団をよろしくお願い申し上げます



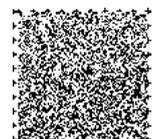
デイ・ホーム弦巻
世田谷区弦巻5-13-19
撮影：11月下旬
デイ・ホーム弦巻前の公園にて

目次	1ページ	目次等
	2ページ	事業団の認知症ケアの取り組みについて（デイ・ホーム）
	3ページ	せたがや福社区民学会参加報告、お役立ち情報
	4ページ	利用者紹介、お知らせ（講演会・ご寄附）



マスコットキャラクター
シャジー

パートナー は、世田谷区の各区民センター、出張所、まちづくりセンター、図書館、あんしんすこやかセンター等、スーパーマーケット **オオゼキ**（上町店、松原店、下北沢店、八幡山店、千歳烏山店、祖師谷大蔵店）及びスーパーマーケット **サミット**（梅ヶ丘店、砧店、砧環八通り店、下馬店、松陰神社前店、成城店、代沢十字路店、深沢不動前店、芦花公園駅前店）、**三品**（世田谷千歳台店）で配布しています。



特集 事業団の認知症ケアの取り組みについて（デイ・ホーム）

事業団のデイ・ホームでは、認知症ケアにおいて、様々なプログラムを実施して認知症予防や症状改善に取り組んでいます。今回は、事業団で認知症ケアとして実施しているデュアルタスク運動（二重課題運動）と日本版BPSDケアプログラムをご紹介します。

●デュアルタスク運動（二重課題運動）

デュアルタスク運動は、二重課題運動とも呼ばれ、体を動かす運動と頭を使うことを同時に行うことで、脳の血流が良くなり、認知機能を高める効果があります。電話をしながらメモを取る、話をしながら歩くなど、日常生活は二重課題の連続です。意識的に運動に取り入れることで認知症を予防します。

デイ・ホーム弦巻では、毎日1時間椅子に座って「健康体操」を行っています。その中で、デュアルタスク運動を取り入れています。

例えば、数をカウントしながら足踏みをして3の倍数で拍手をする、歌を歌いながら手をグーパーするなど、一つひとつの動きは簡単ですが、運動の効果が期待できます。

集団で行うことで活気もでて、楽しく続けられます。まさに継続は力なり！ですね。



▲手拍子される利用者



▲グーパー運動のようす

●施設情報

施設名：デイ・ホーム弦巻
所在地：〒154-0016 世田谷区弦巻5-13-19
電話番号：03-5450-2003



●日本版BPSDケアプログラム

認知症の方にどう向き合っていくのか。デイ・ホーム上北沢では、日本版BPSDケアプログラム^{*1}の取り組みを平成30年度から始めています。

日本版BPSDケアプログラムでは、認知症の方々の行動・心理症状をメッセージとして捉え、①行動の頻度や重症度の観察・評価、②行動の背景にあるニーズの分析、③ニーズに沿ったケア計画の作成、④計画に基づくケアの実行の4つのステップを繰り返しながら、症状の改善を図っていきます。

^{*1} 東京都が公益財団法人東京都医学総合研究所とスウェーデンのケアプログラムをもとに開発した、認知症の行動・心理症状（BPSD）に焦点を当てたモニタリング・計画・ケア・評価を支援するプログラム。



▲職員打ち合わせのようす

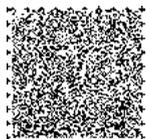
例えば、入浴のとき職員を叩いてしまう方がいました。その方に穏やかに入浴していただくために、ケアプログラムで対応を検討し、ルール化しました。

ゆっくりと穏やかな声かけを続ける、シャワーを使わずかけ湯をして湯あたりを柔らかくする、といった対応を実践しました。

今では叩くという行為は改善されています。認知症の症状改善は、利用者や家族、職員の願いです。それに応えていくチームケア力を培っていく仕組みにもなっています。

●施設情報

施設名：デイ・ホーム上北沢
所在地：〒157-0063 世田谷区粕谷2-23-1
令和元年5月1日から令和2年3月下旬（予定）まで芦花ホーム内で営業します
電話番号：03-6859-5166





せたがや福社区民学会 第11回大会に参加しました



世田谷の福祉に関わる人たちが、さまざまな実践について議論し、学びあい、区民福祉の向上を目指す「せたがや福社区民学会 第11回大会」が12月7日（土）日本大学文理学部で開催されました。

今年のテーマ「^{みんな}学びあい、^{まち}広げよう せたがや福祉の輪『協働でつくる住み続けたい世田谷』」

事業団からは、特別養護老人ホーム、訪問看護ステーション、あんしんすこやかセンター、世田谷区福祉人材育成・研修センターの4つの事業所が、ケアのアプローチ方法、在宅医療、在宅介護等についての実践発表を行いました。



▲松原あんしんすこやかセンター職員による発表の様子

会場には、福祉関係者をはじめ、福祉について学ぶ学生や、実際に福祉サービスを利用している方等、たくさんの方が来場していました。発表者・参加者が相互に学びあい、住み続けたい世田谷（まち）のあり方を考えることで、区民福祉の向上、まちづくりの発展につながる大会になりました。

世田谷区社会福祉事業団は、今後もこのような機会を積極的に利用し、区民や区内で福祉活動に携わっている方との活発な交流を進めてまいります。

お役立ち情報 嚥下(えんげ)と呼吸の関係

嚥下【飲み込み】するとき、私たちは0.5～0.7秒呼吸を止めています。しかし、呼吸が浅いと、その0.5秒も止めることができず、息を吸ってしまうことで食物が気管に入り、誤嚥（ごえん）する原因にもなります。そこで、深い呼吸をしやすくする方法の一つをご紹介します。



①腕を前に置き、手のひらを上にして息を吸う



②息を吐きながら肘を背中の方に移動させる(肩甲骨を意識して行う)

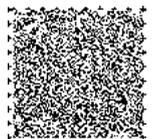


肺は、空気の出し入れで伸びたり縮んだりするように思われがちですが、肺そのものに自動的に動く仕組みはなく、肺を収容している胸郭の容積が変化することで、間接的に伸ばされたり、縮んだりしています。

床に足をしっかりつけて背筋を伸ばしてください♪



特別養護老人ホーム 芦花ホーム 歯科衛生士 渡辺 三恵子



利用者
紹介

元気の みなもと

問 デイ・ホーム弦巻
世田谷区弦巻5-13-19
☎ 03-5450-2003
FAX 03-5450-2015



デイ・ホーム弦巻 服部 公(きみ)様

15年間にわたりデイ・ホーム弦巻をご利用の服部様は、1月の誕生日で101歳を迎えられます。熊本県のご出身で、地元では食堂の経営を、上京後は家事手伝い、大連（中国）で看護師をされてきました。

中国で作り方を教えてもらった餃子は、服部家の自慢料理の一つで、今では娘さんからお孫さんへと受け継がれています。得意の和歌でも、「中国で習い来し味 焼き餃子 今は娘に伝わる味に」と詠まれています。

普段の生活では、助け合いの心を持つこと、相手に優しく接することを心掛けていと話してくださいました。取材の際も、常に笑顔で接していただきました。



▲UNOに集中される服部様



▲体操に取り組む服部様

元気の秘訣 ◆レクリエーションを楽しむこと

服部様の元気の秘訣は、デイ・ホーム弦巻でレクリエーションを楽しむことです。

体操とカードゲームが、特にお好きで、精力的に取り組まれています。体操は自ら率先して参加し、いきいきと体を動かされます。昔から朝夕の体操を一人で励んでこられました。

UNO（カードゲーム）が始まると、次第に勝負師の顔に変わり、集中モードに入られていました。服部様の素早いカードさばきに、職員からも驚きの声が上がっていました。

お知らせ

講演会「最後まで目一杯生きる」

参加費無料

緩和ケア 萬田診療所（前橋市）院長 萬田緑平氏

- ◆日 時 令和2年2月8日（土）9：30～11：30
- ◆会 場 三茶しゃれなあとホール（世田谷区民会館別館）
東京都世田谷区太子堂2-16-7
- ◆対 象 医療福祉関係者／看取りや介護に関心のある区民の方
- ◆お申込み TEL：03-5450-8807（平日9：00～17：00）
FAX：03-5450-8296
（①氏名 ②TELを明記のうえお送りください）
お申込み期限：令和2年1月31日（金）17：00
担当：訪問サービス課 青田

講演では、緩和ケアで関わった利用者や家族の生の言葉や映像とともに、生きることを支える先生の思いをお話いただきます。



ご寄附

多くの皆様より、善意の寄附金、寄附物品をいただきました。心より御礼申し上げます。

令和元年10月1日～令和元年11月30日にご寄附いただいた方
佐々木 佳世子様 他（※お名前はご了承いただいた方のみ掲載しています。）

当法人への寄附は、所得税等の税法上の優遇措置の適用がございます。
ご寄附のお申し出は下記の問い合わせ先、または各事業所までお願いいたします。

問 総務課総務係 ☎ 03-5450-8223

