

岩沼市デイサービスセンターさとのもり地域密着型サービス
令和元年度第2回運営推進会議次第

日時：令和元年11月29日（金）
午後1時30分
場所：岩沼市総合福祉センター
2階ボランティア室

1. 開 会

2. 委員長あいさつ

3. 議 事

- (1) 岩沼市デイサービスセンターさとのもり地域密着型サービス
令和元年度上半期実績・活動報告 【資料1】
- (2) 岩沼市デイサービスセンターさとのもりの個別機能訓練 【資料2】

4. 閉会

令和元年度第2回 運営推進会議録

1. 開催日時 令和元年11月29日(金) 13:30～14:15
2. 開催場所 岩沼市総合福祉センターボランティア活動研修室
3. 事業所名 岩沼市デイサービスセンターさとのもり
4. サービス種類 認知症対応型通所介護
5. 出席状況 出席委員7名
委員 島貫 ちかよ 委員 渋谷 重光 委員 庄司 優
委員 南部 圭介 委員 八島 浩一郎 委員 新妻 一典 委員 濱野 洋子

社会福祉法人岩沼市社会福祉協議会役職員2名
会長 三浦 一朗 事務局長 佐藤 裕和

岩沼市デイサービスセンターさとのもり4名
生活相談員兼介護職員 阿部 信幸 岡崎 祥子 齋藤 幸子
機能訓練士指導員 山口 怜子

6. 委員長のあいさつ

寒い中お集まりいただきありがとうございます。今年度第2回目の運営推進会議というところで、今回も皆さんの意見を伺いながら有意義な会議にしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

7. 議事

(委員長) それでは、執行部より説明をお願いします。

- ①岩沼市デイサービスセンターさとのもり令和元年度上半期実績について
(別紙資料1のとおり説明)

(委員長) 只今の議事について、質問や意見ををお願いします。

(委員) 利用時間を延長したという説明がありましたが、どのくらいの時間を延長しましたか。

(執行部) 通常利用時間は15時30分までで、延長は16時30分までになっています。

(委員長) 半年間、新規利用者がゼロということですが、何か要因はありますか。

(執行部) 若年性アルツハイマー型認知症の方の問い合わせがあったが、認知症対応型の対応ではなく、一般型の対応を希望されました。利用料金が高いため、一般型で回数を多く利用したいという要望もあるようです。

- ②岩沼市デイサービスセンターさとのもり令和元年度上半期活動報告について
(別紙資料1のとおり説明)

(委員長) 只今の議事について、質問や意見ををお願いします。

(委員長) 慰問のボランティアさんは月に何回くらい来ますか。

(執行部) 毎月目玉になる行事を入れているので、多い時は月に4・5回来ていただいています。ご利用者も喜ばれ、ボランティアさんも皆さんに披露することを楽しみにされています。

(委員長) ボランティアさんを調整する時に工夫している点がありますか。

(執行部) 日にちの調整とそれぞれ得意な演目がありますので内容が重ならないように工夫しています。

(委員長) それでは、引き続き執行部からお願いします。

③岩沼市デイサービスセンターさとのもりの個別機能訓練について（別紙資料2のとおり説明）

(委員長) 只今の議事について、質問や意見ををお願いします。

(委員) 認知症対応型の平均年齢は何歳くらいですか。

(執行部) だいたい85歳くらいです。

(委員長) 個別機能訓練の中に集団訓練や個別訓練があるとはどういうことですか。

(執行部) 個別機能訓練とは、その方の状態を評価し訓練を提供するものです。5、6人ぐらいの小グループで集団訓練を行ったり、その方に合わせた個別訓練を行っています。

(委員長) 運営推進会議は色々なやり方があっていいと思います。リハビリを実際に体験したり、活動報告ではありませんでしたが、アニマルセラピーなども行っているとのことだったので、そういった取り組みを見せていただくのもいいと思います。来年度執行部の方には検討していただければと思います。

(執行部) 来年度は実際に行っている活動を見ていただいたり、体験していただくことも検討していきたいと思います。

(委員長) 以上をもって議事の一切を終了とします。ご協力いただきありがとうございました。

(6) その他

(委員) 市からの健康と暮らしの調査依頼について

(事務局) 次回は年度替わりまして9月ごろ予定しています。

(7) 閉会

令和元年度岩沼市デイサービスセンターさとのもり地域密着型サービス
上半期実績・活動報告

利用状況

1. 登録利用者数 12名（男性6名・女性6名）
2. 新規利用契約者数 0名
3. 退所者数 2名（死亡のため）
4. 利用者数等

	利用者数	開所日数(土・日・祝日を除く)	1日平均利用者数
4月	115	20	5.7
5月	98	19	5.1
6月	104	20	5.2
7月	116	22	5.2
8月	122	21	5.8
9月	103	19	5.4
合計	658	121	5.4

施設の取り組み

- ・猛暑の7、8月の臨時利用に積極的に対応した。
- ・利用時間延長に対応した。(延67名)

7月・かわまちテラスに行ってきました!!

7月1日～12日は閑上かわまちテラスツアーでした。閑上の新しい姿に感心しつつ、海の幸のお買い物、海と川を一望しながらのおやつタイムを楽しまれました。お天気も味方した大満足なツアーとなりました。次回の外出は10月です。

お楽しみに☆



さとのもり通信

第69号

令和元年

さとのもりの畑で

取れました!

畑で収穫した玉ねぎを「丸ごとコンソメ煮」にしました。美味しいと好評でした。



★歯と口の健康週間★



☆魔法の呪文!

よく噛むことは効果的

- ・ひまん 防止
- ・みかくの 発達
- ・ことばの 発達
- ・のうの 発達
- ・はの 病気予防
- ・がんの 予防
- ・いちょう 快調
- ・ぜんりよく 投球

6月4～10日は「歯と口の健康週間」、ご利用の皆様に関心を持って頂きました。乾いた舌に塩をつけても塩味を感じません。お口の潤いは味を感じるために重要!これからも口腔体操で唾液を出して、美味しく食事を楽しみましょう☆

7・8月の予定

- ・運動系レク
 - ・夏祭り
 - ・頭の体操
 - ・カレンダー
- 作成 (9.10月)



★9月の敬老会は盛りだくさんでした★

さとのもり通信

第70号
令和元年

9月

12日は
亙理赤十字芸能奉仕団！



9日～13日に敬老会が開かれました。ボランティアによる演芸やご利用者、職員による出し物で、笑顔と笑い声があふれた一週間になりました。皆様の笑顔がさとのもりの元気の源！これからも楽しい時間を一緒に重ねていきましょう。

13日は三浦会長と
花笠ダンサーズ♡



ご利用者の出し物☆

10日は喜久江様の優しい音色のハーモニカ演奏、喜久子様の華麗なマジックショーと素敵なぞうりのストラップ、みよ子様綺麗な折り紙の飾りをご利用者へプレゼントしてくださいました。

職員によるお祝いの舞✦



敬老御膳

お料理には日頃の感謝を、折り鶴の箸置きには皆さまのご長寿への願いを込めました。



職員に仲間が増えました

ドライバー

渡邊忠夫

看護師

高橋千夏

看護師

高橋久美子

これからよろしくお願ひ致します

10・11月の予定

- ・調理 ・秋の創作
- ・外出ツアー
- ・10/28 玉浦小学校 JRC 委員会との交流会
- ・11/6 さくら幼稚園との交流会



さとのもり機能訓練について

デイサービスさとのもり 機能訓練指導員

作業療法士 山口怜子

I なぜ運動を行うのか

1. 平均寿命と健康寿命について (別添 図1 参照)

日常生活に制限があると感じたら、『不健康寿命』です。

私たちの寿命はのび続け、今では人生90年に手が届こうとしています。一方で、『健康寿命』が、平均寿命より男性は約9年、女性は約12年も短いことが分かりました。

日常生活に制限があると感じるのは、骨や筋肉の衰えから立ち座りや歩くことが難しくなることが多くの原因です。

2. 人間の骨密度や筋力について (別添 図2 ①②③参照)

人間の骨密度や筋力は、加齢により低下していきます。

60歳では、20～30歳の頃の約半分です。

しかし、筋力は運動をすることにより向上します。

90歳を過ぎても運動の効果はみとめられています。

さらに、習慣化すると認知症の予防に効果があることが分かってきました。

3. 運動の効果

<からだ的な効果>

- ① 筋力がアップし、柔軟性が高まる。
- ② 腰や膝の痛みが軽くなる。
- ③ 食欲を維持し、消化・吸収を増す。
- ④ 健康的な体形の維持。
- ⑤ 心臓・肺・血管の機能が高まる。
- ⑥ 肥満・高血圧・糖尿病等を予防する。
- ⑦ 抵抗力を高める。
- ⑧ 生活習慣を改善するきっかけになる。

<精神的な効果>

- ① 気分爽快やストレス解消。
- ② 認知症の低減。
- ③ 運動を通して輪が広がる。

Ⅱ さとのもりでの運動の様子

1. 全身のストレッチ、筋力トレーニング（全身を動かす）
2. 道具を使用した運動（ゴムボール、ゴムバンド、棒、タオル等）
3. 足踏みや立ち上がり訓練
4. 機器を使った運動（エアロバイク、階段昇降）
5. 指先の運動（洗濯バサミ、ひも結び、ペグの抜き差し等）
6. プリント（計算問題、漢字問題、まちがい探し等）

Ⅲ さとのもりでの工夫

1. 認知症の主な症状
 - ① 記憶障害
 - ② 見当識障害（日にち、自分がいる場所、知っているはずの人がわからない）
 - ③ 判断力の障害
 - ④ 失語（聞く、話す、読む、書くがうまくできない）
 - ⑤ 失認（目、耳、鼻、舌、皮膚等は問題ないのに、正しく認識できない）
 - ⑥ 失行（体は動くが、やろうとする行動の方法がわからなくなる）
2. 周辺症状
環境や心理状態によって異なります。
服薬や介護、リハビリによって改善する事もあります。
 - ① 認知症による徘徊
 - ② 弄便（べんいじり）
 - ③ 物盗られ妄想
 - ④ 認知症によるせん妄
 - ⑤ 幻覚と錯覚
 - ⑥ 認知症によるうつ・抑うつ
 - ⑦ 暴力・暴言・介護拒否
 - ⑧ 失禁
 - ⑨ 不眠・睡眠障害・昼夜逆転
 - ⑩ 帰宅願望
 - ⑪ 食べない
 - ⑫ 異食

3. 運動にお誘いするときの工夫

- ① お席の周りの方と一緒に声をかけます。
お一人だと、運動や移動に拒否的でも、周囲の雰囲気や、利用者同士で誘い合う等して、運動に参加しやすくなります。
- ② 生活の一部にします。(訓練室の帰りはトイレに寄ることにする等)

4. 運動中の工夫

- ① 体の異変に自分で気付きにくく、伝える事が苦手なので、表情や呼吸状態、運動前の血圧等に注意します。
- ② 手本や見本を交えて説明します。
- ③ 雑談の時も、利用者様の話を再度言う等して、雑談の輪に入りやすくします。
集中力を保つ事が苦手なので、メリハリをつけます。
- ④ 反応や行動がゆっくりのため、安心してできるよう、運動の見本をゆっくりします。また、自尊心を保つため、特定の方のみに声掛けするのは極力少なくし、参加者全員にむかって声掛けするようにします。
- ⑤ 誘導の声がけに工夫をします。〇〇しないで。〇〇ダメよ。そうじゃないよ。等の否定の言葉ではなく、△△します。等の肯定的な言葉を少ない言葉で伝えるようにします。また、あっちにいきましょう。より、介助者が移動して、こちらに来てください。の方が、誘導しやすいことが多いです。

5. その他

- ① 個別に対応します。
あらためて、「運動」というと、身構えてしまう方もいます。体の機能的には歩ける状態でも、認知機能の低下のため、車椅子を利用している方もいらっしゃいます。そのような方には、入浴やトイレへの移動時など、普段の生活の中で歩く機会を増やしています。また、訓練という雰囲気ではなく、いつものお席で、近くの方とキャッチボールをする等の馴染みのある活動で、運動量を増やしていきます。
- ② 小集団で運動します。
普段の生活では、立ち上がることや、腕をあげること等が難しい方でも、小集団の体操になると、周囲の運動している様子を見て、運動しようという気持ちが高まることがあります。

IVまとめ

認知症の症状は、もともとの性格や育ってきた環境、現在の生活環境によって変わります。また、その時の状況も影響するので、利用者様一人として同じ症

状の方はいらっしゃいません。その場面、その方に合わせた対応をその都度工夫していく必要があります。

V 参考資料

1. 別添 図1

厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会・次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会「健康日本21（第二次）の推進に関する参考資料」

2. 別添 図2

①そら株式会社

自分で獲得する健康とアンチエイジング

②文部科学省統計

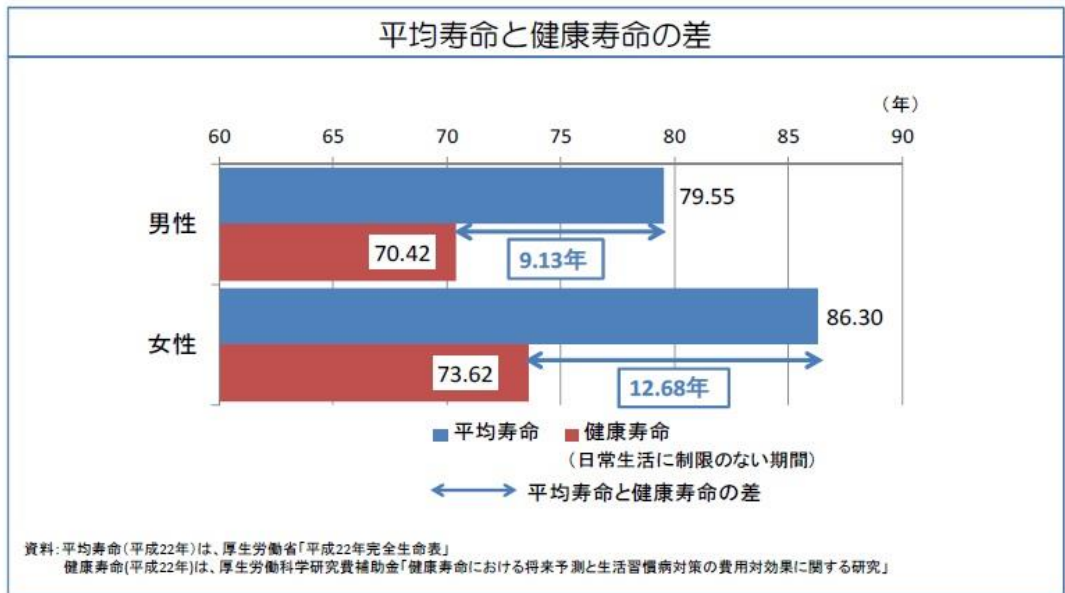
平成24年度 体力・運動能力調査より

③谷本芳美，渡辺美鈴，河野令，広田千賀，高崎恭輔，河野公一，

日本人筋力量の加齢による特徴 日本老年医学 2010

別添

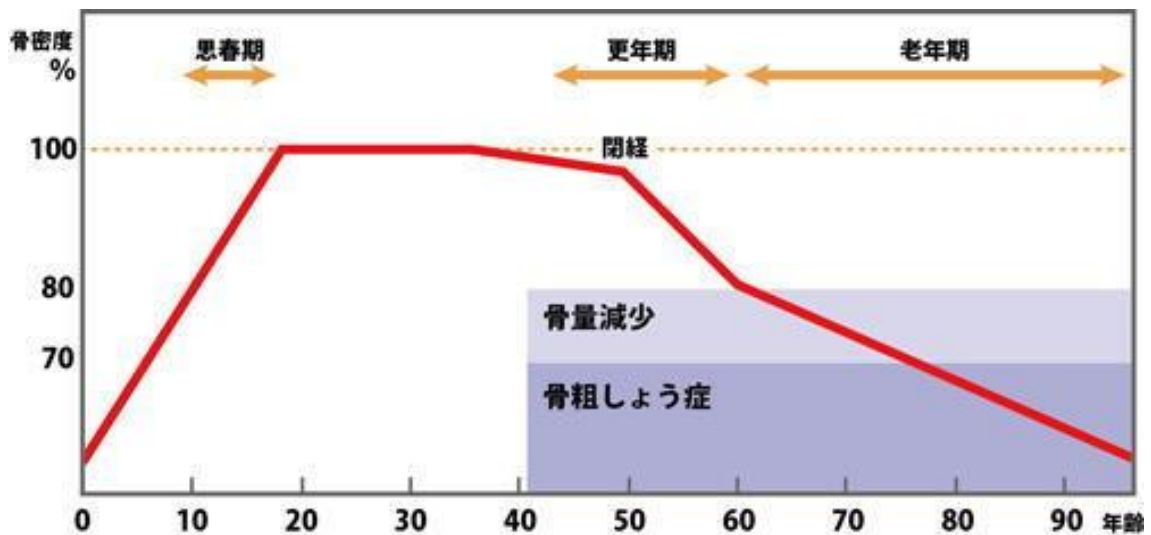
図 1.



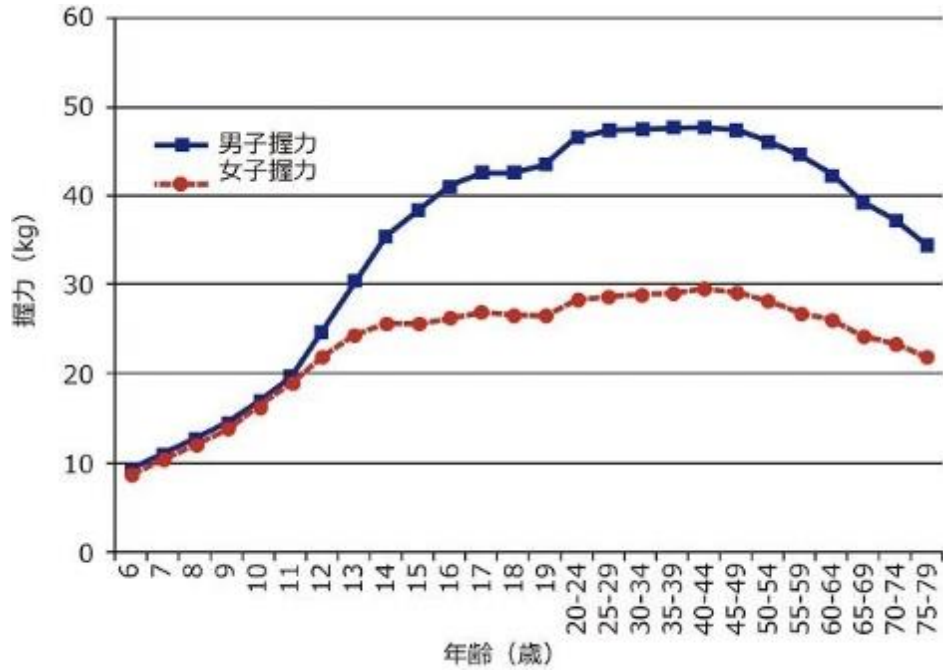
[出典]厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会・次期国民健康づくり運動プラン策定専門委員会
「健康日本21(第二次)の推進に関する参考資料」p25

図 2.

①

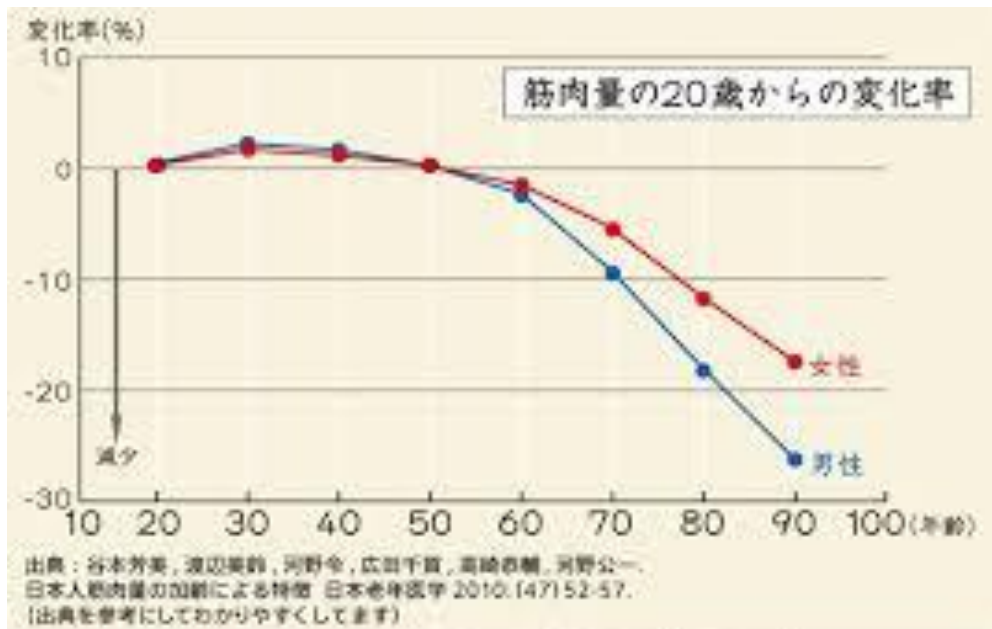


②



文部科学省統計：平成 24 年度 体力・運動能力調査より

③



出典：谷本芳美，渡辺美鈴，河野全，広田千賀，高崎恭輔，河野公一。
日本人筋肉量の加齢による特徴 日本老年医学 2010; 14(7) 52-57。
(出典を参考にしてわかりやすくしています)

provided by https://id.nii.ac.jp/doi/10.2892/issn.1349-7228/73966d1c145b3f281a0c9d

第2回運営推進会議 （令和元年11月29日）

