

# WELL 通信



中面特集

多職種連携とデータ分析による  
科学的アプローチで不眠を解消



クリスマスのワンプレートランチ



お正月にはおせち料理を



屋上いっぱいに広がる菜園



たくさん収穫できました

厨房だより利倉清豊苑

ふんだんに屋上菜園で採れた新鮮野菜を

ウエル清光会では、「食べる」ことを楽しんでいた  
ため、食材やメニューに工夫を凝らしています。  
利倉清豊苑では、屋上を利用して大きな菜園を設  
け、季節の野菜を育てています。この冬は大根や  
かぶ、にんじんを栽培中。利用者様と一緒に収穫  
して、新鮮なうちにシチューやおでんにして提供  
します。お食事は、「栄養を摂る」だけでなく「樂  
しむ」もの。彩りや香り、季節感など、さまざま  
なことを五感で感じるお食事づくりを心がけてい  
ます。

【この時期おすすめの献立】

クリスマスにはエビフライやチキンライスを盛  
わせた「ワンブレートランチ」、年末には「年  
越しそば」、お正月には「おせち」と、年末年始  
は彩り豊かな行事食が盛り沢山です。

発行:ウエル清光会グループ

サービス PICK UP | ウエル定期巡回サービス

定期巡回・随時対応型訪問介護看護  
豊中市の広範囲をカバーする定期  
巡回サービスがスタート!

■私たちが対応します  
ウエル定期巡回サービス  
サービス提供責任者/中丸龍次(右)  
利倉清豊苑 施設長/細川和孝(左)

大阪府豊中市利倉3-4-19(利倉清豊苑内) ☎06-6210-6585 【対応エリア】中西部、南部、南中部 ※左記以外の地域の方もご相談ください

定期巡回・随時対応型訪問介護看護とは

訪問介護員がご自宅に訪問し、服薬のお手伝い

や排泄介助・パッド交換、お食事の提供など、ご本人やご家族だけでは難しい日常生活を支えます。また、転倒や排泄など突然のお困りごとにも24時間365日対応。オペレーターが電話応対し、必要に応じてヘルパーや看護職員が駆けつけます。

■基本単位数

要介護1	5,697
要介護2	10,168
要介護3	16,883
要介護4	21,357
要介護5	25,829

■ウエル定期巡回サービスでできること

定期巡回	1日1回～複数回、ヘルパーが訪問し身体介護を行います。
随時対応	不安なときもお電話で対応。24時間365日サポートします。
随時訪問	転倒や排泄など、急な事態にもヘルパーが訪問します。
訪問看護	必要に応じて看護職員が訪問し、病状観察や服薬管理などの看護を行います。

24時間365日、介護・看護が連携して駆けつけます

ウエル定期巡回サービスは、訪問介護サービスとは異なり、一定の単位数で毎日1回～複数回訪問することができるサービスです。介護度1～5の方までを対象に、服薬のお手伝いや排泄介助、お食事のご提供など日常のサポートはもちろん、転倒などの急な事態にも駆けつけ、ご本人やご家族の生活をお手伝いいたします。

広範囲に対応する定期巡回サービスは豊中市にはこれまでになく、まだまだサービス自体の認知度が高くありません。しかし、定期巡回をご利用いただくことで、在宅での生活に不便を感じるようになった方が「すぐに入所」ではなく、ご自宅で過ごすという選択肢が広がります。また、「看取りは自宅で」というご希望にも、医療チームと連携して叶えます。先行してサービスを実施してきた宝塚市では、利用者様のご希望に応じて、何人の方をお看取りしてきました。

入所することなく、最期まで住み慣れたご自宅で過ごしていただけます。それが私たちの願いです。

訪問後は、介護の内容や利用者様の状態、表情などを記録して、システムで管理しています。記録はご家族にも共有しているので、遠方にお住まいでなかなか利用者様に会いにいけない方も、日々の様子を確認できて安心。写真で様子を見ることもでき、ケアマネさんからも大変喜ばれています。

ウエルグループ

豊中市

- 清豊苑 [特]
- 利倉清豊苑 [地/デ/グ/小]
- 美豊苑 [特/ケ]
- 刀根山美豊苑 [地/デ]
- 輝豊苑 [デ/グ]
- ウエルケアプランセンター
- ウエリスト [小/デ]
- 社会福祉法人香聖会 宙豊中 [地/グ/小]
- 庵とよなか庄本 [有]

宝塚市

- 宝塚清光苑 [特/デ/グ/小/ケ/定]
- 芦屋市
- 陽光苑 [地/デ/グ]
- 西宮市
- パセム西宮 [有]



ウエルの「今」を  
深堀り!

複合介護施設陽光苑  
(左から)施設長/大井 憲  
ケアマネージャー/中野健太  
統括リーダー/山下浩二  
機能訓練指導員/長束智司

ないので、搔き出さざるをえず、  
食事量も減少。一度はお看取り  
を考えていたほどだったのです。

**大井** 「眠りSCAN（※）」で  
睡眠状態を確認したところ、夜  
間に1時間ほどしか眠れていな  
かったことが分かりました。一  
度入院し、退院されてから入眠  
剤が処方されるようになつたの  
ですが、それにもかかわらずどうして眠  
れなくなつたのか。原因に対しても仮説を  
立て、ケア方法の見直しを始めました。

（※）眠りSCAN：睡眠中の心拍や呼吸、  
寝返りなどの体動を測定し、睡眠状態を  
可視化するシステム。ウエル通信創刊号  
特集をご参照ください。

ウエル清光会では、利用者様や入居者様に  
健やかな毎日を過ごしていただくためにク  
オリティマネジメントに取り組んでいま  
す。その一例が複合介護施設「陽光苑」で  
のプロジェクト。多職種が連携して一人の  
入居者様の問題解決に取り組み、睡眠や食  
事の改善につなげることができました。

## 睡眠状態をデータ分析し、 不眠の原因を推測

### 姿勢、服薬、運動。 多角的な視点からケアを見直し



定期的に関節を動かす運動で拘縮を和らげる

Q 取り組みの背景は？

**山下** ウエル清光会では、クオリティマ  
ネジメントの一環として、施設長やフロ  
アリーダー、ケアマネ、看護師、機能訓  
練指導員、管理栄養士など多職種が集まつ  
て入居者様の事例を話し合い、改善策を  
練る事例検討会を開いています。そこで、  
夜間の睡眠が取れず昼夜逆転されていた  
A様のケアを見直すことになりました。

**中野** A様は、昼間は覚醒されず、食事  
中にも眠ってしまっている状態でした。  
食べ物を口に含んでも飲み込もうとされ  
ると、以前より睡眠時間が増え始め  
たのです。それに伴い、食事量や水

う、よりやさしい  
睡眠導入剤へ切り  
替えるよう指示を  
いただきました。

**山下** これらの調整で様子を見てみ  
ると、以前より睡眠時間が増え始め  
たのです。それに伴い、食事量や水

分量も増え、仮説が正しかったことが分  
かりました。そこで次のステップへ。  
活動量の増加が必要ではないかという仮  
説を立て、機能訓練指導員にA様の状態  
を診てもらいました。

**長束** 入眠をスムーズにするには、昼間  
の覚醒時に少しでも運動をしていただき、  
体に刺激を加えることが大切です。足踏  
みの運動メニューを介護士さんに実践し  
てもらい、経過を観察してもらいました。

**Q 効果は表されましたか？**

**山下** 最初の取り組みから1ヶ月ほど経  
過すると、眠りスキヤンの結果も目に見  
えて良くなりましたね。生活リズムがつ  
いてきたという実感が得られました。

**中野** 食事も摂れるようになり、体重が  
どんどん増えていきました。1ヶ月ほど  
前は頬がこけて表情も乏しかつたのです  
が、目が合うと反応をされたり、話しか  
けると笑顔を見せてくださつたり、話しか  
ふんと表情が豊かになりました。

**Q 今回の事例を今後の介護にどう活か  
しますか？**

**中野** これまで肌感覚で行つてきた介護  
を、データで可視化することで仮説を立

Q 現在はどのようなケアを取り組みますか？

**山下** 睡眠の状態がかなり改善  
され、眠りスキヤンで見ると「睡  
眠」を表す青色が、夜間帯でか  
なり増えました。体重は少し増  
えすぎてしまつたので、管理栄  
養士と相談して量を調整しながら  
召し上がっていただいている  
と思いますよ。

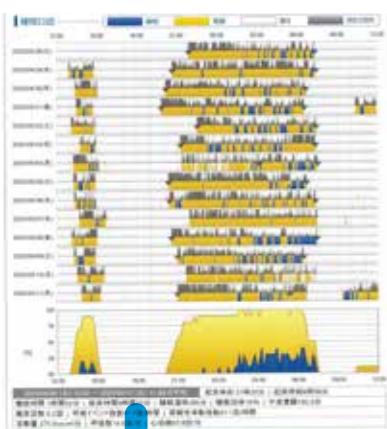
Q ご家族の反応はいかがでしたか？

**中野** 当初「食事が摂れていません」と  
お伝えした時は落ち込まれていました。  
ですが、緊急事態宣言が解除になつた時  
にアクリル板越しに面会していただいた  
時は体重も戻っていたので、非常に喜ば  
れましたね。その後も、オンライン  
面会でお顔を見られて、安心されたよう  
です。

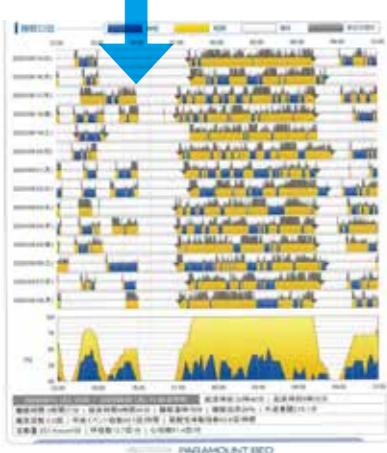
Q ご家族の反応はいかがでしたか？

**中野** 以前は気づかなかつた点に疑問を持  
つようになり、それを全員で共有する意  
識が生まれました。これからも広い視野  
を持ち、他の職員と協力しながら利用者  
様が穏やかな生活ができるよう支えてい  
きたいですね。

**大井** A様のように、一度入院をすると、  
環境の変化で食事や睡眠が取れなくなつ  
てしまう方は少なくありません。介護士  
としては、そういう姿を見るのはとても  
辛いこと。ですから、まずは入院者を出  
さないことが大切です。陽光苑の入居者  
様が最期まで穏やかに生活をされること  
が私たちの目標ですところ。そのためにも、  
取り組みを継続してやっていきたいと思  
います。



事例検討シートを作成し、問題の原因に対して仮説を立て、ケア方法を見直す



A様の睡眠状態を可視化したもの。夜間の睡眠  
(青い部分)が増加した

## 多職種連携と データ分析による科学的アプローチで 不眠を解消



多職種が集まり、フロアごとの入居者様について話し合う事例検討会