

第19回 運営推進会議

1, 開催に際して

サービスセンター愛全園の運営推進会議にお越しいただきありがとうございます。

この会議は、認知症対応型通所介護にて、半年に一度の開催が義務付けられており、こうして皆さまに来ていただくことで、無事に開催ができること、感謝申し上げます。

本日は、普段ご利用者が行っているステップ体操やパタコロを実際に皆さまに体験していただく機会をご用意いたしました。また、当センターでの認知症ケアについてもご紹介させていただきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

2, ステップ体操、パタコロの説明（岡部理学療法士より）

認知症対応型通所介護では、バイタル測定後に「脳機能訓練」、「ボール体操」などを行っていましたが、活動量低下の懸念があり、「ステップ体操」を令和7年12月から開始いたしました。愛全園オリジナルです。このステップ体操を行うことで、前頭葉の活性化や記憶力の維持・向上、浮腫の軽減といった効果が期待できます。こちらは3分半ほど、いすに座りながら音楽に合わせて足を動かします。今では皆さま慣れてこられ、頑張って足を動かしていらっしゃいます。それでは、こちらの体操を皆さまぜひご体感ください。

→参加者の方々とステップ体操を行いました。「順番が意外と難しい!」、「いい運動になりますね!」、「終わった後、気持ちがいいですね。」といった感想をいただきました。

皆さま、ありがとうございました。歩くのと同じくらいの運動量になり、また数字を見て考えながら足を動かすことで、脳の血流を増やし活性化に繋がります。

では次に、「パタコロ」について説明させていただきます。

「パタコロ」は、筋力トレーニングのように強い力を必要とせず、座ったまま行う運動です。専用の器具を使い足首を「パタパタ」「コロコロ」と動かすことで関節の可動域を広げたり、血行促進ができます。また、麻痺がある方でも、健側の足を動かすことで、麻痺側も一緒に動くので効果的です。重度の認知症の方にも実施できるので、誰一人取り残すことなく皆さまが参加できるよう、取り入れています。ご自身で動きがとれない方には、職員がサポートしています。

こちらもぜひ、一緒にやってみましょう。

→参加者の方々とパタコロを行いました。「単純な動きですが、効果がありそうですね。」とのお声がありました。

3, 脳活タイムを含む活動の説明（加藤介護主任より）

「サービスセンター愛全園の認知症ケア」についてお話いたします。

「認知症」といっても、「アルツハイマー型認知症」、「レビー小体型認知症」など種類があり、その方に合った治療を行うことが重要です。サービスセンター愛全園では、「パーソンセンタードケア」を行い、「否定をしない」、「自尊心を傷つけない」、「感情に寄り添う」、「目線を合わせる」、

「驚かせない」、「急がせない」ことを意識してケアにあたっています。
また、「四つの快」や「五感のアセスメント」を行い、その方にとって心身を整え、意欲を引き出すものは何かを引き出していきます。

「らくしゅう式脳機能訓練」や「脳活タイム（4～5名の少人数グループで、ゲームをしたり楽器を使い歌をうたったりと、回想法も行いながら脳の活性化を図る時間）」も取り入れ、認知症の方が安心して過ごしていただけるよう対応しています。そして、センターで行っていることをぜひご自宅でも取り入れていただけたら幸いです。

4、参加者のご紹介

ご利用者のご家族、昭島市役所保健福祉部介護福祉課ご担当者、地域包括支援センター職員、民生委員の方々にお集まりいただきました。

お忙しい中、お越しくださりありがとうございます。

5、質疑応答

Q、先ほど「パタコロ」を体験させていただきましたが、「膝が痛い」と仰る方が増えているのでそういった方にも効果的ですか。

A、「パタコロ」は、膝や腰への負担が少ないので、ぜひ取り入れてほしいです。

Q、「パタコロ」は、何回くらい行えばよいのですか。

A、こちらを作った理学療法士からは5回からでもよいと話がありました。その日の体調に合わせて続けていくことが大切です。

Q、デイサービスに女性の割合が多いのはなぜですか。

A、世代によって違いがあるかと思いますが、男性の方がサービス利用へのハードルが高い様子は見受けられます。ただ、以前に比べると男性ご利用者は増加傾向にございます。
当センターでも、男性ご利用者が楽しめるレクリエーション活動をご用意しております。

6、参加者より

【ご家族】

- ・いつも職員の皆さまから温かいお言葉をいただき、励みになっています。
- ・デイサービスに行く日は、ヘルパーさんが家に来て送り出しをしてくれるので、家族も気持ちよく対応できます。「デイの〇〇さんが来てくれたよ。」と母に伝えると喜んで出かけ家族も助かっています。ありがとうございます。

【昭島市役所保健福祉部介護福祉課】

認知症についてわかりやすく教えていただき、ためになりました。運動もよい刺激になり、ありがとうございます。今後とも、よろしく願いいたします。

【南部地域包括支援センター】

当包括にも、デイサービスを利用したいという相談が増えてきているので、今日体験させていただいたことを伝えていきたいと思います。

【西部地域包括支援センター】

私たちも介護予防教室を開催しているので、理学療法士の話を聞いて、この内容を地域の方に広げていきたいと感じました。

【民生委員】

地域の方から、認知症についての相談も受けているので、今回のお話は大変勉強になりました。ありがとうございます。

7. 閉会の挨拶（サービスセンター所長 丸山より）

本日はお越しいただきありがとうございます。

認知症についての説明などもあり、「否定しない」という話がありましたが、ご家族としては簡単なことではないと思います。各ご家庭で奮闘されていることと思いますが、ぜひ「お一人で介護をせず、チームでその方をサポートしていく」ことをお忘れにならないでいただけたらと思います。

デイサービスを利用されているご家族の中には、介護保険のサービスを使うことに対して罪悪感を抱かれるご家族様もいらっしゃり、特にショートステイ利用のハードルが高い方が多いように感じます。ショートステイ利用は、ご家族のレスパイトのみではなく、その方を24時間365日介護するための土台を作るものです。夜、どのように過ごしているのか、排泄は何回行っているのかを介護職員が一時間に一度ラウンドして状況を把握し、その情報をご家族にフィードバックしています。

まずは一泊、二泊からと短い期間で利用していただくことも可能です。どうかお一人で抱え込まずにご本人の精神的な負担をできるだけ軽減しながら、プロフェッショナルなチームに24時間の介護を引き継いでいただけたらよいかと思えます。

愛全園には特別養護老人ホームもありますので、デイサービス→ショートステイ→入所とスムーズに移行ができることも特長です。ぜひ、ご利用していただけたらと思います。

今後も、何かご不明な点、お困りごとなどありましたら、いつでもご相談くださいませ。

本日はありがとうございました。