

介護老人保健施設

老健ホームいしかわ

きらめき



入所様の作品



人生100年時代

寿命は西日本が長く、東北地方は多い塩分が高血圧の原因になって寿命が短いという説があるが本当だろうか。厚生省が公開している都道府県別の平均寿命を調べると、興味深いことが分かる。暖かい沖縄は1980年代を通じて第1位で、寒い東北各県は各年代を通じて下位を占めており、なんとなく納得できる。しかし、沖縄は1990年の5位から順位が下がり続け、2020年には43位まで下がった。沖縄に代わって1990年に1位になったのは長野で、2000年には長野に次いで福井が2位となり、2020年には1位滋賀、6位石川、7位福井となっている。このように、各県の平均寿命は気候では左右されず、変動するのが分かる。では何が寿命の長さを決めているのだろうか？厚生省が統計を取り始めた1965年の平均寿命は男性67歳、女性73歳であった。2020年には男性81歳、女性88歳となり、半世紀で約15年も寿命が延びた。その理由は、医学研究の進歩と医療・介護制度の整備によることは明らかであろう。2022年9月時点で全国の100歳以上は9万526人で、総人口の0.7%となる。老健ホームいしかわには平均して90名の入所者がいるが、現在100歳以上が7人(7.7%)で全国の割合をはるかに上回る。全国の介護施設でも同様の年齢構成と推察され、医療と介護が寿命を“ある程度”規定するという考えを支持する。最近厚生省はエビデンスに基づく介護情報システム(LIFE)を始め、介護現場からデータを収集・分析することを始めた。これで「寿命」を主要な要素として都道府県別に解析してフィードバックしたら、介護施設で働く人にとって大きなモチベーションになるのではないだろうか。

施設長 吉本 谷博



リハビリ頑張ってます!

老健ホームいしかわでは担当のリハビリ職員が入所者様それぞれに個別メニューを作成します。写真のように、ご自宅にもあるような身近にある道具を使い、日々リハビリに励んでおります。また、身体面のみならず心の活性化にもつながるよう入所者様の嗜好も取り入れており、入所者様のお気持ちに寄り添ったリハビリを目指しています。



回想法

懐かしいものや映像を見て思い出を語り合うことは、脳が活性化し情緒を安定させ、認知症の進行予防の可能性があるとされています。



園芸療法

植物との関わりを通して心の癒しを受けると同時に、作業では座る・耕す・掘る・水を撒くなどの動作で運動能力の維持増進に繋がります。



集団体操

各療養棟にて大勢の入所者様と一緒にいきます。じゃんけんや指先を使った運動では笑いもあり楽しい雰囲気の中で行われています。



入所者様の口腔衛生管理に努めています

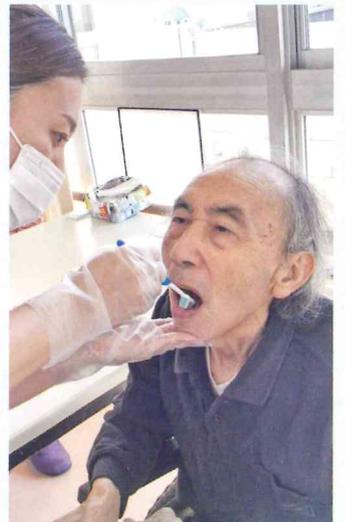


老健ホームいしかわでは、昨年からアルバ歯科の歯科衛生士さんにご協力いただき、口腔衛生管理として月2回の往診を開始しました。

高齢者にとって適切な口腔ケアには以下のような効果があります。

- ・口腔内の細菌減少は、日本の高齢者の死因の第3位に挙げられる「誤嚥性肺炎」のリスクを低下させます。
- ・口腔内の乾燥が緩和されることで味覚が回復し、食欲の向上につながります。
- ・口腔機能が良好に保たれることで、食事や会話をする上での支障が減り、それらをより楽しめるようになり生活の質が向上します。

また、歯科衛生士さんには往診のほか、職員に対しての口腔ケアの指導もお願いしております。「歯ブラシの選び方・使い方」「歯ブラシ以外の清掃用具の使い分け」「歯みがき介助のポイント」「義歯清掃の仕方」「発声・構音機能」など様々なアドバイスのほか、日頃抱えていた疑問を専門的に助言して下さることにより、職員も今まで以上に入所者様に対しての口腔ケア介助に自信が持てるようになりました。



この取り組みにより入所者様が一層元気な生活が送られるよう、職員も技術を磨いていきたいと思っております。

季節感を味わえる食事を企画しています

3月は「ひな祭りランチ」、4月は「お花見ランチ」と銘打ち、いつもよりちょっぴり豪華なお昼ご飯となりました。皆さんご機嫌な表情で「美味しいな～」と食していました。



今年も桜を楽しみました

3月末、中庭にある桜の木が満開を迎えました。入所者様はリハビリの合間にお花見し、気持ちを新たにしました。

面会に来られたご家族様も写真におさめ、その美しさを堪能されていました。

