



第 87 号
平成 23 年
2 月 発行

高齢者に対する機能評価を…①

寝たきりの予防について

社会福祉法人りんさく福祉会

理事長 須田 晃

「寝たきり」とは、ベッドまたは布団に閉じこもっている状態です。とはいっても、そこに至るまでには様々な要因があり、なかには「作られた寝たきり」も存在するかもしれません。まず、その要因として、身体的要因（疾病、障害、老化など）と精神的要因（意思、意欲などの低下）が挙げられます。特に注意しなければならないのは、過度に安静を強いる医原性の寝たきりです。例えば、肺炎で入院したら寝たきりになってしまった、というケースはよく聞かれる事です。肺炎という疾患は治療したにも関わらず、安静による廃用性症候群によって、筋力低下や拘縮、動作能力の低下、日常生活遂行能力の低下などが生じ、歩いて入院した人が車椅子で退院することになってしまいう事も有ります。

身体的要因に対しては、早期リハビリテーションによって、障害の重度化の予防、潜在能力の開発、残存能力の活用を図ることが大切です。機器の揃った訓練室で行うだけでなく、仮にベッド上で安静の時期であっても、拘縮の予防や理学療法（肺痰）、ポジショニング（体位変換）などの対応で二次的障害を予防することは可能でありますし、安静解除とともにすみやかに積極的なリハビリテーションへ展開してゆけるのです。

精神的要因に対しては、簡単に意欲がないと片付けるのではなく、生活習慣を組み直すために、本人の能力に適した目標を本人と共に策定する事が必要です。その目標を具体的な内容にすることは勿論のこと、達成時期についてもきめこまやかに検討しては如何でしょうか。次に、家族や介護者の要因ですが、特に、高齢者の場合、もう年だからというだけの誤った認識で安静を助長し、過介護（過保護）によって本人の出来る能力まで奪っていることがないでしょうか。これらのことが廃用性症候群を誘発してしまう事になります。

また、生活を営む場としての環境要因も重要です。布団や畳といった和式生活、段差のある日本家屋、バリアフリーとは言いつても公共機関など、環境の未整備が活動を制限し、閉じこもりを誘引している面も多くあるでしょう。高齢者の場合、身体的にも精神的にも、ちよつとしたアクセシビリティが予想外に重篤な状況を引き起こします。更には、核家族化による家庭の介護機能の低下、変え難い生活習慣と世代の価値観の違いなど、医療だけでは調整できない多種多様な問題を潜在的に抱えている家庭が多いと思われます。寝たきりを予防するためには、今までの出来ない事を探して対症療法的に対応していくネガティブ評価から、潜在能力を開発し残存能力を活用する事で生活全般の調整を図っていくポジティブ評価が必要です。

望洋荘の職員も徒に入居者の病状を診るのではなく、生活者としての視点から、適切な評価を行い、目標を設定して下さい。本人だけでなく家族や環境、社会サービスなどをも総合的に判断、対応することで、望洋荘という家庭を超えた、もう一回り大きな社会での生活を再構築する必要があるでしょう。いろいろな問題はありますが、職員の皆さんに、今、それが求められているのです。



「豆まき」

二月三日（木）午前十時より、年男・年女六名の入居者様により、施設内すべての「豆まき」を実施して頂きました。



「家族交流会」 薄磯・豊間合同

二月六日（日）正午十二時より、塩屋岬ホールにて薄磯・豊間ユニット合同「家族交流会」を開催致しました。多くのご家族様に参加いただき盛大に行う事が出来ました。今回バイキング方式を取り、好きな物を好きなだけ食べられて良かったと大好評でした。



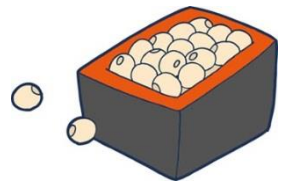
「家族交流会」 勿来ユニット

二月二十七日（日）正午十二時十五分より、塩屋岬ホールにて勿来ユニット「家族交流会」を開催致しました。職員の手作り料理が多く、ホットプレート三台使った結果ブレーカーが落ち一時停電状態となるハプニングがありました。家族と共に過ごせて入居者様は幸せそうでした。



「節分」について

節分って何か？



皆さまも「節分」と言えば、二月三日を連想されると思いますが、本来「節分」とは、季節の変わり目を意味しており、立春・立夏・立秋・立冬の前日を指しており、「節分」は年に四回ありました。しかし次第に、立春（旧正月）が年の初めという事から「節分」と言えば、春の節分だけが行われる様になって来たようです。立春が正月ですから、「節分」は大晦日という事になりますね。昔は、前年の邪気を祓うという意味をこめて、追儺（ついな）と言う行事が行われていました。その行事の一つに現在も行われている「豆まき」がありました。追儺とは悪鬼・疫病（えきい）を追い払う行事のことで、平安時代の頃は、宮中において盛大に行われ、その後、諸国の社寺でも行われるようになったそうです。

※旧正月は、現代の暦で言うとも月末から二月中旬でその年によって変わります。ちなみに今年の旧正月は二月三日でした。ゆえに二月二日が節分になります。この様に現代の

暦にすると毎年日付が変わる事から、一応の目安として、二月三日に固定されたのではないのでしょうか？

豆まきは何故するのか？



豆まきは一般的に、年男もしくは、一家の主人が行います。その豆を、自分の歳の数だけ食べるとその年は、病気にならず長生きすると言われています。ではなぜ、豆をまくかは、陰陽五行の法則（自然の道理を火・水・木・金・土の五元素に分類する）が関係して来ます。この五行の中で、「金」は厄病という意味があり、鬼が金棒を持っているのもこの表れです。「金」の作用を打ち消すのが、五行の「火」です。そのため火で煎った大豆をまき、鬼を大豆に封じ込め、その大豆を食べってしまう事で邪気を祓い、新たな春を迎えるという意味があります。最近では煎った大豆の代わりに落花生を使う方が多くなっていますが、これは本来の趣旨から外れているようです。

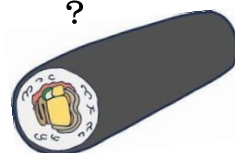
鬼の姿は？



風水や家相などの東洋占星術でよく使われる言葉に「鬼門」と言う方角があります。「鬼

門」とは北東の方位にあり、鬼が出入りする方角とされています。この方角が十二支の丑と寅（うしとら）の方角にあたり、その事から鬼が、牛の角を持ち虎柄のパンツを身に纏い金棒を持っている。皆様が連想される鬼の姿になったそうです。

節分行事、恵方巻きを食べるのは？



節分の日、「恵方巻きのみるかぶり」が節分のイベントとして世間に浸透して来ています。元々は大阪海苔問屋協同組合が、道頓堀で行ったイベントが発祥と言われています。それをマスコミが取り上げた事により、全国の食品メーカーが、便乗して全国的に広めたようです。「恵方巻きのみるかぶり」とは、恵方に向い、太い巻き寿司を丸ごとラップを吹くようにくわえて、言葉を発する事なく全部食べ尽くす事です。そうする事で、新年に良い事あるといわれています。巻き寿司を使う理由は、「福を巻き込む」という事からで、まるごと食べるのは、「縁を切らないために包丁を入れない」という事からだそうです。

※恵方とはその年の干支に基づいて、めでたいと定められた方角の事を言います。毎年方角が変わるのもこのためです。

「なるほど雑学」…その④

美しい笑顔を簡単に作る方法

美しい笑顔を作るためには、「おはようございませう」「ありがとうございます」の最後を「イ」の口元にするのがポイントです。「おはようございませう（イー）」「ありがとうございます（イー）」とやって、意識的に口角を上げます。ひと昔前は写真を撮る際は「チーズ」が定番でしたが、同様に「ウイスキー」の「ウイ」のときに、グイッと頬を引き上げた感じにすると、相手に柔らかな印象を与えた自然な笑顔になるでしょう。

まぶたの炎症を「ものもらい」という理由

ものもらいは麦粒腫（ばくりゅうしゅ）と霰粒腫（さんりゅうしゅ）の二種類がありますが、この語源は「病気にかかったときに、よその家でものをもらって食べると治るといふ言い伝えから」と言われています。麦粒腫の場合では、一週間くらいで膿が出て自然治癒します。コンタクトレンズの汚れなど、まぶたが不衛生だったり、体調不良だったりするとうつりやすい病気です。通常、抗生物質でなおりますが、ひどい場合は切開で膿を出すこともあるようです。

運動神経は遺伝だけでは

決まらないってホント？

「親が運動が苦手だから、我が子も運動が苦手だ」ということをよく聞きます。しかし実は、運動神経の有無は遺伝的要素よりも後天的要素が強いと言われています。生まれからの環境や、幼児期の「遊び」による運動の取り入れによって、運動神経は伸びます。オリンピックなどで世界記録を樹立した選手たちも、若年期の適切な運動への取り組みとその後の努力とによって、世界の大舞台で才能を開花させていったのです。



三月の行事予定

三月三日（木）午後二時～

「おやつバイキング」

三月二五日（金）午前十時三〇分～

「青木アサヨ様百歳賀寿式」 永崎ユニット

三月二七日（日）午後二時～

「家族交流会」 永崎ユニット

【三月のお誕生会予定】

三月四日（金）	豊間 鈴木トキ子様	（八九歳）	誕生会
三月五日（土）	薄磯 安田 久子様	（九二歳）	誕生会
三月七日（月）	豊間 阿部 たか様	（九五歳）	誕生会
三月七日（月）	勿来 本多 京代様	（八七歳）	誕生会
三月八日（火）	永崎 箱崎イセヨ様	（九八歳）	誕生会
三月九日（水）	四倉 鈴木 アサ様	（九七歳）	誕生会
三月十一日（土）	四倉 佐久間千代様	（八六歳）	誕生会
三月十五日（火）	豊間 鈴木 セン様	（九七歳）	誕生会
三月二〇日（日）	勿来 熊田 昭八様	（八四歳）	誕生会
三月二〇日（日）	勿来 猪狩ハルヨ様	（九一歳）	誕生会
三月二四日（日）	勿来 門井 民夫様	（八三歳）	誕生会
三月二五日（金）	勿来 高木 ウン様	（八九歳）	誕生会
三月二八日（月）	永崎 青木アサヨ様	（百歳）	誕生会
三月三〇日（水）	豊間 中野サワ子様	（八七歳）	誕生会
三月三〇日（水）	薄磯 政井 一郎様	（八一歳）	誕生会

編集後記

『望洋 荘』便り

平成二十三年二月二十八日発行

発行所 いわき市

平豊間字合磯三十九番地

社会福祉法人 りんさく福祉会

介護老人福祉施設 望洋荘

電話 (0246) 55-7373
FAX (0246) 55-7255