

『季節のお風呂』

二月四日の立春を過ぎれば、暦の上ではもう春ですが、まだまだ寒い日も続いていますね。体の冷えを感じる時は、お風呂で身体芯から温まると、本当に気持ちの良いものです。今回は、日本のお風呂の文化、「季節湯」についてご紹介します。冬至にゆず湯は有名ですが、他の月にもそれぞれ四季を楽しむお風呂があることをご存じですか？



一月	松湯	二月	大根湯
三月	よもぎ湯	四月	桜湯
五月	しょうぶ湯	六月	どくだみ湯
七月	桃湯	八月	はっか湯
九月	菊湯	十月	しょうが湯
十一月	みかん湯	十二月	ゆず湯

興味深いことに、冬はより保湿効果の高いもの、夏は発汗を抑えるものと、季節によって生じる症状に対応した内容になっています。ちなみに、二月の大根湯は、大根の葉を干したものをお風呂に入れることで、大根の葉に含まれるビタミンやミネラルが体をより温め、風邪を予防する効果があるといわれています。目と香りと温もりと…五感を使って楽しむ季節湯は、身体も心も癒してくれそうですね。

なお、冬のお風呂場は、温度の刺激による血圧の急激な変動（ヒートショック）が起こりやすいとも言われています。寒い日にお風呂に入る場合は、浴室や脱衣所は温かくし、お湯の温度はぬるめ（38〜40℃）にすることが大切です。

入浴で健康を維持して、間もなく訪れる暖かい春を待ちましよう！

作業療法士 長尾 宗典

特集 平成27年度 介護保険・こう変わった!?

第三回 「経口維持加算」とは

今回は、介護老人保健施設への入所者の方を対象とした経口維持加算の改定について、ご紹介いたします。

この加算は、疾病や加齢により摂食嚥下障害になられたり、食事摂取に関する認知機能が著しく低下されたりした入所者の方々が、「口から食べる」ことを続けるための支援を充実させることを目的としています。今回の改定では、その算定基準を以下の通りに定めています。



【厚生労働省が定める算定基準】

経口維持加算(Ⅰ)

現に経口より食事を摂取する者であって、摂食機能障害や誤嚥を有する入所者に対して、医師又は歯科医師の指示に基づき、医師、歯科医師、管理栄養士、看護師、介護支援専門員その他の職種の者が共同して、食事の観察及び会議等を行い、入所者ごとに経口維持計画を作成している場合であって、医師又は歯科医師の指示(中略)に基づき管理栄養士等が栄養管理を行った場合。

経口維持加算(Ⅱ)

当施設が協力歯科医療機関を定めている場合であり、経口維持加算(Ⅰ)において行う食事の観察及び会議等に、医師(中略)、歯科医師、歯科衛生士又は言語聴覚士が加わった場合、経口維持加算(Ⅰ)に加えて、1月につき算定。

表現が難しいので、少し分かりにくいですね。それぞれについて解説します。

まず、この加算の対象となるのは、今現在お口からお食事を召し上がっているけれども食べるのが難しくなっている入所者の方です。この方に対して、医師や歯科医師の指示のもとに、

①医師・歯科医師・管理栄養士・看護師・介護支援専門員等の職種が共同して、食事の観察や会議等を実施して経口維持計画を作成

②管理栄養士による栄養管理

の2つを実施した場合に経口維持加算(Ⅰ)を算定するということです。このようにして、その方の現在の状態やそれに合わせた支援を、多職種が共同してきめ細かく実施していくということです。

この(Ⅰ)に加えて、

①その施設が協力歯科医療機関を定めている

②食事の観察及び会議等に医師・歯科医師・歯科衛生士・言語聴覚士が参加する

の2つの要件が満たされると、(Ⅱ)を算定することが出来ます。つまり、歯科医療的な支援も実施可能な体制を整え、さらに摂食嚥下障害に関わる専門的な職種が支援に加わることで、より質の高いサービスを提供することを目指しています。

当苑では、現在全粥やキザミ食・ペースト食等、通常の食形態では食べることが難しい入所者の方々を対象に、この加算を適用させていただいています。私達言語聴覚士も食事の観察や経口維持計画に参加し、「口から食べる」楽しみを続けられるよう支援させていただきます。

文責：言語聴覚士 田中 寿実

チーム紹介⑫

訪問介護ステーション国立あおやぎ苑

平成25年4月に開設し、昨年の12月に国立あおやぎ苑の隣から、谷保駅の近くに移転しました。介護士8名・事務1名が勤務しています。

私たちの事業所は自宅で生活するための、掃除・洗濯・調理・買い物・入浴介助・通院介助・デイケアの送り出し迎え入れなど、できない部分をお手伝いするヘルパーステーションです。利用者様の気持ちに寄り添うサービスを提供しています。



左：高橋所長、右：渡邊



中央：大澤

あおやぎ徒然草10

石が叫ぶ

花房 丞次

学生時代、右手が小児麻痺のため、就職戦線では、理不尽な差別意識に翻弄された。その挙げ句、留年という回り道を余儀なくされたので、再起を促すため、下宿は予て希望のキリスト教伝導所の学生寮へと移った。その頃、ドストエフスキーの「罪と罰」を読み始めた。金貸し婆を虫けらのように殺害した大学生ラスコーニコフの自暴自棄に無上の共感を覚え、大学の講義に出るより、読書にのめり込んだ。深淵に臨むにつれ、殺人犯ラスコーニコフよりも、彼を自白へと導いた売春婦ソーニャへの関心が高まり、ニヒリズムに陥った自分にも彼女のように神を信じることができると煩悶した。

聖書研究会には皆勤し、大いに議論した。会得した奥義は、ソーニャのように「隣の人を愛しなさい」という優しい言葉と、「この人達が黙れば石が叫ぶ」という難しい言葉だった。この人達とはソーニャのように信心深い人達のことである。迷わず洗礼を受けた。

昭和三十四年、未だ戦災孤児が養護されている児童福祉施設に赴任した。戦後七十年目の元旦、この子らから、家族と共に古希（七十歳）を祝ったという賀状が届いた。

2016年の抱負



絵=OT丸藤

クリスマス会

12月19日に縄文棟の入所と通所、20日に既存棟の入所、21日に既存棟の通所でクリスマス会が行われました。利用者の皆様によるキャンドルサービス、職員によるダンス、コーラス、カップスなどの出し物を行い、皆さんと一緒に盛り上がりました。また、24日には縄文棟・既存棟の全フロアで職員によるキャンドルサービスが行われました。

カップスはYouTubeという動画配信サイトに投稿されています。YouTubeから『あおりは 2015』で検索出来ますので、興味のある方は是非ご覧ください。



私のふるさと自慢

私の生まれた病院は立川病院なのですが・・・生まれてすぐに東久留米市に住み、幼少期を静岡県西伊豆の戸田、小学校の途中からはまた都心の目黒区に引っ越しました。結婚後は世田谷区、そして、2年程前からあきる野市に転居しました。

さて・・・私のふるさとはどこなのか・・・今回は一番長く在住していた目黒区についてお話しします。

江戸の落語の「目黒のさんま」で有名ですが、住んでいた所は目黒区の鷹番(たかばん) (昔、鷹狩をしていた為) という所で、

駅で言うと学芸大学になります。近くには碑文谷(ひもんや)公園というボートの乗れる池のある公園や、江戸時代から名主(なぬし)を務めた栗山家の主屋(おもや)の「すずめのお宿」があります。少し足をのばして目黒駅に向かう途中には世界で唯一の寄生(きせい)虫(ちゅう)博物館などもあり、学生時代には社会科見学をしました。

皆さんも目黒区には立ち寄ったことがある方が多いと思います。目黒での懐かしい思い出などありましたらお話しして下さいね。



リハビリ助手 安田 悠子