

特別養護老人ホーム白楽荘でリハビリを担当している、作業療法士の五野です。
 第1回目は『立ち上がり』介助のポイントをお伝えしましたが、第2回目は『食事環境の調整』についてお話します。「最近のおばあちゃん、食べこぼしが多くて気になるのよね。」「食事の時、おじいちゃんの姿勢が悪くて食べ辛そう。」「自分のペースで食べた方が美味しいだろうから、出来るだけ自分で食べて欲しい…。」等々、このような場合にどうしたらよいか悩むことがあると思います。

まずは現在の姿勢を確認し、身近にある物を組み合わせて良い姿勢になるよう調整してみましょう。食事時間を楽しめるよう、食事のセッティングも見直してみましょう。

姿勢調整



体が傾くなぁ。座っていることが辛いよね。

タオル巻きが入って少しは楽になったけど…。



お尻が前に滑っちゃう。かかどが浮いていて、足元が落ち着かないなぁ。

足台に足を乗せたら踏ん張れるからお尻も滑らないし、体が安定したわ！



タオル巻き、足台の作り方は次ページより紹介します。



金蓮花の芽って大きくてビックリ！



特集② 毎日を考える～

令和4年度の特別養護老人ホーム白楽荘の取り組み

「日常の大切さ」を見つめる

新型コロナウイルスの影響から、介護の現場は感染症対策が中心になってしまいましたが、皆さまの「いのち」を預かっている以上、当たり前前の光景かもしれません。でも…ご利用者の方にとってみれば、感染症対策が日常ではありません。「日常って何？」介護という専門的な視点から、ご利用者の日常を見つめ直してみました。

「探す」を大切に

特別養護老人ホーム白楽荘では、ご利用者の支援を目的とした専門の委員会を設置しています。その中に「サービス向上委員会」があります。これは、ご利用者へのサービスの向上や工夫を目的としたものです。その中で、「ご利用者の想いや生きがい」に焦点を当てました。「※ひもときシート」を用いて、ご利用者の意向や想いを中心にひも解いていき、同時にご利用者本人の生活や日常、楽しみといった「喜び」を職員が探し始めました。

「大切な支援」の再確認

ひもときシートを使って、あるご利用者と向き合いました。ご利用者の方の生きがいや楽しみって何だろう？昔はどの様な生活をしてきたのだろうか？「探す」を大切に、ご利用者と一緒に考えてみました。すると、白楽荘に入居する前に楽しみにしていたこと、昔は野菜を育てていたことなどを新たに発見することができました。早速、ご家族とも相談しプランターや種を購入してもらい「金蓮花」を育てることにしました。種をまき、後日発芽を確認すると、ニコリとされ「昔は白菜や大根を作っていたの」と話されています。

私たち職員が行う利用者支援とは一体何でしょうか。今回の事で大切なことを気付かされました。それは、ご利用者の想いが詰まった日常を大切にするという事です。「ご利用者の毎日を考える」私たちが今後取り組むべき本当の支援を再確認しました。令和4年度は、「ご利用者の毎日を考える」をモットーに取り組んでいきます。※ひもときシートはご利用者の気持ちに寄り添う事を目的としたご利用者支援ツールのひとつです。

食事のセッティング



両腕を机に乗せると楽だわ。トレイに濡れタオルを敷いたら、食器も滑らないじゃない！お皿を持たなくてもよさそうよ。トレイの下にも濡れタオルを丸めて入れたら、傾斜がついて食べ物もよく見えるし、首も肩も疲れないわね。



手が痛くて握り辛かったけど、**柄が太いスプーン**だと握り易いわ！



肘をつくと行儀が悪いと思われがちだけど、肘をついたら肩も楽だし、自分で食べられることが嬉しいの！

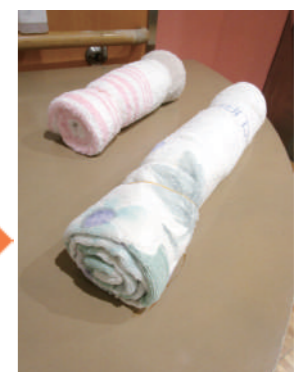
1 タオル巻きの作り方



バスタオル 1～2枚重ね



端から固く巻いていく



3本の輪ゴムで両端と中央を止める

体重を掛けることで体にフィットする為、使用時の違和感がありません。円背の方が、使用することで骨の出っ張った部位が背もたれに触れ辛くなります。

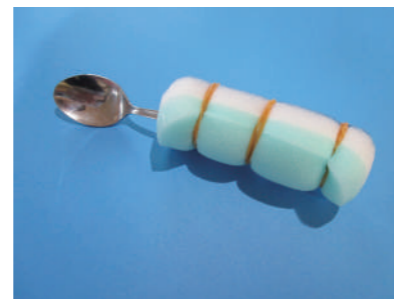
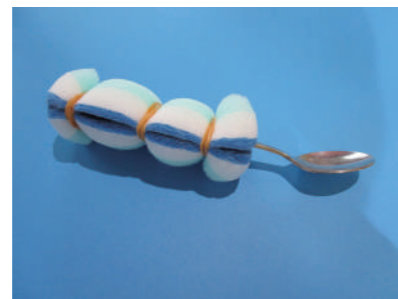
2 足台の作り方

厚手の雑誌を2～4冊使用。膝を曲げた角度が90度になるよう高さを調整し、ガムテープで巻いて固定します。



3 柄が太いスプーン(自助スプーン)の作り方

スポンジのザラザラの面が内側、フワフワの面が外側になるように折り、等間隔に輪ゴムで固定。間にスプーンの柄を差し込みます。握力の弱い方、拘縮等により握り動作が不十分な方に有効です。スポンジが汚れたら、洗って繰り返し使えるので衛生的です。



ここがポイント

介護用品は高価であり、ちょっと試すには躊躇する事もあると思います。まずは、家庭にある物にひと手間加えてみませんか？快適な食事時間を過ごせる可能性があります。



いかがでしたか？
次回もお楽しみに！