

ひろがれっど

【ひろがれ、かさなれ、むさしののわ】

2022
第 55 号



特集

美味しく楽しく安全に
特別養護老人ホームゆとりえでの
食事支援の取り組み

●トピックス

オンライン開催 第12回実践発表会

●たて糸よこ糸

ホリゾン・インターナショナル

●えすぱれっそ

地域との交流で進める就労支援

渡辺 江美

事務局からみえる日常

大澤 千穂

いつもの、温かい暮らしを

笑門来福

特集

美味しく楽しく安全に 特別養護老人ホームゆとりえでの 食事支援の取り組み



→地図
P.8-A

食べることは、いくつになっても楽しいことです。

しかし、年を重ねるにつれ、食事中にむせたり、うまく飲み込めないことがあります。

そして、何度もむせたり、食べ物や水分が気管に入り、その結果肺炎になってしまうと、

楽しいはずの食べることが苦しいことになってしまいます。

いつまでも美味しく安全に食事を楽しむことは、誰にとっても毎日の生活を送るうえで大切なテーマです。

特別養護老人ホームゆとりえ（以下、ゆとりえ特養）では介護職だけでなく、

さまざまな専門職と連携することで、その大切な“食”を支えています。

今号はその取り組みについてご紹介します。

●誤嚥性肺炎とは

誤嚥性肺炎は、飲み込む（嚥下する）際に食べたものが食道ではなく、誤って気管の方に流れる（誤嚥する）ことで生じます。口の中の細菌が食べ物や唾液などと一緒に肺に入ってしまい、肺炎を引き起こすことが多いとされています。誤嚥予防することと口の中を清潔に保つことが、誤嚥性肺炎の予防につながります。

●誤嚥予防

誤嚥を予防するには、口腔体操や口腔内マッサージをするなど、食事を支える口腔機能を維持することが有効です。

また、その方の口腔機能に合った、無理なく食べられる食事形態や内容であること、正しい食べ方（姿勢、介助）であるかも大切です。

●食に関する専門職

食べることに関する専門職としてまずあげられるのは、ST（言語聴覚士）です。ゆとりえ特養では他に、歯科医師も口のケアを通して、食事場面に関わっています。

座位姿勢などはPT（理学療法士）、食事の献立や食べる方に適した食事形態を管理するのは管理栄養士及び食事を用意する調理師と、介護職以外にさまざまな職種がチームとなつて食事を支えています。

食のイベントもたくさん！



ベランダで育てたさつま芋



さつま芋の天ぷら



ホットケーキの会



おやつの会



ゆとりえ特養の食を支える専門職のご紹介



1 / ST (言語聴覚士)

ST (言語聴覚士) とは、話すこと、聞くこと、食べるなどを支える専門職です。

言語障害・聴覚障害・嚥下障害のある方に対し、検査や評価を行い、必要な助言・指導・訓練を行います。

ゆとりえ特養では、入居している方々の重度化に伴い、誤嚥性肺炎で入院される方が増え、平成21年から主に嚥下障害へのサポートをしていただきました。

その結果、今では誤嚥性肺炎で入院される方はほとんどいらっしゃらず、看取り期においても安全に配慮をしながら、無理なく好みのものを食べていただくことができています。

加齢や障害などが原因で食べ物をうまく飲み込めなかつたり、むせ込んだりする方に対し、咀嚼（噉む）から嚥下（飲み込む）までの一連の動作の中で課題になつていてる部分を明らかにし、口腔体操や口腔マッサージなどの訓練を行います。

また、適した食事形態や、水分のところの濃度も提案します。

食事中の評価



ご本人にあった、食べやすい、見やすい食器で提供しています。きちんと飲み込んでいるか聴診器から聞こえる音でも確認しています。

口腔体操



お昼ご飯の前に、声を出しながら体と口を動かします。筋肉をしっかりとほぐすことで、飲み込みも良くなります。

ミールラウンド



ST (言語聴覚士) の記録を確認しながら観察し、連携をとっています。聴診器で飲み込むときの喉の様子もチェックしてくださいます。

ゆとりえ特養には毎月1回、協力歯科の診察があります。武藏野市歯科医師会から派遣された歯科医師と衛生士が来てくださり、口腔内や義歯の状況チェック、ブラッシング指導などを受けています。介護職員は、その情報をもとに、ケアの方法を見直します。

また、義歯の調整や作成、歯石の除去、残歯の研磨など、治療の必要がある場合は、別の日程での往診も受けられます。

義歯の調整や作成をした入居者の方には、食事場面の観察（ミールラウンド）を行い、その後食べやすくなつているか、痛みは出でないか、義歯の適合状態などを実際の食事場面で確認してもらえるので安心です。

2 / 歯科医師

ゆとりえ特養には毎月1回、協力歯科の診察があります。武藏野市歯科医師会から派遣された歯科医師と衛生士が来てくださり、口腔内や義歯の状況チェック、ブラッシング指導などを受けています。介護職員は、その情報をもとに、ケアの方法を見直します。

嫌なことをされると感じてしまわないように、気持ちが向かないときには無理はしません。マッサージをして、触れ合う時間を設けます。やさしく「また今度ね!」「元気でいてね」と声をかけてもらい、気持ちもほぐれていきます。中には先生のマッサージを楽しみにしているご利用者も……。



協力歯科診察時の様子

3

P.T（理学療法士）

可動域訓練の様子



加齢や病気の進行に伴い、関節が動きづらくなります。ゆっくりと動かしながら、少しづつ動かせる範囲を広げ、体が硬くなっていくのを予防するための訓練です。

P.T（理学療法士）は基本動作能力（座る、立つ、歩くなど）の回復や維持、および障害の悪化の予防を目的に、運動療法や物理療法（温熱、電気などの物理的手段を治療目的に利用するもの）などを用いて、自立した日常生活が送れるように支援する医学的リハビリテーションの専門職です。

ゆとりえ特養では、週に1回、歩行訓練や可動域訓練、グループ体操などを行っています。

その他に、臥床姿勢や座位姿勢を評価し、介護職員が日々の介護・日常生活リハビリに活かせるように指導しています。

美味しく食べるために、まず整える必要があるのが姿勢で、P.T.は介護現場に必要な不可欠な存在です。

その人に合わせた食事の提供



ハロウィンのハヤシライス
(ペースト食)



ソフト食のお魚

管理栄養士は、日々の献立作成や調理などの給食管理業務と、栄養面・健康面・摂食嚥下機能などをふまえ、入居者お一人おひとりに対し、栄養ケアの計画を立てる専門職です。

身体の機能に合わせた食事提供をすることで、その人らしい日常を健やかに過ごせるように、「自分の口で食べる喜び」をサポートしています。

専門職の情報や、医師や看護師の助言をご本人やご家族と相談し、ご本人の生活スタイルや好みをふまえ、食事内容や食事形態を検討していきます。

また、その日その時の体調・覚醒状態、咀嚼嚥下状態などによって安全に食べられないこともあります。それを見極めることも大切にしています。

美味しく食べるがあふれる笑顔、それが見たいから、これからも多職種連携で、入居者の皆さんのお食を支えていきます!!

4

管理栄養士

夕涼みの会



10月はじめの涼しくなってきた夕暮れ時、ベランダでお酒を楽しむひと時を過ごしました。
嚥下機能が低下しても、ビールや日本酒にとろみを付けたり、ゼリーにしたりして、お酒を楽しむことができます。

5

介護職員

介護職員

オンライン開催 第12回実践発表会



実践発表会は職員のプレゼンテーション能力向上の場でもあります

実践発表会は「地域とつなぐ福祉の未来」をテーマに、①法人全体としての支援力の向上、②法人職員として地域課題を理解し、共有する研修の場を目標に毎年開催しています。12回目の

今回は感染症対策のため11月26日(金)武藏野市役所内で動画撮影を行い、後

日職員限定のウェブ配信での研修となりました。

今年度は15題の実践のうち、選考審査で選ばれた以下の4題が発表されました。

① 武藏野市障害者就労支援センター
あいの「地域の中で仲間と学ぶ、
一緒に成長していく」

早期離職を防ぎ、職場定着を支援するため、在職者向けプログラムを実施。参加者それぞれが主体的にグループワークに取り組むことを通して「働くことの意義」「組織で働くことへの理解」「自分の未来に想いをはせる」というの気づきが得られました。参加者同士の交流も深まり、地域の仲間づくりの素地も生まれました。

② 武藏野福祉作業所「他者と関わることで働く力を育てる」

ダイレクトメールの受注作業を通じ

て、「利用者の「自分で考え、発信する力」を高められるよう一人ひとりに応じた働きかけを続けました。「利用者の力を信じ、ときには発信を「待つ」ことも。「利用者に「自分を認めてくれる存在」と感じてもらえるよう意識してかかわることで、信頼関係を築くことができました」。

③ 特別養護老人ホームゆとりえ
「8時間夜勤導入による理念の実現」

「入居者の生活を豊かにする」ためには、勤務体系の変更という大きな改革も必要でした。勤務時間を変える際、職員間でコミュニケーションをとれるようコアタイムも新たに設置。入居者の「その人らしさ」を共有できるチームづくりに取り組みました。理念を実現するためにはどうしたらよいか職員全体で考えた実践でした。

④ ワークセンター大地
「おしゃべり大好き、みんな好き」

大きな挫折で自信を失い、不安や緊張から在宅生活が続いていた方への地道な取り組みについての発表でした。安心して過ごせるよう工夫を続け、やがて受注作業や創作活動に意欲的に参

加できるようになりました。「本人は大地の仲間と楽しい時間を過ごす中で、笑顔がよく見られるようになり、少しづつ自信を取り戻しつつあります。変化の大きい時代、福祉ニーズは多様化・複雑化しています。今後も地域の課題に向き合い、互いの実践に学び、支援力の向上に努めてまいります。



動画撮影当日は、来賓に武藏野市障害者福祉課長 勝又様を迎えて、当法人の役員も出席しました



ディレクターの河田大蔵さん

工房の名前「HANDo」は「手」の意味。人の手によるモノ作りからコミュニケーションが生まれ、新しい何かが誕生してほしいという願いが込められています。

吉祥寺駅からほど近い場所にあるホリゾン・インターナショナル（以下「ホリゾン」）は、印刷・製本の他、大人の図工室ともいえる工房「HANDo（ハンドウ）」を運営している会社です。事務所前に設置された「街の絵地図」にはペンが用意してあり、お気に入りの店情報、ランダムマーク等を誰もが自由に描き込めます。思わず立ち止まってしまう一角で

たて糸糸 よこ糸

ホリゾン・インターナショナル

ホリゾン・インターナショナル
株式会社

〒180-0005
東京都武蔵野市御殿山1-6-4
TEL : 0422-48-5119
電話対応時間
平日 10:00 ~ 15:00
定休日 土・日・祝日



この日はかわいらしいパンダ柄をプリントしていました。

す。これだけでも、「ホリゾン」が親しみやすくオーブンな場所であることが想像できますが、ディレクターの河田大蔵さんとお話ししていると、それが予感ではなく確信であると感じました。

法人武藏野（以下「武藏野」）が運営する「つむぐと」では、「利用者が描いた絵や作品を販売しています。「ホリゾン」は「つむぐと」の商品製作にも協力しているのですが、「武藏野」や「つむぐと」との縁には、いくつもの偶然が重なっていました。

「たまたま『つむぐと』の前を通ったとき、飾ってあったトレーナーが素敵で購入しました。それが一消費者としての出会い。その後、「ホリゾン」が入っているビルのリノベーションにあたり、「ビル棟落書きせえへんか」大会をすることになりました。参加者を集めていたときに、「武藏野」に聞いてみると「いいよ」と近所の人に言われて、アポなしで行つたんですね。そこで、トレーナーを買った店が「つむぐと」で、その運営元が「武藏野」だと知りました。『つむぐと』での商品製作も見学させて

もらつと、「利用者が使つてゐるインクがホリゾン社製だとわかり、またまたびっくりしました」。まるで小さな点がつながるようにお互いをたぐり寄せていたのは、「聞いてみるといいよ」と言われてすぐにアクションを起こした、河田さんのフットワークの良さと好奇心によるものでした。

初めて「つむぐと」での作業風景を見たときに「『利用者の使う自助具に感動した』と河田さん。一人ひとりの障害に合わせて作られた自助具は、「利用者の姿そのもののような、尊さすら感じさせるのだと」。

今、河田さんが思い描くのは、障害のある方々も含めた多様な人達が暮らす共生社会。その要と位置づけているのが、「利用者の文字を使った「武藏野フォント（仮称）」の実現です。

「文字は誰もが目に見る身近なもの。だからこそ、暮らしにすっと溶け込みます。共生社会の実現とはいっても一足飛びにはいきませんが、文字を通して障害のある方々との接点があつたことにやりげなく気が付ける、そんな社会になつたらいいなと思います。武藏野フォントがその一助になれば嬉しいです」。

武藏野フォントはまだ準備段階ですが、独特の味わいある文字を早く見てみたいですね。河田さんがふらりと「武藏野」に現れたように、「HANDo」も誰もが気軽に立ち寄れる場所。フリマや工作教室もあります。誰かと話したり、何か新しいことをやってみたくなつたら、ぜひ訪れてみてください。

（聞き手 テイセンター山びこ 佐藤直子）

えすふれつそ

ちょっとひとりきり 心がほっと温まるスタッフの日常をお届け♪

地域との交流で進める

就労支援

ジョブアシストいんぐる

渡辺 江美

→地図
P.8-B



駐車場の落ち葉掃きも丁寧に取り組みました
(筆者右)

いんぐるは企業就労を目標とする方が通う就労支援事業所です。週に2回の「地域活動」というプログラムは、地域の事務所や福祉施設の清掃を行い、仕事に必要なスキル・体力の向上を目指す活動です。ただきれいにすることが目的ではありません。「報告・連絡・相談」をはじめ、道具の使い方の強みが見つかります。約1時間の短い活動ですが、活動先から「ありがとうございます!」「きれいになりました!」とねぎらいの言葉をかけてもらうこともあります。ある「利用者のレポートには「感謝の言葉をかけてもらいうれしかった」とあり、やつてよかつたという実感が伝わってきました。

こうした自信の積み重ねが、就労への「意欲」「挑戦」というかたちで次の一步となります。活動を通して、ご利用者の気持ちや行動の変化をしっかりと見つめ、「利用者の目標「企業就労」につながるようサポートしていくたいと思っています。

を覚えること、作業の進め方を考えること、自身の集中力の継続や疲労度を自覚することなど、企業就労で求められるさまざまな力を培うことのできる場です。

地域活動で「利用者とともに汗を流すと、丁寧な仕事ぶりや積極性、根気強さ、他者に対する気づかい等、多くの強みが見つかります。約1時間の短い活動ですが、活動先から「ありがとうございます!」「きれいになりました!」とねぎらいの言葉をかけてもらうこともあります!」とねぎらいの言葉をかけてもらうこともあります。ある「利用者の

センターの事務員として働き始めてから、一日がとても短く感じるようになりました。日々多くのことを学びながら業務に取り組んでいます。

令和2年4月より武藏野障害者総合センターの事務員として働き始めてから、一日がとても短く感じるようになりました。日々多くのことを学びながら業務に取り組んでいます。

入職当初は、新型コロナウイルス感染症流行により、戸惑いと不安を抱えていましたが、事務局員をはじめ、法人職員に温かく励まされ、乗り越える

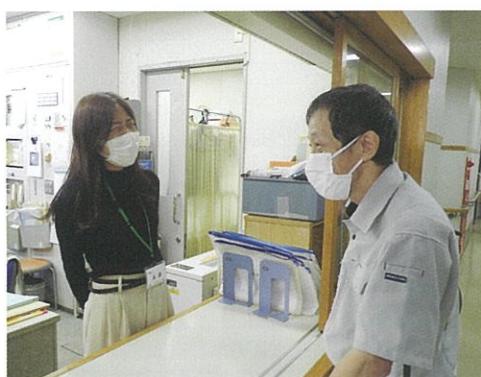
ご利用者との日常のふれあいの中で、その人らしい生き方、働き方、暮らし方を尊重し、その人に適した支援を行っていくとする職員の思いを感じ取れます。表情があまり変わらなければなりません。職員の前だと笑顔になつたり、会話が弾んでいたりと、両者の関係を間近で目にしてきました。こうした中で、私は事務員としてこのような環境を支えていきたいと強く感じました。福祉の専門職ではない私ができることは限られていますが、より良い環境作りをお手伝いできるよう、精進していきたいと思っています。

事務局からみえる日常

法人本部事務局

大澤 千穂

→地図
P.8-C



いつも事務局の窓口で会話を楽しんでいます
(筆者左)

7

笑門来福

いつもの、
温かい暮らしを



皆さまには日頃より温かい励ましとご支援を賜り、心より感謝申し上げます。

寒くなると空気が乾燥し、火災が発生しやすいので用心が必要です。季節性インフルエンザについても油断することなく、十分に注意し予防対策をしていただければと思います。

新型コロナウイルス感染症に関しては、その状況や影響は刻々と変化することから、賢く上手に付き合いながら、日常生活を回復していく必要がありそうです。

法人としましても、正確な情報をもとに、感染拡大防止を最優先とし、適時適切に運営していくたいと考えています。

さて、社会がこのような状況ですので、少し明るい話題をお届けしたいと思います。

先日、特養ゆとりえに、癒し系ロボットの「らぼっとくん(仮称)」がお目見えしました。名前を呼ぶと近付いて来てくれます。大きな瞳がくるくる変わって、かわいく、賢く、ほんのりとゆるい家族型ロボットです。

(理事長 渡邊 昭浩)

入居している皆さんで名前を決めているところで、評判については、あらためて別の機会にご紹介できればと思います。

なお、ゆとりえ特養では十一月よりデイルームでの対面面会を始めていましたが、昨今の新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け、窓越しあるいはオンラインでの面会に戻しています。

普段通りの生活、何気ない時間、平和な日常がいかに貴重で大切なことを、実感しています。

私どもは法人職員であることの「誇り」と「使命感」を胸に、ご利用者やご家族、市民の皆さまの普段の生活を支えていきたいと考えています。同時に、職員も「今日より良い明日の実現」に向けて変化することで、成長につながればと思っています。

「地域社会に役立つ」の理念のもと、地域福祉の向上に寄与できるよう、職員一同、より一層の努力をしてまいりますので、今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

社会福祉法人 武藏野 案内図

各施設は、

- 児童サービス
- 障害者サービス
- 高齢者サービス

に色・書体分けしています。また、Ⓐ～Ⓒは本誌に記事を掲載している施設です。

武藏野市桜堤ケアハウス
軽費老人ホーム
在宅介護・地域包括支援センター
放課後等デイサービスパレット
ハピットサテライト

武藏野市立みどりのこども館
ウィズ ハピット
おもちゃのぐるりん

武藏野市障害者福祉センター
すばる
ほくと(ゆいと)

せきまえハウス

あいる

武藏野市役所
さくらごはん
カフェ・ル・ブレ

わくらす武藏野
なごみの家

北町ほっと館
きたまちハウス
りぶる

武藏野福祉作業所
やさい食堂七福
ワークセンターけやき
(西久保オフィス)

Ⓐ 武藏野障害者総合センター
ワークセンターけやき
ワークセンター大地
デイセンター山びこ
デイセンターふれあい
地域生活支援センターびーと
パールブーケ

Ⓑ ゆとりえ
Ⓐ 特別養護老人ホーム
デイサービスセンター
在宅介護・地域包括支援センター
ゆとりえキッチン

JR中央線

今回の特集は「食」をテーマにしました。コロナ禍で友人、同僚との食事の機会がなくなり、食事は「何を食べるか」だけでなく「誰と食べるか」も大事だと気づきました。(き)

