

社会福祉法人

さつき会のレポに注目集まる

「ケアマネを中心とした在宅の水分管理」

在宅利用者の停止者が特養の2倍

そもそもの始まりは、18年前に遡る。同会・特別養護老人ホーム鷹栖さつき苑の波瀾幸敏・現施設長がケアマネジメントセミナーに参加した際、講師の医師から「在宅高齢者の急性疾患は何か？」と質問され、その答えが脳卒中でも心不全でもなく、なんと「脱水症」と聞いたことだった。その後、介護保険制度がスタートし、サービスは拡充したが、そうしたなかで、波瀾施設長には気になってならないことがあった。あの時



研究レポートをまとめたケアマネジャーの3人と波瀾施設長(左)。さつき会の取り組みが「月刊ケアマネジメント」8月号で紹介された

社会福祉法人さつき会(鷹栖町)のス

タッフ3人がまとめた研究レポートが「月刊ケアマネジメント」8月号に掲載され、

介護関係者の注目を集めている。特集「水

不足はこんなに危ない！」の最初の記事

「こうすればできる ケアマネを中心とし

た 在宅の水分管理」が同会スタッフの

執筆によるもので、1日の総水分量の適

切な管理によって、しっかりと体調が

維持された成功事例などが示され

ている。

例えば居宅

と特養に

おける利用

者の要介護度と停止者

(入院、入居、死亡)の

比較では、在宅利用者

は平均介護度が1・9

(特養3・5)の軽度にも

学んだ「在宅の要介護高齢者の大半が適量の水分が取れていない」というのは、今も変わっていないのではなか」という疑問だ。事実、いろいろデータをとってみると、例



「このことはつまり、在宅高齢者の健康・体調面のマネジメントが的確に行われていない結果と推定される」。波瀾施設長はこうした在宅介

落ちていた空間で、楽しい会話が弾みます。明日の活力を、提供できる癒しの空間。

システム

- ・チャームチャージ.....2,000円
- ・ボトルKEEP.....焼酎 4,000円~
-ウイスキー 6,000円~

ドリンク

1名様~90分飲み放題.....お一人様3,000円
 ※焼酎、ウイスキー、日本酒、ソフトドリンク
 +500円にて生ビール込 団体様 応相談

Lounge

古都

旭川市3条通6丁目(3・4仲)
 ヨシタケビル6号館4階
 TEL/0166-22-3901
 営業時間/19:00-LAST
 定休日/無休

における最も基本となる「現状」に気づいたのは、特養の施設長を経て昨年4月、居宅介護支援事務所管理者も兼務するようになって間もなくだったという。

基本は

「水・栄養・排便・運動」

昭和63年4月にまず特養をスタートさせた同会の基本理念は「高齢者の自立した尊厳ある人間らしい生活を守る」。つまり、一人ひとりが自分の持つ能力に応じて自立した生活が営めるよう、個々の意欲と能力を最大限に引き出す介護が目指されている。

では、こうした基本理念を具現化するため、介護において何が求められているのか。同会が注目するのは、「『水』をちゃんと飲み、しっかりと『栄

養』を摂って、トイレで規則正しくすっきり『排便』があり、身体を動かして（『運動』）、夜はぐっすり眠る」という、人が健康な身体の状態であることだ。

ケアマネージャーセミナーでの医師が指摘したように、中でも大切なのは「水」で、「水分が足りない」と、身体にさまざまな異常現象（意識障害、発熱・循環機能、運動機能低下、幻覚など）が起こり、脳卒中のリスクも高まる」という。

また、認知症の介護でも「水」が不足すると、脳の覚醒水準が低下し、不穏・妄想・徘徊などという認知症周辺症状の多くは、脱水症と便秘が原因ともいわれるようになっていく。

「元気に生きるためには、細胞が元気でなければ駄目。細胞の活動性の

引き上げ、引き下げには水分が最も重要な働きをしていることが分かってきたのです」と波瀾施設長。

「月刊ケアマネジ メント」に掲載

今回の研究レポートのまとめ作業は、こうした基本的な理解の共有をベースに昨年夏にスタートした。担当したのはいづれもケアマネジャーの佐々木恵子さん、細野有美さん、河田真美子さんの3人で、利用者の健康を守る責任はケアマネが負うという「伴走型ケアマネジメント」の立場から、実際に1人それぞれ3人の在宅高齢者を担当して調査を進めた。

「水が健康にとって大切」ということが分かっている以上、調査の目的は主に1日の総水分量が

適切に管理されているかに絞られ、それを実行するには、本人ないし家族の負担に大きく関わることから「できるだけ記録しやすいうように工夫した」という。

具体的には、1日に食事以外に摂る必要のある水分量を1500ccとし、毎日の起床から就寝までの時間ごと、飲み物の種類によって目安になる水分量などを示したチェックリストを作成し、水分摂取があれば、本人ないし家族が○をつけていくというやり方で、リストの末尾には、排便の有無を確認する欄も設けられた。

在宅サービスの現場では、デイサービスセンターのスタッフがヘルパーも自分が関わった間を除き、水分の1日の総摂取量ないし1週間の平均摂取量まで把握してい



旭川開拓菓
新発売 いたや新
ITAYA MAKI

原生林を切り開いた開拓の歴史に想いを馳せて、当時この地に自生していた「いたや楓」の新をモチーフにしておつくりしました。旭川近郊の鶏卵と道産バターを使い、メイプルシユガアの風味を利かせた口どけの良いパウムクーヘンです。

6コ入 **1,100円**
10コ入 **1,800円**

メープル風味

THE SUN KUROKO
石蔵の本舗

旭川市神楽岡9条1丁目(旭川プラタナス通り入口)(駐車場完備)
TEL(0166)66-3961・FAX(0166)66-3960
営業時間▶AM8:00~PM7:00(年中無休)

旭川市春光1条8丁目ダイイチ花咲店(国道40号線沿い)(駐車場有り)
TEL(0166)46-7111・FAX(0166)46-7110
営業時間▶AM9:00~PM9:00(年中無休)

旭川市工業団地1条2丁目(旭川動物園通り沿い)(駐車場完備)
TEL(0166)76-1501・FAX(0166)36-7870
営業時間▶AM10:00~PM6:00(年中無休)

旭川土産
スイーツ・スターション(旭川駅東改札口向い南側)
TEL(0166)21-8822・FAX(0166)21-8815
営業時間▶AM8:30~PM7:00(年中無休)

www.robakashitsukasa.co.jp

ないため、その仕事をケアマネジャーが担っていることだ。

劇的に体質改善進んだ事例も

実際に8人の高齢者を対象に「水分ケア」をスタートさせたところ、次々に好結果があらわれ出した。今年4月現在で1000ccの水分量が摂れている人が5人、平均水分量が1000ccを超えている人が2人を数え、その結果、このうち4人が「排便間隔が短くなった」あるいは「下剤を減らすことができた」という。

中でも劇的だったのが67歳の男性のケース。12年前に妻を亡くしてから1人暮らしを続けているこの男性は要介護1で、週2回のデイサービスと週3回の訪問介護を受け

ているが、意欲的に水分摂取（1日に平均水分量600cc）を続けた結果、平成23年に再発した脳梗塞の心配がほとんどなくなるまでに体質改善が進んだ。

本人ないし家族の協力を得て進めていくとしても、客観的な数字を示して説明していかないと、なかなか納得して協力してもらえないのが実情で、「水分ケア」を実施した高齢者はこれまでに、新規利用者を中心に延べ18人を数え、現在も継続中だ。

「将来的には介護サービスを受けている方たちだけでなく、町などと連携して町内のすべてのお年寄りが当たり前のように『水分管理』をするようになることが理想です」と佐々木さん。その言葉には、「高齢者の自立した尊厳ある人間らし

い生活を守る」といった自負がにじむ。

伴走型ケアマネジメントとして

「いいこと」であれば当然、反響がある。

今年6月に鷹栖町内で行われたケアマネジャーの研修会で、佐々木さんらによってこうした一連の取り組みが中間報告という形で発表されたが、「要支援予備軍・要支援の段階からの『水分ケア』をケアマネジャーの仕事として行う」という考え方には、多くの共鳴があったという。

7月下旬に「月刊ケアマネジメント」が発行された以降も大分県、茨城県などの社会福祉法人などから資料等の請求があり、中には「うちでもぜひ、始めてみたいといっ

た」と波瀾施設長。

同会では「HOL（ハピネス・オブ・ライフ）を創るケアマネジメント」という考え方に基づき、ケアマネジャーが何十年も桜を見ていないというお年寄りを自宅の外に連れ出すなどのプログラムも進められている。その一方、お年寄りの気持ちにいちいち付き合っているのは面倒ということか、ひたすら効率を追いかける施設が少なくないのも事実だ。

要は、その施設として、介護に対する考え方がどれだけしっかりしているかの違いと思われるが、いずれ施設のお世話にならなくてはならないとしたら、やはりさつき会のような「笑顔あるくらし、喜びを感じられる毎日を積極的に創り出す」施設を選びたいものだが、果たして現状となると？。



ビジネスマンからファミリーまでニーズに合わせてくつろげる
リゾートシティホテル



ホテルリベルテ
Hotel Liberté

充実した設備で遊ぶホテルへ
V.O.Dビデオオンデマンド10導人・全室地デジ対応液晶テレビ
大型駐車場完備 カラオケ全室BSサウナー・DAM搭載 室内サウナ完備10室

旭川市3条通4丁目(3条本通り)
☎(0166)26-3500 <http://www.a-dk.co.jp>



—SYSTEM—

ご宿泊(PM3:00~AM11:00)20時間

¥5,000~

ご休憩(24時間OK)3時間

¥4,000~

●サービスタイト
AM2:00~PM2:00(12時間)
※土日祝日/AM3:00~PM2:00(11時間)

当ホテルご利用のお客様にかぎり
岩盤浴「石恵の癒」を無料とさせていただきます。