

ぷちらいふ

らいふ通信

lifsea
株式会社リフシア

HP / http://lifsea.co.jp
らいふ日記 (スタッフブログ)
green.ap.teacup.com/lifekaigo
2019春Vol.55



わたしたちが訪問します

自宅に行かなくても様子がわかる、連携しやすいと好評を頂いています。利用のニーズは様々なので、事例を紹介いたします。

このサービスの特徴は、従来の訪問介護と違って、リフシア浜之郷に国家資格（介護福祉士）を持つ経験豊富なオペレーターが常駐している事です。困ったときに24時間連絡がとれ、必要があれば緊急で訪問を依頼できるのです。訪問時の記録もスマートフォンを使用し、リアルタイムでご家族や主治医、訪問看護師、ケアマネジャー等と情報のやり取りが出来ます。



車両を使い、これから在宅サービスに出発します



在宅介護の最前線
定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービスについて
茅ヶ崎市内でサービスを始め、1年になりました。まだまだこのサービスを知らない方が多いので、指定を受けたヘルパーズエーションリフシア浜之郷の熊本所長取材しました。



光

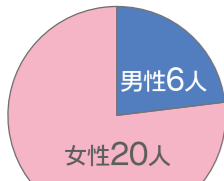
地域の専門職と連携して生活課題を解決

在宅高齢者に共通する問題で、食事提供があります。買い物や、状態に合わせた調理に時間が必要になり、お客様に係る時間がその分とられてしまいます。そこで私たちは、歯科医やタンポポの栄養士に相談し、飲み込みや口腔の状態に合わせた食事の提案をしました。たとえ要介護になっても在宅生活が続けられるようそれぞれの専門職を巻き込み協力して、必要な情報を発信、サービスに置き換える役割を果たします。

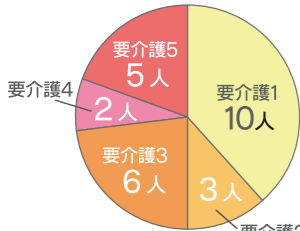
まだまだ微力ですが、茅ヶ崎市内全域をカバーできるように、頑張ります。

現在の活動状況

延べ利用人数



要介護度別の登録延べ人数



サービスを利用している方の居住地区

高田	東海岸南
松林	平太夫新田
下町屋	円蔵
松浪	香川
浜之郷	東海岸北
美住町	鶴が台
萩園	室田
松風台	本村

緊急通報装置、ICタグ、記録用スマートフォン



など一日の過ごし方や介護の必要な場面を確認しながらサービス提供した結果、今もお元気に自宅で生活されています。

病院から退院、不安を抱えて在宅生活を再開したAさん
疾病が原因で片麻痺になったAさん(63歳、要介護3)、以前のように生活できるか不安を抱えて退院、その日の夜間に転倒してしまいました。通報を受け緊急訪問を行い、翌日から介護内容を変更、訪問回数を増やして生活状況の把握に努めました。モニタリングケア、服薬介助、健康状態の把握、トイレ誘導、など一日の過ごし方や介護の必要な場面を確認しながらサービス提供した結果、今もお元気に自宅で生活されています。

和菓子

シリーズ④ 羊羹 ようかん

ようかんは漢字で「羊羹」と書き、元々は、中国で羊の肉を使ったスープで、



羊羹かんとは厚切りのことで、こんな難しい漢字が当てられました。料理と料理の間に出される点心の一つですが、鎌倉時代に留学した禅僧が持ち帰って、日本では羊の肉の代わりに小豆を入れて甘く煮て食べるようになり、和菓子の一つになったそうです。ひと口に羊羹といっても色々な種類があります。一般的には小豆の餡を箱型に流し込んで寒天で固めたものが煉り羊羹といわれるものです。寒天でなく小麦粉や葛で固めて蒸したものが蒸し羊羹で、伝来した当初はこれが主流だったといえます。小豆でなく栗の餡を包めば栗羊羹です。サツマイモを原料として練り上げた芋羊羹もあります。水羊羹は水分が多く寒天を少なくして、冷やして固めた夏の定番の和菓子です。向田邦子のエッセイに「水羊羹」という小品があります。あの研ぎ澄まされたシャープな形が心地良く、夏の到来を感じるといっているので、作家の感性は鋭いものがあります。

羊羹の数え方の単位は「棹(さお)」と言います。俗に「棹もの」と呼ばれる細長い菓子類です。箱型に流し込んで固めて作り、箱を舟に見立て舟に付きものは棹と言つので、1棹、2棹...という数え方します。

次に、決して特定の店や商品を宣伝するわけではありませんが、和菓子文化の一つの象徴として、羊羹の虎屋が有名です。室町時代から京都で創業した老舗です。この店が発行している虎屋文庫に『和菓子を楽しむ人たち』という本に和菓子好きの著名人の話がたくさん載っています。「夜の梅」「おもかげ」「千里の風」などの商品のネーミングにもどこか風情が感じられます。

戦後の食べ物が少ない時期、私の父は大の甘党で、羊羹を驚嘆してムシヤムシヤ食べた夢をみた家族を笑わせたことがあります。何時の時代にも、羊羹の重厚な重みと味は和菓子の王様です。(井)

編集後記

「民間事業者の質を高める」全国事業者協議会(略称民介協)主催の第13回全国事例発表会の授賞式がありました。(2月23日)

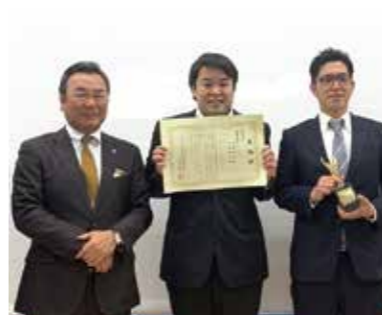
最優秀賞に8事業所が選ばれ、シヨートステイでリハビリケアを実践したリフシア鵜沼海岸も受賞しました。

うれしい報告がもう一つ、リフシア松が丘(デイサービス)が平成30年度優良介護サービス事業所「かながわ認証」を受賞しました。(3月19日)

自分たちの取り組みが外部から評価されると、スタッフのやる気につながります。一般の方がサービスを選択する指標にもなるので、これからも、このような機会を積極的に活用したいと思っています。



かながわ認証の授賞式の写真。左からリフシア松が丘(デイサービス)の川島介護士、橋本所長、小嶋事務取締役



第13回全国事例発表会授賞式に於いて、左から民介協の佐藤理事長、高橋生活相談員、守屋ユニットリーダー



光

リフシアネットタンポポは、 藤沢・茅ヶ崎エリアで初となる 認定栄養ケアステーションを開設しました！

高齢者向けの食事の開発・提供や介護予防事業などを行うタンポポが、今年4月「認定栄養ケアステーション」となりました。昨年にスタートした制度で、現在タンポポを含めて神奈川県内に8箇所あります。

私たち「認定栄養ケアステーションタンポポ」は、認定を受ける以前から茅ヶ崎市や藤沢市内の高齢者のお宅と施設を回り、栄養や食事形態の相談、勉強会などを行ってきました。（2016年春号・秋号に関連記事あり）病院や施設の栄養士と違い、地域の栄養士の活動はまだ良く知られていないので、呼ばれたら介護教室などのお手伝いも積極的に取り組んで

います。写真は茅ヶ崎市香川の社会福祉協議会が開催した福祉まつりです。子供からお年寄りまで幅広い年齢層の方と触れ合えるチャンス、嚥下調整食の試食コーナーをつくり、味や食感を体験していただきました。顔の見えるネットワーク作りができ好評でした。

した活動で、病気の再発予防や介護予防に貢献したいと思えますので、食に関する悩みや相談がございましたらお気軽にお問い合わせください。



昨年12月に開催された福祉まつり、たくさんの方が来てくださいました。（茅ヶ崎市香川小学校に於いて）

はじめまして、認定栄養ケアステーション タンポポの責任者、遠藤です。



遠藤 優美
管理栄養士

お問合せ

認定栄養ケアステーション タンポポ
☎0467-38-7315
〒253-0071 茅ヶ崎秋園2839



嚥下調整食と在宅に配達している高齢者向けの「やわらか食弁当」も紹介、高齢者が食べやすいお肉、お魚や、口の中でべとつかない嚥下調整食(パフェ)を沢山の方が試食されました。



特集 高齢者を取り巻く介護保険外サービスについて

食をとおして地域をつなぐ リフシアネットタンポポの 配食サービス

自立した生活を維持するためには、安定した「衣・食・住」の確保が不可欠です。特に「食」が維持できなければ低栄養状態に陥り、たとえ体操やリハビリに熱心に取り組んでもその効果が得られないのです。今、施設だけでなく地域における栄養ケアの重要性が高まっています。保険外のサービス事業として施設や病院、在宅に食を提供する「リフシアネット タンポポ」を紹介します。



セントラルキッチン内

日本の高齢化の現状は深刻です。2025年後期高齢者人口（75歳

以上）が高齢者人口全体の約3分の2を占めるようになり、フレイル（虚弱な状態）になる人が益々増加すると予測されています。加齢に伴い病気を抱える、食欲や活動量、認知機能などが低下するなど、フレイルになると要介護状態になりやすくなります。そこで、厚生労働省が、高齢者の低栄養防止・重度化予防を推進するため、高齢者の特性を踏まえた保健指導などに力を入れ、現在、食の自立・栄養改善・栄養マネジメント、健康寿命をいかに伸ばすかが大きなテーマとなっています。



高齢者の低栄養を予防する タンポポの献立

介護予防で大切なことは「口から食べること」、全身の機能を使い生活機能も高まります。そして健康を維持する食習慣を見直すことも必要です。みなさんはこの1週間どのような食事をしましたか？ 買い物や調理が大変、一人暮らしで食事の回数が減ったという人はいませんか？ かむ力や飲み込む力が衰えて食が細くなった、偏りが出ている等、いくつかあてはまる人は低栄養の危険があります。

私たちは高齢者のかむ力や飲み込む力に配慮して、健康維持に必要な栄養素（エネルギーやたんぱく質等）がしっかり摂れる献立を開発、リフシアをはじめとした介護施設や病院に食事を提供しています。そして何より、食事がおいしい、楽しい時間になるよう、栄養士が味付けや多様な食材を組み合わせた献立を工夫して調理・衛生管理まで監修します。（献立の目安は厚生労働省の食事摂取基準を参考に、食塩相当は2g以下）



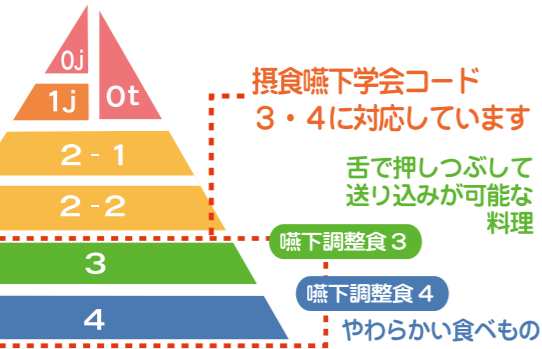
栄養サポートと 在宅への配食サービス

タンポポはやわらか食のお弁当を配食しています。この春には嚥下調整食のお弁当も在宅にお届けできるようになりました。在宅介護では、身の回りのお世話をしながら嚥下機能に合わせ調理するのは大変という意見を聞きます。入院中は問題なかったけれど、退院後に誤嚥をして再入院するケースもよくあります。タンポポの配食サービスは、栄養士による栄養サポートがあるので、必要に応じて個人への栄養ケアや、周辺の医療機関、ケアマネジャー、サービス事業所などと連携し、退院後の食事調整や在宅栄養ケアもおこなっています。地域の皆さまの食生活を豊かにする配食サービスを目指して、これからも成長を続けます。（タンポポが提供する食事は、日本摂食・嚥下リハビリテーション学会の学会分類を参考にしています（下図参照）



高齢者が安心して食べられるやわらかさ

歯ぐきでつぶせる
やわらかさです
(平均値)



摂食嚥下学会コード
3・4に対応しています

舌で押しつぶして
送り込みが可能な
料理

嚥下調整食3

嚥下調整食4

やわらかい食べもの

摂食嚥下学会分類 2018 とは？ 嚥下機能障害のある方のための食事の形態について、日本摂食・嚥下リハビリテーション学会が解説したものです。

栄養ケアステーションとは？

管理栄養士・栄養士が地域にきめ細かく栄養ケアのネットワークを築き、地域住民の健やかな生活を生涯にわたって支えることができる体制づくりを目指して、日本栄養士会が認定をおこなっています。

- ・訪問栄養指導
- ・栄養相談、セミナー、研修会への講師派遣
- ・健康、栄養関連の情報、専門的知見に基づく献立等の提供
- ・料理教室、栄養教室の企画・運営
- ・診療報酬、介護報酬にかかる栄養食事指導と関連業務
- ・地域包括ケアシステムにかかる事業関連業務などが主な活動です

