



●ご利用者様、ご家族とらいふ職員をつなぐ架け橋●

# らいふ通信

平成31年5月号 第20号 制作: 榊らいふ TEL 03-5769-7268



# ホームステーションらいふ大和 地域交流イベントを開催致しました！

2019年4月6日(土)にホームステーションらいふ大和にて、開設記念地域交流会を開催いたしました。  
**総来場者数約100名様**と、たくさんの方にご来場頂き大盛況のイベントとなりました。  
地域交流会では、当施設のオーナー様をはじめ、ご来賓の方々にご挨拶を頂くと共に、和太鼓演奏、施設食試食などを行い、地域の方々に当社の取り組みを知って頂くきっかけとなりました。

## 【たかせクリニック 山下先生との対談】 第2回 具体的なフットケアについて



たかせクリニック 山下先生と榊らいふ取締役 小林

たかせクリニック 部長 **山下 和彦先生** × 株式会社らいふ 取締役 **小林 司**

今回ご紹介する対談の内容は、認知症発症のきっかけにも大きく関係のある“歩くこと”をテーマとしています。  
歩く機能、そしてフットケアの専門家であるたかせクリニックの山下先生をお招きし、弊社取締役の小林との対談を3回に亘り掲載します。  
今回のテーマは「高齢者の歩く機能について」。大変有意義な対談となりました。

### ■ 高齢者の歩く機能について

**山下** 具体的なフットケアについて説明します。日本ではまだまだ知名度が低いのですが、諸外国では、実は“**足病**”というカテゴリーが設けられているほど、足全般のトラブルに対して医療面がフォローされているケースが多いのです。

**小林** 足病ですか？ 足に関する病気全般を指すのですか？

**山下** 病気に限らず、例えば外反母趾や扁平足といった、通常とは異なる足の形状によって何らかのトラブルが生じてしまうケースも含まれます。

**小林** 外反母趾も病気扱いということ？

**山下** 痛みが生じ、何らかの手当てが必要になる場合もありますよね？ “足病”と呼ぶと病気と思われがちですが、怪我の原因になる状態も指しますので、足全般に関するトラブルに対応するための分野と解釈頂ければ分かりやすいかと。

**小林** なるほど、眼科、耳鼻咽喉科といった並びというわけですね。

**山下** はい。施設の皆さんにとって、日頃の介護は当たり前だと思いますが、**意外とフットケアという視点では「何をすればよいのだろうか」という声をよく耳にします**ので、まずは

**小林** 確かに、前回伺った内容が介護職員一人ひとり全員把握していると言われると、なかなか伺う機会が少ないかもしれませんね。

**山下** フットケアは、**ご入居者ご自身で実践可能なものもあります**。足を温め、指の付け根や指を手でマッサージするのです。ご自分の手を押して気持ちいいと感じることを、足にもして差し上げる、というイメージでしょうか。**2分程度でも、やるとやらないでは大違いですよ**。

**小林** そう伺うと、イメージが湧きますね。

**山下** 一度転倒されたことがある方は、再び転倒されやすい傾向が確認されています。**男性よりも女性が転倒されやすいことも確認されています**。

**小林** ある程度傾向が分かれば、どのご入居者から優先に取り組めばよいか、ターゲットを絞り込みやすいですね。

**山下** 残念ながら足爪の変形や異常に対し、病院では「老化だから」と十分に治療が実施されないケースもあるのです。職員の皆さんも、医師から言われてしまったら「そうなのか」と受け止めざるを得ないでしょう。**足のことに無関心なことが問題だと考えています**。この現状に対し、少しでも正しい知識やアプローチ方法を知ってもらうための啓蒙活動も、私の務めだと感じています。

**小林** おっしゃるとおり、弊社では『フットケアマニュアル』といったものは整備できておりませんし、私自身も山下先生とのお話で初めて勉強させて頂いた内容が多々ございました。**社員一人ひとりにも、ぜひ知って欲しい内容ですね**。

**山下** そう感じて頂けると嬉しいです。フットケアの効果は大きく、専門的なケアだけでなく**セルフケアと運動指導を組み合わせることにより、転倒予防につながります**。また、フレイル(体がストレスに弱くなること)の対策にも有効なのです。体験された方々からは**「足の大切さや自分の弱い所が分かり、とても丁寧なケアに感動しました」**「**足の爪が綺麗になり、歩くのが楽しくなりました**」との嬉しいお声も頂戴しております。

**小林** ぜひとも先生のご指導により、**ご入居者の足の状態改善と職員の教育を実現させたいです**。  
(敬称略・一部抜粋)

たかせクリニック 山下先生 略歴

医療法人社団 至高会 たかせクリニック  
地域医療研究部部長 工学博士  
略歴:  
東京大学先端科学技術研究センター 客員研究員  
東京医療保健大学医療保健学部医療情報学科 講師  
同 教授  
大阪大学大学院医学系研究科 特任教授  
たかせクリニック地域医療研究部 部長

\* 対談の全文は榊らいふホームページからご確認いただけます。是非、ご覧ください。



開所式はじめに、取締役の小林より挨拶を行いました。ご来場様に向けたご挨拶の中で、**弊社の高齢者事業の取り組みや地域の方と一緒に施設を作っていきたいという想いをお伝えしました**。今後の施設運営にご期待ください。

### 御来賓あいさつ



らいふ大和 オーナー様



提供医療機関 事務部長様

### 食事サンプル



弊社は**「食」の向上に力を入れております**。当施設では施設に厨房を設けており、一から食事を作り美味しいお食事を提供致します。当施設に置いては、**食器を陶器にして、より家庭と同じ環境でお食事をして頂けるようにしております**。

### 施設内覧・入居相談



### 和太鼓演奏



地域交流会の目玉企画の一つ、**<相模国飯山白龍太鼓保存会>**の方々による太鼓演奏会です。太鼓の演奏は、凄まじい迫力で見ている方々を魅了し、イベントを盛り上げていただきました。



### ◇施設長本山よりコメント◇

この度ホームステーションらいふ大和の施設長に就任しました本山太一です。ご入居者様に心地よい生活を送って頂くために質の良い介護サービスを提供するよう、職員一同頑張っております。

### 皮膚疾患についてホームページに掲載致しました！

様々な種類がある皮膚疾患について悩んでいらっしゃる方、皮膚疾患についてあまりよく知らないという方へ向けて、らいふのホームページに皮膚疾患について記載致しました。その一部を抜粋いたします。詳細については下記よりホームページをご覧ください。



#### 手あれ（進行性指掌角皮症）

手あれは、特に主婦、美容師、飲食店員、銀行員などによくみられる病気です。水仕事をよくしたり、紙幣をよく扱ったりするために、繰り返し指先に刺激が加わって起こるものと考えられています。

#### どうすればいいの？

→お薬を正しく使いましょう！塗り薬などを医師のご指示のもと、適切に使いましょう。また手に刺激を与えない生活を心掛けましょう。

#### 乾癬

乾癬は皮膚の炎症症状を伴い慢性の経過をとる病気です。典型的な症状は、皮膚から少し盛り上がった赤い発疹の上に、銀白色のフケのようなものがくっついてポロポロとはがれ落ちます。

#### どうすればいいの？

→病院に行きましょう。医師のご指示のもと、適切な処置を受けて下さい。

#### 疥癬

疥癬とはヒゼンダニ(疥癬虫:かいせんちゅう)というたいへん小さなダニが人の皮膚に寄生(きせい)しておこる、かゆみを伴う皮膚の病気です。

#### どうすればいいの？

→【通常疥癬】  
長時間、肌と肌が触れ合わないようにしてください。  
【各化型疥癬】  
毎日入浴し、部屋掃除・室内消毒・トイレ掃除を徹底しましょう。

#### アトピー性皮膚炎

アトピー性皮膚炎とは、もともとアレルギーを起こしやすい体質の人や、皮膚のバリア機能が弱い人に多く見られる皮膚の炎症を伴う病気です。

#### どうすればいいの？

→病院に行きましょう。治療薬は重症度によって異なります。医師のご指示のもと、適切な処置を受けてください。

#### 皮脂欠乏症(乾皮症)

皮脂欠乏症(乾皮症)は、皮膚の表面の脂(あぶら)が減少することにより皮膚の水分が減少して、乾燥を生じてしまう病気です。

#### どうすればいいの？

→日頃のケアが大切です！お部屋の湿度を保つ、身体を洗う時に強くこすらない等、肌に刺激を与えることのない生活を心掛けましょう。

#### 帯状疱疹

身体の左右どちらか一方に、ピリピリと刺すような痛みと、これに続いて赤い斑点と小さな水ぶくれが帯状にあらわれる病気です。水ぼうそうにかかったことのある人なら、誰でも帯状疱疹になる可能性があります。

#### どうすればいいの？

→病院に行きましょう。日頃の生活ではできるだけ安静に、また患部を冷やさず、水ぶくれは破らないように心掛けましょう。

### 4月1日よりホームヘルプサービス代々木事業所開設致しました！

2019年4月1日より代々木事業所が訪問介護支援事業所として開設致しました。東京都23区内、24時間いつでもご対応致します。



ホームヘルプサービス代々木事業所

住所：東京都渋谷区代々木1-30-3  
メイプル代々木4階  
JR山手線「代々木」駅徒歩1分

お問い合わせはこちら！  
TEL: **0120-055-297**

#### 提供しているサービス一覧

##### 介護保険

たんの吸引、経管栄養、ALSなどもご対応致します

##### 障がい者自立支援

身体障害者、知的障害者、障害児、難病等

##### 自費サービス

24時間パック、付き添い。お泊り、ホームクリーニング等

#### ヘルパー自費利用料

<日中5時間以上>

**2,300円**/時間

(身体介助・生活援助)

<24時間パック>

**35,000円**～

病院付き添い～  
(身体介助)

※詳しくはフリーダイヤルまでお電話ください

### らいふ信条について各施設ミーティングを開催致しました！

#### らいふ信条ってなに？

らいふは介護事業を通じて、高齢者の方が「生きがい」をもって、活き活きと暮らせる社会を作っていきます。それは、社会貢献の先を行く事業であり、私たちにしかできない社会使命事業であると確信しています。すべては、「ご入居者様・ご家族の皆様の安心と信頼のため」に、高品質な介護サービスを提供し続けることを一人ひとりが常に意識できるように策定致しました。



らいふ信条ミーティングの様子①



らいふ信条ミーティングの様子②



らいふ信条ミーティングの様子③



らいふ信条ミーティングの様子④

#### らいふ信条「私たちの基本行動」

「ご入居者様をはじめ私たちと関係するすべての皆様に向けて」

- 1.いつも、何事にも「思いやり」の気持ちを持ち続けます。
- 2.お客様の立場にたつて「迅速」かつ「正確」な仕事を追求します。

「一緒に働く仲間に向けて」

- 3.仲間に対しても「気配り・心配り」が大切です。
- 4.改善・効率化に向けた「たゆまぬ努力」を続けます。

《自分自身に向けて》

- 5.「責任感」を持って仕事に取組みます。
- 6.どんなときでも、どんな人にも「やさしみとたわり」を持って接します。
- 7.一層の「主体性・積極性」を発揮します。



▲施設に掲示しているらいふ信条ポスター

らいふ信条ミーティングを開催する事で、自ら理解し発言・行動するために、組織または一人ひとりがご入居者様のため、一緒に働く仲間のためにどうすればよくなるのかを考え、行動することに繋がります。

