

最初はケアマネジャーの小林さんから、病院を退院した重度要介護状態の方を宿泊サービスで支え、その後通い・訪問サービスに移行してお元気になったという認知症の90歳の方の事例を上げ、小規模多機能の特色とケアプランの説明がありました。続いて品川所長が、利用している方の生活環境調査(お部屋、手洗い、風呂場の状況や段差など)と、多職種連携(ケアマネジャー・介護職・看護職・リハビリ職等)で取り組むリハビリプログラム等をスライドで紹介しました。「誰かにやらされるのではなく、ご本人が納得して自発的に取り組むこと」を大切に考えているそうです。(中面に写真があります)お食事の試食では、調理しているセントラルキッチン(リ



会場はグループホームの2階→

参加者の声



善行台町内会会長 植木春雄さん  
52年前に町内会ができ、その当時の人は結構な年齢になっている。遅かれ早かれ必要になるのだから、近場にこういうところできて本当に良かった。とにかく地域に開かれた事業所がいいね。これから秋にかけて地域で芋ほり大会や防災訓練などあるから、是非皆さんと参加してください。(リフシア善行の運営推進会議メンバーで、施設の防火訓練にも協力いただき、ボランティアさんにも声をかけてくださいます。開設当時から本当に心強いご近所様です。)

「嚥下食は料理屋さ  
んで出せるくらい彩が良  
い」「しっかり味もついてい  
て美味しい、口  
の中でべとつか  
ない」等の感想  
がありました。  
栄養面だけでなく  
飲み込みの様子  
に合わせたお食  
事を実感してい  
ただきました。



盛り付け写真、上が嚥下食  
下が介護食

認知症サポーター養成講座の開  
催や、善行台ふれあいフェスタ  
への参加など、地域の皆さまと  
交流する機会も増え、私たちの  
サービスのこともっと知って  
いただく努力が必要、お役に立  
てるようこれからも頑張りま  
す！お気軽に施設見学等、お問  
い合わせください。  
(所長 品川 礼法)



## 報告「リフシア善行、自宅での介護を支える相談会」開催

近隣の皆さま(ご家族、民生委員、包括支援センター、ボランティアさん、介護職の方等)にリフシア善行にお集まりいただき、「相談会」(7月22日、23日)を開催しました。在宅介護に関心のある皆さまが集まり、介護食の試食を交えた和やかな交流ができましたのでご報告します。

## 編集後記 残暑お見舞い申し上げます

今号で紹介したリフシア善行は、これからも不定期ですが小規模多機能のサービス相談会を開催するそうです。今すぐ利用が必要でなくても、お近くにあるリフシアの事業所で介護の相談ができます。日々の様子は、らいふ日記(ブログ)でご覧いただけます。特集記事「リフシアの新しい研修」のケアトレーナー養成講座を主宰する益田氏は、介護職からスタートして理学療法士になったそうです。介護職にわかりやすいオリジナルテキストを作成し、講座を運営するリハビリ職のリーダーとして活躍しています。最近、医療から介護に来る専門職が増え、「病院でかかった人がその後どうしているか、見えなかった在宅生活を支えたい」という志のある人が介護現場で働いているのが、本当に心強いです。



ケアトレーナー養成講座のオリジナルテキスト

### 投稿写真 海の日の茅ヶ崎海岸、濱降り祭 (2016.7.18)



らいふ通信「ふちらいふ」夏号 Vol.44  
2016年8月15日(季刊発行)  
編集/ふちらいふ編集室  
〒253-0071 神奈川県茅ヶ崎市萩園 2822-1  
TEL0467-55-5102 FAX0467-55-5103  
発行/株式会社リフシア

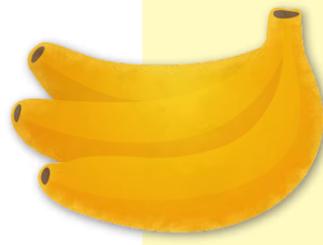
## くだものシリーズ ③ バナナ

▼バナナを食べる前に、まず、私はあの歌を思い出します。  
♪デューオー イデティデテ：  
という歌い出しから強烈なインパクトがある「バナナボートの歌」です。昭和三十年代に浜村美智子がハリウッド・フォントの歌をカバーして日本でも大いに流行りました。この歌はカリブソングの代表曲と言われ、ジャマイカ(キューバの南の国)で港でのバナナの積みおろしの時のワークソング(労働歌)です。

日本人が食べる果物はリンゴ、みかんを抑えて、堂々一位の人氣がバナナだという調査があります。年間一世帯当たり18Kgも食べているそうです。バナナは青いうちに収穫し、日本に輸入され、ムロで人工的に熟成させてから店頭に出ます。現在は日本全体の輸入量の95%がフィリピンバナナです。価格が安定していて、何よりも手で皮をむくだけで食べ易いからでしょう。

▼バナナは食用で別名「実芭蕉」ともいって、熱帯植物です。日本ではほとんど自生していません。同種の芭蕉は古来から日本にも自生しています。この植物繊維から生まれた芭蕉布という奄美群島の特産品の織物があります。  
▼話変わって、意外なことに「バナナ」と人の名前には関わりがありません。バナマンという男性のお笑いコンビがいます。吉本ばななという「キッチン」などのベストセラーを書いた女流作家がいます。それぞれ名前の由来は知りませんが、面白い名前です。更に、バナナとは同種の「芭蕉」といえば、「奥のほそ道」を書いた俳

人松尾芭蕉はあまりに有名です。▼最後はもう一本バナナを食べ、て終わらしましょう。  
主食にしている民族にとっては、バナナは文字通りご飯代わりです。戦後の日本でも、食うや食わすの時代に国産のリンゴやミカンより早く庶民の口に入った果物は台湾やフィリピンからの輸入したバナナでした。  
爾来、バナナは万民に好まれる果物になり  
ました。  
(井)



# ケアトレーナー養成講座が 介護現場を変える。



講座を主宰する  
リフシア鶴沼海岸所長  
**益田康輔**  
(理学療法士・介護福祉士)

介護職が運動プログラムや生活リハビリ、高齢者がかかりやすい疾患の基礎知識、マネジメントについて学びスキルアップを目指す。

全6回で構成されるケアトレーナー養成講座（厚生労働省の助成金を受けている研修）は、

各講座の講師は、リフシアの専門職（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・看護師・ケアマネジャー）です。受講者は、修了試験に合格しなければケアトレーナーとして活動できません。



事例をもとにリハビリマネジメントについてグループワーク(写真左)、作成した個別機能訓練を発表する受講生(写真上)



↑「楽しい体験がやってみてみたい気持ちを育む！」茅ヶ崎市の予防事業で活躍している原田さん(リフシアの理学療法士)の講義で実践的に体験



↑2人ペアで、食事介助の位置や目線、ごっくんと飲み込みやすい姿勢を考える。



ご本人が納得して取り組めるよう専門職がプログラムを説明します。第1期養成講座で資格取得したケアトレーナーも活躍中です(リフシア発行)。



在宅介護の現場は医療と違い、要介護の方の日常生活や社会活動への参加を支援する生活リハビリが大切になります。それは、お元気な時だけでなく最期の時まで私たちが持たなければならぬ視点です。そのためこの講座では、お客様がより良い生活が営めるよう、「身体機能を見極める目」、「環境を整える腕」、「やる気を引き出し支える心」を養います。

第1回は受講生の約半分が終了試験に合格し、各現場で取り組みを始めています。また、6月から第2回目も始まり、8月下旬に修了

試験を準備しています。講師たちも自らの勉強の場と捉え、テキストや講義内容について打ち合わせに余念がありません。そういう意味で、ともに相乗効果が期待できる、リフシアの新しい研修といえます。



す。計画書作成にあたっては、ただお客様の機能低下防止ではなく、その方の目標を日頃の会話によって知り、段階的に目標達成を目指すことを心掛けています。

## ケアトレーナー養成講座第1期生



リフシア松ヶ丘 小規模多機能型居宅介護  
介護職 朝長 知加子



ケアトレーナー養成講座では、介護職の視点からのリハビリケアが提供できるように、各疾患の基礎知識を深め、個別の目標設定からケア計画作成演習を行います。基本となるのは生活リハビリです。

と考えながらお客様と関わるようになりました。また、他職員との協働や、ご家族の協力を得ながら、毎日の生活場面で生活リハビリを積み重ねることが大切なのだと思ってきました。最終試験も無事合格し、リフシアのケアトレーナーとして少しずつ活動しています。これからもみなさんが自分らしい生活を取り戻す一助になるよう頑張りたいと思います。



リフシア松林 小規模多機能型居宅介護  
介護職 小島 雄也

ケアトレーナー資格取得にあたって、効果的な体操方法や症状に合わせたリハビリ、ケアマネジメントの進め方など様々なことを学ばせていただきました。

然とリハビリをして能力を維持向上していく…というのはあくまで過程の話であり、常にお客様のその先を見据え、楽しみを増やし、生活意欲の向上につなげていくことを目標としています。



リフシア松林 小規模多機能型居宅介護  
介護職 守屋 亮祐

ケアトレーナーの資格取得後は、個別機能訓練の計画書を作成し、巡回訪問で松林を担っている原田さん(リフシアの理学療法士)によるリハビリの立ちあいをしています。

す。計画書作成にあたっては、ただお客様の機能低下防止ではなく、その方の目標を日頃の会話によって知り、段階的に目標達成を目指すことを心掛けています。

これからもお客様が楽しみながらご自身の可能性を最大限引き出せるようなケアを行っていききたいと思います。