

D-wing

ディー・ウイング
VOL.2

質の高いケア環境を目指す介護情報誌

●CARE VIEW

苦情処理機関の施設内構築



第2回 CARE VIEW

ケア・ビュー

苦情処理機関の施設内構築

組織体制と取り組み

設置された窓口が円滑に動くために、管理者(経営者)に求められることは、事業運営、サービス提供の方針を明確にして、スタッフの理解を徹底させることです。抽象的な理念を具体的な行動役割と機能に結びつけてスタッフに提示できればスタッフの理解と共感を引き出し、意欲の向上につながる事ができます。例えば「利用者さんに満足していただくためのサービスを提供していただく場合に、具体的に「誰が」どんな役割を果たして」「どんな満足を提供するのか」といった具体的な行動の指針が「人歩き」しない、理念ばかりが「人歩き」する結果になってしまいます。苦情処理機関設置の目的も同様具体的に行動に結びつけ

理念→具体的な目標へ



平成十二年六月、社会福祉の推進のための社会福祉事業法等の一部を改正する法律によって、社会福祉事業法(「社会福祉法」に改正)等の改正が行われました。改正の目的のひとつにサービスの質の向上があげられています。サービスの質の向上とは、手厚い介護のことだけを指すものではありません。様々な身体状況に置かれ、人生観も人それぞれ大きく異なる利用者の方々に対して、こちらが良かれと思って提供するサービスを快く受け入れていただけないケースも現実にあるのではないのでしょうか。そこで今回のケアビューでは「苦情処理機関の施設内構築」をテーマに、そのような問題について考えてみたいと思います。



て、目標を設けます。組織全体の目標と機関の目標、個人目標が連鎖する形で、取り入れることが要点となります。苦情処理機関は全員参加を前提とし、提供されている個々のサービスとその過程をテラックし、問題点を把握します。そして解決策を導き出して前述の目標と照らし合わせながら実践し、評価を行います。この目標管理に個別援助計画の目標と重ね合わせる事ができれば、より高度なサービス管理が可能となります。

苦情処理機関は全員参加を前提とし、提供されている個々のサービスとその過程をテラックし、問題点を把握します。そして解決策を導き出して前述の目標と照らし合わせながら実践し、評価を行います。この目標管理に個別援助計画の目標と重ね合わせる事ができれば、より高度なサービス管理が可能となります。スタッフの皆さんに求められることは、まず苦情を収集することです。苦情と言った悪いイメージばかりが先に立ちますが、「お願い」とか「相談」といったレベルの、ちょっとした悩みがどれだけの数か、まずは集めてみるのもよいです。投書箱を設置するのもよいでしょう。その上、苦情に至らない段階でひとつずつ解決していくのが苦情処理の望ましい形です。そしてひとつもよい形は、管理者スタッフとともに、日常的に利用者の不平・不満の「兆し」を察知する、あるいは遠慮なくお願ひ事ができる環境を作り、組織全体



で課題を検討していくことです。利用者の不平・不満には年齢、性別、身体状況や性格等の個人的特性があります。非常に満足から、やや満足、ふつう、やや不満、非常に不満までの違いは、サービスへの期待度と結果に関係します。「重要事項説明書」や「サービス手順説明書」、事業方針等が利用者や家族に十分に理解され利用後、期待度と結果の落差は少なく期待度と結果の落差は少ない、その上で、個人的特性と不平・不満の度合いを測り、サービス提供の過程から原因を探って、不適切な対応があれば改善します。その繰り返しが利用者の満足度を高め、従業者の個々の質を高めていく結果となります。

施設内構築の意義と目的

介護保険によるサービスを提供する事業所に対しては、居室サービス施設サービス共に、「設備及び運営基準に関する基準について」において、サービスの質の向上をはかるための基準が設けられています。そのひとつに、苦情処理窓口を施設内に設けることが義務づけられています。しかし、窓口はあるものの組織的な対応がなされていない事業所が多く、うまく機能していないのが現状です。苦情窓口は苦情を聞き、内容を検討したうえで処理・改善を行い、利用者に満足いただくための機能を持っています。しかし実際には、窓口にもたらされた問題が現場に流れる体制ができていないため、改善は図られず、質の向上につながらないのです。つまり窓口に寄せられた苦情の受け皿がないことが、機能しない理由といえます。そこで、利用者の苦情が何を原因としているのか、解消するためにどんな手立てを講じるかを検討し、利用者の身体や財産を守り(介護事故防止)、利用者の満足度を高める(サービ

苦情処理の実態

埼玉県三郷市にある特別養護老人ホーム(短期入所生活介護事業所併設)小鳩園様(社会福祉法人小鳩会)では、第三者を交えた苦情処理委員会を設置し、福祉サービスの質に関する苦情解決のための規則を策定し、事業報告書や広報等で解決結果の公表を行うこととされています。この20年来、従業者全員参加の委員会を設けています。苦情を受けるのは専門スタッフの生活相談員とケアマネジャーで、電話あるいは直接利用者や家族の話を聞き情報を入力します。その情報は、スタッフが全員参加する毎朝の連絡会議に報告され、結論が出る場合は即決し、時間をかけて検討しなければならぬものは、ケアスタッフ、看護士、厨師の職員を含めた委員会で研究し、結果を掲示して意見を募集、掲示期間が過ぎたところで、全体会議を行うとしています。結論を利用者や家族に説明し、同意を得たところで、改善策がスタートします。介護食事、入浴、排泄、環境整備、レクリエーション等、委員会があり、在籍5年以上、半数を入れ替えています。



小鳩園施設長 昼間様

利用者の苦情の活用

提供したサービスを通じて得た苦情や相談等の情報をいかに活用するか、質の確保、向上はそれにかかっています。小鳩園様の場合、スタッフが三十六名で全員が集まるのに大きな支障がないこと、長年の蓄積があり、全員学習、自己研習の土壌があること、また、個別委員会を設け利用者の「ニーズを研修課題としていること」が、ニーズの反映、業務改善を円滑にしています。

I. Quality of Life		II. Quality of Care	
	2008	2007	2007
1. The facility provides services which are safe.	1.000	1.000	1.000
2. The facility provides services which are of an appropriate quality.	1.000	1.000	1.000
3. The facility provides services which are of an appropriate quantity.	1.000	1.000	1.000
4. The facility provides services which are of an appropriate cost.	1.000	1.000	1.000
5. The facility provides services which are of an appropriate type.	1.000	1.000	1.000
6. The facility provides services which are of an appropriate location.	1.000	1.000	1.000
7. The facility provides services which are of an appropriate time.	1.000	1.000	1.000
8. The facility provides services which are of an appropriate staff.	1.000	1.000	1.000
9. The facility provides services which are of an appropriate equipment.	1.000	1.000	1.000
10. The facility provides services which are of an appropriate environment.	1.000	1.000	1.000
11. The facility provides services which are of an appropriate information.	1.000	1.000	1.000
12. The facility provides services which are of an appropriate communication.	1.000	1.000	1.000
13. The facility provides services which are of an appropriate support.	1.000	1.000	1.000
14. The facility provides services which are of an appropriate care.	1.000	1.000	1.000
15. The facility provides services which are of an appropriate attention.	1.000	1.000	1.000
16. The facility provides services which are of an appropriate respect.	1.000	1.000	1.000
17. The facility provides services which are of an appropriate dignity.	1.000	1.000	1.000
18. The facility provides services which are of an appropriate privacy.	1.000	1.000	1.000
19. The facility provides services which are of an appropriate security.	1.000	1.000	1.000
20. The facility provides services which are of an appropriate comfort.	1.000	1.000	1.000
21. The facility provides services which are of an appropriate convenience.	1.000	1.000	1.000
22. The facility provides services which are of an appropriate accessibility.	1.000	1.000	1.000
23. The facility provides services which are of an appropriate flexibility.	1.000	1.000	1.000
24. The facility provides services which are of an appropriate responsiveness.	1.000	1.000	1.000
25. The facility provides services which are of an appropriate adaptability.	1.000	1.000	1.000
26. The facility provides services which are of an appropriate sustainability.	1.000	1.000	1.000
27. The facility provides services which are of an appropriate innovation.	1.000	1.000	1.000
28. The facility provides services which are of an appropriate leadership.	1.000	1.000	1.000
29. The facility provides services which are of an appropriate vision.	1.000	1.000	1.000
30. The facility provides services which are of an appropriate mission.	1.000	1.000	1.000
31. The facility provides services which are of an appropriate values.	1.000	1.000	1.000
32. The facility provides services which are of an appropriate culture.	1.000	1.000	1.000
33. The facility provides services which are of an appropriate identity.	1.000	1.000	1.000
34. The facility provides services which are of an appropriate reputation.	1.000	1.000	1.000
35. The facility provides services which are of an appropriate image.	1.000	1.000	1.000
36. The facility provides services which are of an appropriate brand.	1.000	1.000	1.000
37. The facility provides services which are of an appropriate logo.	1.000	1.000	1.000
38. The facility provides services which are of an appropriate slogan.	1.000	1.000	1.000
39. The facility provides services which are of an appropriate motto.	1.000	1.000	1.000
40. The facility provides services which are of an appropriate spirit.	1.000	1.000	1.000
41. The facility provides services which are of an appropriate soul.	1.000	1.000	1.000
42. The facility provides services which are of an appropriate heart.	1.000	1.000	1.000
43. The facility provides services which are of an appropriate mind.	1.000	1.000	1.000
44. The facility provides services which are of an appropriate brain.	1.000	1.000	1.000
45. The facility provides services which are of an appropriate nerve.	1.000	1.000	1.000
46. The facility provides services which are of an appropriate system.	1.000	1.000	1.000
47. The facility provides services which are of an appropriate structure.	1.000	1.000	1.000
48. The facility provides services which are of an appropriate framework.	1.000	1.000	1.000
49. The facility provides services which are of an appropriate foundation.	1.000	1.000	1.000
50. The facility provides services which are of an appropriate base.	1.000	1.000	1.000
51. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
52. The facility provides services which are of an appropriate support.	1.000	1.000	1.000
53. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
54. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
55. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
56. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
57. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
58. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
59. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
60. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
61. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
62. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
63. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
64. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
65. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
66. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
67. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
68. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
69. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
70. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
71. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
72. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
73. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
74. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
75. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
76. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
77. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
78. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
79. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
80. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
81. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
82. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
83. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
84. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
85. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
86. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
87. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
88. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
89. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
90. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
91. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
92. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
93. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
94. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
95. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
96. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
97. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
98. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
99. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000
100. The facility provides services which are of an appropriate pillar.	1.000	1.000	1.000

ナーシングホームのチェックリスト

スの質の向上)ための方法を生み出す事業所全体での取り組みが必要となります。事業所内に苦情や相談に対応する機関を設置し、問題の把握分析を行って解決策を見いだし改善に結びつけていくことは、苦情の解決とともに従業者のレベルアップを促し、事業所経営のリスクマネジメントにもつながります。別表はアメリカで用いられているチェックリストです。今後日本もこれまでに以上利用者施設を選ぶ時代になってくるでしょう。提供しているサービスが、真に満足を提供できているかどうか、再度考え直す必要があります。

大人用紙おむつの構造とモレの原因

当社に寄せられる大人用紙おむつに関するご相談で、最も多いのが「紙おむつのあて方」に関する内容です。大人用の場合は子供と違って体型が人によって大きく異なったり、拘縮や側臥位など体の状態によってあて方を工夫する必要が生じたりします。

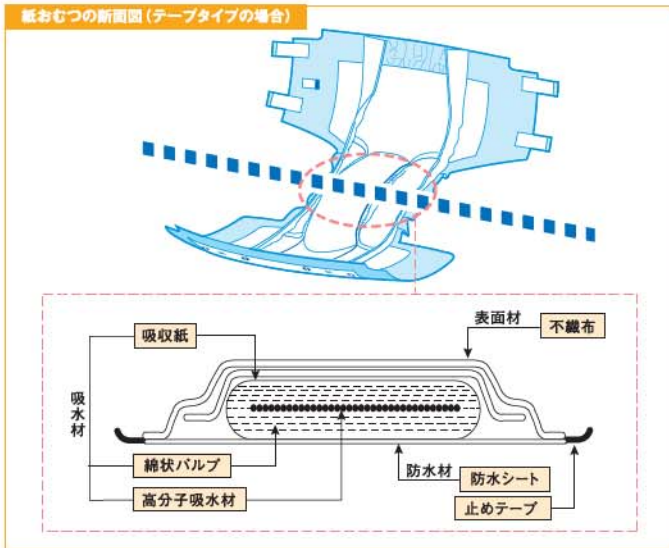
そこで排泄ケア研究室のコーナーでは、まず今回は大人用紙おむつの構造を説明して、「なぜモレが生じるのか」をご理解いただき、そして次回、紙おむつの上手なあて方を解説していきます。

■大人用紙おむつの構造

大人用紙おむつは、尿や便のモレ防止・排泄後の快適さ・動きやすさ・あてやすさなどを重視した構造になっています。タイプや各社それぞれの商品によって違いはありますが、代表的な紙おむつの構造と役割は次の通りです。

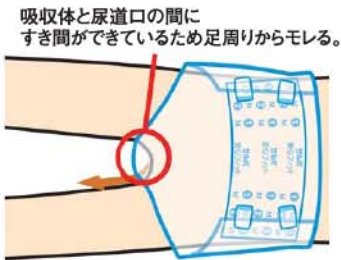
表面材：直接肌に接する部分です。尿を素早く吸収材に浸透させ、表面材自体はぬれにくくサラッとした状態を保つて肌をぬらさないように配慮されています。着用中の快適性を向上させる役割を担っています。材質としては不織布という素材を使つたものがほとんどです。吸水材：尿を吸収する部分で

す。一度吸収すると後戻りさせない工夫がされています。吸収紙、綿状バルブ、高分子吸水材（高吸収ポリマー）などの組み合わせで構成されています。なかでも高分子吸水材は自重の50〜100倍もの尿を吸収して保水することで、後戻りがなくサラッとした肌ざわりを保つことができます。また当社では新抗菌ポリマーを採用することで、雑菌の繁殖を抑えてお肌への発生を防ぐ工夫をしています。防水材：紙おむつの外側を覆うシートで、尿がおむつの外へ漏れ出してしまうのを防ぎます。水分を通さないようポリエチレンフィルムが使われるのが一般的ですが、最近ではムレ防止のため水分を通さずに通気性のある材質が使われているものもあります。



■モレが生じやすい場所

このように紙おむつは尿を吸収・保水して後戻りさせない構造を持っていますが、どうしてもモレが発生しやすい場所があります。そのひとつが足周りです。白十字では紙おむつをあてる際に、尿道口に密着させるようにあてることをおすすめしていますが、うまく密着させられていないと尿は太ももをつたって流れ出てしまいます。

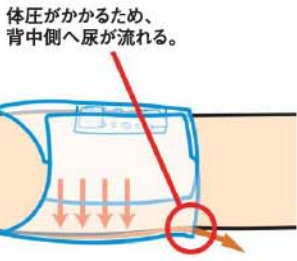


また、尿道口と紙おむつが密着していても、一度に大量の尿が出た場合は、全てを吸収する前に吸収体表面を流れていくことがあります。特にテープタイプ紙おむつは寝た状態で使われるこ

とがほとんどのため尿は後ろ背(中側)へと流れていきます。その間に吸収しきれれば問題は無いのですが、吸収スピードが追いつかないと背中側からモレしてしまうのです。

■紙おむつのモレ防止機能

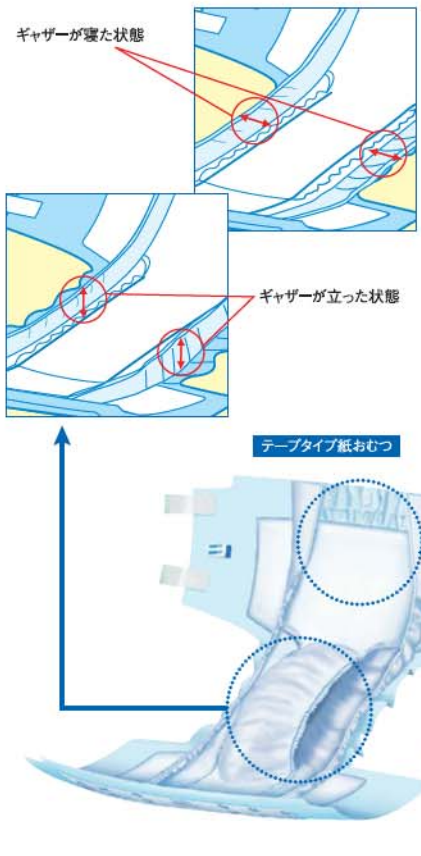
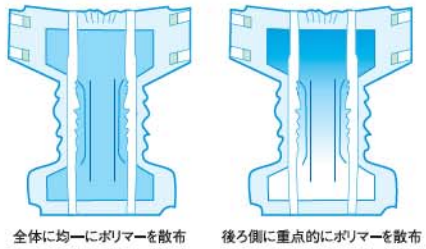
モレを防ぐために、紙おむつには様々な工夫がされています。足周りのモレを防ぐのは立体ギャザーです。尿が外にモレるのを防ぐ堤防の役目を果たします。もちろん、先にもお話ししたように尿道口と紙おむつが密着していることが必要です。ギャザーがしっかりと立っていることも重要です。ギャザーが外に折れてしまつていると堤防の役目を果たせずに、尿はギャザーを越えて漏れてしまいます。



背中側のモレを防止するのは、背中側のウェス

トギャザーです。このギャザーの働きで、背中側のすき間を無くしてモレを防ぎます。また、尿が集中するおむつ後方に、ポリマーを重点的に散布したのもあります。一般に言われる吸収量はおむつ全体での吸収量ですが、このように尿が集中する場所の吸収力が高いものを選ぶと、二層効率的にモレを防ぐことができます。

ポリマーの配合イメージ



いかがでしょうか。紙おむつの構造とモレ発生のメカニズムについてご理解いただけましたか。ただ、紙おむつのモレ防止機能を最大限に発揮させるためには、あて方にも工夫が必要です。「モレないためのあて方」を次回、詳しく説明いたします。

また、当社セールスにご相談いただければ、個別にご相談に合うことも可能です。そのようなご要望がありましたら、お気軽にお声をかけて下さい。

■お問い合わせ先
白十字株式会社ヘルスケア営業部
TEL 031398716117

施設間の情報共有が、 選ばれる施設へのカギ。

「質の高い介護環境の提供」をキーワードに開催された「Dケアセミナー」も各地で好評をいただき、すでに四回を数えるまでに至りました。そこで今回のDケアレポートでは第二回から第四回のDケアセミナーの様子をお届けし、施設、病院の皆様が共通してお感じになられている悩みについて考えていきます。

「Dケアセミナー」を各地で開催

施設運営と職員の資質

田中荘司先生

2001年10月30日、八王子駅前クリエイトホールにて多摩エリアDケアセミナーを、続く11月13日には横浜のランドマーク内、フォーラムよこはまにて横浜エリアDケアセミナーを開催いたしました。どちらも講演に日本大学文理学部教授の田中荘司先生をお招きし、「施設運営と職員



海外では「施設を選ぶ」考え方がわが国よりも進んでいるとのこと。入所する前にはチェックシートを使って、厳しい目で判断を下します。今後わが国も必ず、同様に厳しい目で選ばれるようになるでしょう。職員ひとりひとりの意識の向上と、今号の特集記事にもあるように苦情処理対応などの仕組みづくりが急がれます。

ケースカンファレンスによる個別対応

鶴谷病院様

田中先生の講演に続いては、群馬県の鶴谷病院様による「排泄ケア事例研究発表」です。鶴谷病院様にはモニター調査などのご協力をお願いする中で「サルバ安心フィット」の開発にあたり様々なご意見をいただきました。



鶴谷病院 小針婦長様

まさに施設・病院様との情報共有というDケアシステムの理念を実践するきっかけとなった事例でした。
鶴谷病院様では、ケースカンファレンスという患者さん個別の症例をテーマにした意見交換の場を設け、紙おむつの交換パターンを幾度となく変えながら、排泄ケの最適化を行っておられます。

発表のポイント

- ・モレ発生の減少
- ・排泄サイクルの最適化
- ・コストの削減

布おむつから紙おむつへの切り替え

白鶴ホーム様

2002年2月27日、四谷の主婦会館プラザエフにおいて東京23区Dケアセミナーを開催いたしました。

埼玉県岩槻市の特別養護老人ホーム白鶴ホーム様、東京都葛飾区の堀切中央病院様による排泄ケア事例研究発表をメインにしたセミナーです。

白鶴ホーム様の発表テーマは「布おむつから紙おむつの切り替え」でした。埼玉県は長く続いた布おむつへの助成制度の影響で布



白鶴ホーム 田口様

おむつを使われる施設様が非常に多い地域です。白鶴ホーム様も同様に1999年の開設以来、布おむつを使われていました。ただ当時よりカブレの問題など排泄環境を改善したいという意識があつたため、当社からのおむつ診断の結果を踏まえた商品提案とあて方のアドバイスで、作業効率・排泄環境の向上が見られたとのことでした。コストについても、助成制度があつた頃のコストと同等に抑えることができ、作業性などを含めたトータルコストダウンにつながり、現場スタッフ事務スタッフ双方にとってメリットのある結果になりました。

発表のポイント

- ・モレ、カブレにおいでの減少（排泄環境の改善）
- ・トータルコストのダウン
- ・職員の意識向上

職員の意識向上と ケア環境の充実

堀切中央病院様

続く堀切中央病院様の発表は、「職員の意識向上とケア環境の充実」をテーマにしたものでした。



堀切中央病院 斎藤主任様

堀切中央病院様には、以前より白十字製品をご愛用いただいていたのですが、1つの紙おむつに1つのパッドという一律の商品アイテムだったため、管理はしやすいが作業性・排泄環境に不満とのお声をいただいております。改めておむつ診断を泊り込みで実施し、患者様の状態に合わせて交換サイクルと組み合わせパターンの最適化をご提案いたしました。

おむつ診断を実施する中で、ふだん「排尿が多い人」と感覚的に認識していた患者さんが、実際にどの程度排尿があるのかを知り、データをとることの重要性をご理解いただけたようでした。

交流会での情報交換会

第4回のセミナーでは新たな試みとして、会の終了後に施設様同士の情報交換会の場を設けました。発表をいただいた白鶴ホーム様、堀切中央病院様を中心としたテーブルの他、いくつかのテーブルで施設様同士が積極的に意見を交換し合う場面が見られました。地域の施設様同士のネットワークづくりの良い

きっかけになったのではないのでしょうか。

白十字ではDケアシステムを通じて、今後も各地でのセミナー開催のほか、様々な取り組みを展開してまいります。よりお役に立てる場をご提供するために、施設・病院の皆様のご意見が必要ですので、ぜひ当社担当セールスを通じてご意見・ご要望をお寄せください。今後に役立てていきたいと思っております。



発表のポイント

- ・職員の意識向上
- ・ケアの質の向上
- （交換サイクルの見直しの結果）
- ・コストダウン

堀切中央病院様では当社のご提案後、自発的に「排泄ケアカンファレンス」を立ち上げられ、定期的に排泄ケアについての意見交換を行っているそうです。患者さんも、排泄ケア環境の改善を肌で実感している様子とお話に、職員の方々の意識向上がダイレクトに質の向上につながっている状況が伝わってきました。

お肌を刺激から守る、安心して優しい保湿化粧水です。

【ピュアープレイン】

ピュアープレインは、お肌はもちろん刺激を受けやすい手などの角質層にバリアを形成して、外部の刺激から皮膚を保護する化粧水。人工血管・人工臓器など医療面でも使用されている安全性に優れたMPC(ポリクオタニウム-51)を原料に使用しています。また、高い吸保湿性を持っており、水分保持効果があります。このうおいは長時間持続し、10回程度の水洗いに耐えます。(当社テスト結果より)家事やお料理の場面のほか、病院・施設様のように薬剤を扱われる方にもご使用いただけるように、無香料・無着色・オイルフリー・アルコールフリーです。



ポトルタイプ200ml
希望小売価格2,500円

◆おむつ診断随時受付中◆

貴施設の状況に応じた「排泄ケアプラン」をご提案いたします。詳しくは当社セールスまでお問い合わせください。

ワンポイントアドバイス

通勤時間や買い物の行き帰りを活用して、健康づくりを始めましょう。

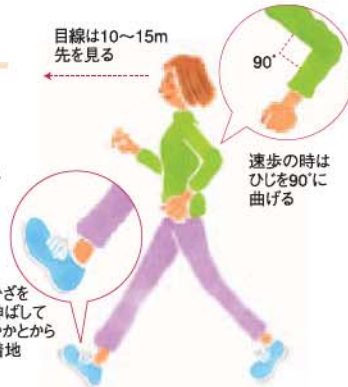
ウォーキング

歩くことは最も基本的な運動です。歩くことで全身の筋肉のなんと8割を鍛えることができ、心臓や肺の機能アップにつながります。足腰の強化はもちろんのこと、成人病や肥満の防止、ストレス解消などさまざまな効果が期待できるのです。

正しい姿勢と歩き方

●正しい姿勢を意識しながら歩くことで、より効果は上がります。

- 1 肩まで引き上げるように背筋と腰をまっすぐ伸ばし、おなかの筋肉を引き締めるようにする。
- 2 からだをやや前傾させ、あごを軽く引く。
- 3 まっすぐ前を見る。目線は10～15m先を見る。
- 4 速歩や急歩のときはひじを90度に曲げ、コンパクトに振ると自然に歩幅も広がる。
- 5 かかとで着地して、つま先で蹴る。



運動効果を高めるためのコツ

●心肺機能をも高めるには一定時間、一定期間の持続が必要です。

- 1 1回15分以上、持続して歩く。(2km～3km程度)
- 2 足のリズムに合わせて呼吸する。
- 3 週3日くらいのペースから始める。
- 4 気分や体調の悪い時は無理せず休む。

こんにちは

この度、Dケアシステムの導入第一号施設である、埼玉県坂戸市大字新堀1番地1の「特別養護老人ホームシャロームガーデン坂戸」様におじゃまして、白十字へのご意見やご要望等をお伺いいたしました。



右から 中野様・久場主任様
弊社セールス 篠原

弊社でご提案を行った頃、埼玉県では布おむつに対する助成制度がなくなる時期で、シャロームガーデン様でも、紙おむつの導入をめぐる各社からの商品提案を受けていたそうです。そんな中いくつかの商品を検討した結果、弊社製品をお選びいただきました。その決め手は商品にご満足いただいたことと、あて方の指導から泊まり込みでの尿量チェック、最適な交換パターンのご提案を行う「おむつ診断」の実施にあったとのこと。「交換回数も削減でき、外出など様々なケアに時間を割けるようになったことが大きいですね」と久場主任様。第1回Dケアセミナーにもご参加いただき、スタッフの皆さんも熱心に排泄ケアについて研究をされているようです。

施設概要

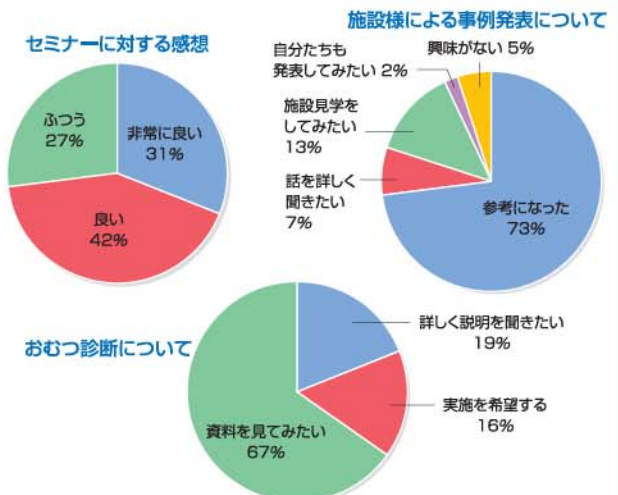
特別養護老人ホーム
シャロームガーデン坂戸
所在地:埼玉県坂戸市大字新堀1番地1
定員:50名
平均要介護度:約3.5



ご好評いただいています! Dケアセミナー

すでに第4回を数えるDケアセミナーですが、回を重ねるごとに内容も充実し、反響も少しずつ大きくなってきています。より興味を持っていただける内容になってきていると、スタッフ一同実感しています。ご参加いただいた皆様も、おハガキでご意見・ご感想などをぜひお寄せください。

●第2～4回までのアンケート結果より………



編集部より

早いものでDケアセミナーは4回目を迎え、D-wingも第2号を刊行することができました。第4回のセミナーでは施設様同士の情報交換会を開催し、施設間の情報共有についての新しい試みができたのではないかと思います。セミナーにお越しになるスタッフの皆様も常に真剣で、いかに情報が求められているのかを痛感し、我々も常に新しい情報を発信し続けていこうと思いを新たにしています。ご意見・ご要望などはぜひお気軽にお寄せください。

— お問い合わせ・お便りは —

〒171-0033
東京都豊島区高田2-4-25
TEL 03-3987-6117
白十字株式会社
「D-wing」編集部まで