

Let's go SHORT-STAY

“また来たいショートステイ”

特別養護老人ホーム白扇閣短期入所

特別養護老人ホーム白扇閣とは

- ・ 特別養護老人ホーム白扇閣 定員190名
- ・ 短期入所生活介護事業所（ショートステイ）定員20名
- ・ 通所介護事業（デイサービス）定員30名
- ・ 訪問介護事業（ホームヘルパー）
- ・ 居宅介護支援事業（ケアマネジャー）
- ・ 興津川地域包括支援センター

※白扇閣の事業開始は昭和54年6月7日

※白扇閣在宅サービス事業開始は平成10年5月1日
（デイサービス 平成10年6月1日）

白扇閣の経営理念

常に“**温かい心の福祉**”を理念に、お年寄りに
健やかな暮らしが出来るよう支援していきます。

介護職員理念

- ①入居者が尊厳を保て、明るく笑顔が絶えない生活が送れる場を提供していく。
- ②入居者に好かれ、信頼されるような存在を目指す。
- ③介護に携わる人にふさわしい「言葉遣い」や「身だしなみ」を心掛け、節度ある接遇に努める。
- ④季節感のある環境の提供に心掛ける。

取組んだ課題1

ショートステイに『**また来たい**』と思って
頂ける為には、どうしたらいいか



アンケート実施しました

- ①自分達の接遇の見直し
- ②御利用者様の好みの調査

アンケート結果（接遇について）

- 認知のある方に対しては、否定せず丁寧に対応する
- 利用者様の目線に注意しました
- 認知のある方は、同じ内容の話を繰り返されます。その際は、優しく迎え入れ、早口にならないよう対応しています
- 利用者様に話し掛ける際は正面から行う

etc.

アンケート結果（好みについて）

- ビンゴゲームを行ったところ『たまには、こういうのも良いね』と言って下さった
- 前日と同じ内容のレクにならないよう心掛けた
- 漢字は書けないけど、読むことは得意だよ
- 声を掛け、好みを聞き、それに対して話を広げて会話をする

etc.

取組んだ課題2

個々が考えるレクリエーションとアクティビティとは、どうゆうものか

アンケートを実施



- ①レクリエーションとは何か
- ②アクティビティとは何か

レクリエーションについて

【個々が調べた結果】

- 仕事や勉強の疲れを休養や楽しみで回復すること。
- 身体を動かすことで身体機能の向上を図る。手先や頭を使う事で脳を活性化する
- 気晴らし、娯楽、余興、レジャーなど。
- レクを通じた人とのコミュニケーションの活性化。

etc.

アクティビティについて

【個々が調べた結果】

- 活動すること。普段できない事をする事
- 一般的には『活動』『活気』といった意味の英語である。特にリゾート地などで様々な遊びについて言う
- 自分らしく生活を送ってもらうこと
- 外出など、普段味わえないこと

etc.

サロンルームの再活用から

以前のショートステイのようにサロンを**食堂**として再活用していくことになりました



活動の内容と評価

【3つ良い成果が得られました】

- 1) 楽しい時間を過ごす
- 2) 転倒予防/寝たきり予防
- 3) 認知症予防

楽しい時間を過ごす
以前の様子 現在の様子



サロンを食堂にしたことで

- サロンを食堂として再活用したことで、普段会話しない間柄であった利用者様同士が会話されているのを目にします。
- とくに成果が目に見えて分かるのは、男性利用者様と女性利用者様が会話されている姿から伺えます。

etc.

転倒予防/寝たきり予防

転倒しない体づくりのポイントとしては



下半身の筋力強化が大事

以前は、ホールの食席に座ったまま過ごされていた後、そのまま食事の時間を迎えていた

その後は



ホールから食堂へ歩いて移動する機会が増え、**下肢筋力**を鍛えられています



認知症予防

運動習慣がある人は



運動習慣がない人に比べ認知症の発症が少ない



認知症予防に効果的なものは

運動習慣を持つことが大切だと言われています



脳にとって一番良い事は“運動”です。1日30分歩く程度がベスト。
しっかり呼吸しながら酸素を継続的に体に取り込んで有酸素運動が脳にとって良いのです。

【参考資料】 ハレやか 朝日脳活マガジン 朝日新聞出版 P9

運動習慣をもつ人は、運動習慣をもたない人に比べてアルツハイマー型認知症の発症が少ないと言われています。

認知症で多いのはアルツハイマー型認知症です。

このタイプの認知症は『アミロイドベータ』が脳に溜まり、更に『タウたんぱくしつ』が蓄積する事で起こります。

【参考資料】 わかりやすい認知症の医学知識 長谷川和夫著 P129
【参考資料】 ハレやか 朝日脳活マガジン 朝日新聞出版 P9

今後の課題

- サロンの食堂利用の他の利用はないか
- 白扇閣内地域交流室（ショートステイの上の階）の展望風呂化やドリンクバーの設置の取り組みを考えている。

地域交流室の展望風呂化

B S 法（ブレインストーミング）により入浴と水分に関して注目しました



ご清聴ありがとうございました。