

第68回 運営推進会議 2020.2.28

左帯凡例 ●…利用者に関すること、●…同
 出席者
 ・利用者家族代表 様
 ・間宮区自治会区長 様
 ・児童・民生委員 様
 ・高齢福祉課 様
 ・函南町町議 様
 会議と重なり欠席(資料郵送)

GH ル・ソレイユ間宮 & ST ル・ソレイユ函南
 地域関連 ●…同 職員関連
 場所 GH ル・ソレイユ間宮2F
 ・株式会社それいゆ
 グループホーム ル・ソレイユ 間宮
 “ ” 函南
 小規模多機能ホーム 函南
 経営企画

出席者 計

1. 12月～2月のST(小規模多機能ホーム)利用者及びGH(グループホーム)入居者実績

■小規模多機能ホーム(登録Max27名)										■グループホーム(定員18名)										■認知症共用サービス									
										■Le Soleil 間宮										■Le Soleil 函南									
										12月 1月 2月										2月									
										月初入居中										月初入居中									
										入居開始										入居開始									
										退 居										退 居									
										当月末TTL										当月末TTL									
										入居率 100.0 %										入居率 100.0 %									
12/1～2/20日まで																													
延べ人数										支援1										支援2									
HH(訪問)										20										0									
DS(デイ)										10										0									
SS(ステ)										0										0									
										13										9									
										22										4									
										24										72									
利用率 59 %										(全27名枠)																			
										介1										介2									
										介3										介4									
										介5										AVE									
										間宮										函南									
										3										5									
										5										3									
										1										1									
										3										2.7									
										5										3									
										1										1									
										2.7										2.7									

2. 12月、1月、2月の活動状況 | スライド(Power-Point)

3. 地域との連携、参加活動、地域交流

- 自治会交流…サロン葉月参加 …1/8,2/10
- ボランティア交流…お話しVr(つくしの会) 12/18,1/20,2/18
- お茶と花のグループ…1/13,
- 映画上映会… 12月 「子猫者語り」
1月 「魔女の宅急便」
2月 「東京大衆歌謡楽団」
- ナイスミドル(紙芝居)… 1/8,2/10
- ハーモニカ … 12/11,2/5
- フラダンス … 12月6日
- 津軽三味線 … 12月6日

4. 認知症CAFEの開催 … 1/19、「防犯対策」について→振り込み詐欺のいろいろ
2/16「コラージュ川柳」→チラシから文字などを切り抜き五七五の川柳・ダジャレなどを楽しむ

5. 認知症Hot Information

6. 職員のSkill up

- 新設ホーム全職員の個人面談
- 職員研修

全社研修 2/12, 移乗(Transfer) & 傾聴・共感(Validation)										35～45									
GH月例mini研修										危険予知訓練									
12月 ★ 認知症介護のマナーとルール、										★ K・Y・T									
1月 ★ 介護職の動きと役割										★ 肺炎について									
2月 ★ 「食の楽しみ」																			

7. 気づきヒヤリハット報告

ヒヤリ&気づき	気づき	Accident	気づき	Accident
12月	10	3	11	6
1月	10	0	6	4
2月	14	3	3	5
合計		40	件	35 件

8 グループホームの透明度指標(別添資料参照)																			
ホームに入居された人の延べ人数 ～面会、見学、ボランティア、利用者の外出・外気浴																			
透明度指標					GH1Funit	GH2Funit	GH計	ST	25-30										
12月					115.5	126	241.5	57											
1月					87	126	213	59											
2月					50	42	92	48	20日現在										
上記合計					252.5	294	546.5	164	名										
0.5の値は2unitに対して1名、お見えになった場合です																			

0. 5の値は2unitに対して1名、お見えになった場合です

9. その他

利用者家族向け及び地域のケアマネージャー向けに認知症に関する理解向上のための資料をシリーズで作成し、月に一回のペースで発信する。(別添資料参照)

9. 意見交換 →裏面参照

前回(67回)いただいた意見

- 認知症SOS模擬訓練に間宮区として参加した。認知症の方に対する接し方が、いきなりでは難しかった。個々の場面(シーン)にやり取りについてもう少し事前の認知症予備知識があればよかったと思う。
- 職員の個人面談について、人間関係の対応については心のケアがポイントとなる
- 消火訓練について、利用者の訓練と同様、初期消火は職員が当たることが多いと思うので職員においては全員がスムーズにできることが前提となる。
- 今回の台風で、町内に避難勧告が発令された。水害に対する訓練も必要になっている。住民の避難勧告で、「保健センターがいっぱいだから他に言ってください」と言われたと聞いたが一時的なことなので譲り合いの精神と必要性和対応について基本方針を整えておく必要性を感じ取れた
- 地域での「防災協定」について、臨機応変に対応できるような地域の仕組みづくりが必要

今回(68回)出た意見

- Q.「気づきシート」とAccidentの違いは何ですか?→
A. Accidentは既に起きてしまった場面で取り上げ、記録していますが、気づきは起きる前に、「もう少しで起きるところだった…」このまま放置していると、問題が起きるところだった…」など、ヒヤリとする前段階のことを想定しています。
- Q.利用者ごとに担当職員を決めているのですか?→
A. 日中は9名の利用者に対し3名の職員がつくことになっています。(介護保険制度上) 従って、一人ずつの担当制ではありません。(ただしCare Plan上の心理観察担当は決めています)
- Corona virusの対応でEvent関連が中止になってきている(3/12)ので、注意が必要。
当社は面会制限や予防対応について通知案内をする(本日)ことにしています。職員にも手洗い、マスク着用、急を要しない外出の控えなど、罹患予防をしています。

ありがとうございました。

大切な記憶は何ですか？

～アルツハイマーと戦う～

Group home
Le.Soleil



大切な記憶は何ですか？～アルツハイマーと戦う～

米国・・・600万人

日本・・・400万人



蘇部(そぶ)さん

54歳 仙台 保険会社を退職し、人と関わらなくても一人でやれる農業に従事

本人の声

「脳の中が
ガーゼのようなものでおおわれているようだ」

「ガソリン入れに行って
金だけ払って、入れてくるのを忘れてしまった」

「本を読んでも下線を引かないと、どこまで
読んだか覚えていない」

記憶を失い、考える力や運動機能も奪われてゆく...不治の病ともいわれてきたアルツハイマー病。これまで進行を遅らせることに力が注がれてきたが、いま詳細なデータをもとに食事や運動などの生活習慣を徹底的に見直すことで症状を改善させようとする試みが注目されている。家族の支えを受けながら、こうした療法に取り組むアメリカと日本の患者たちの姿を記録する。

認知機能を保つ基本5か条

- 1、野菜中心に食べる
- 2、毎日 30分以上の有酸素運動
＋ 筋トレ15分
- 3、睡眠は 8 時間が望ましい
- 4、プチ断食
(寝る前3時間前には夕食をすます)
- 5、ストレス軽減
(→めい想する＝無の状態にする)

世界初の認知症治療法「リコード法」とは？

認知症研究の世界的権威が提唱



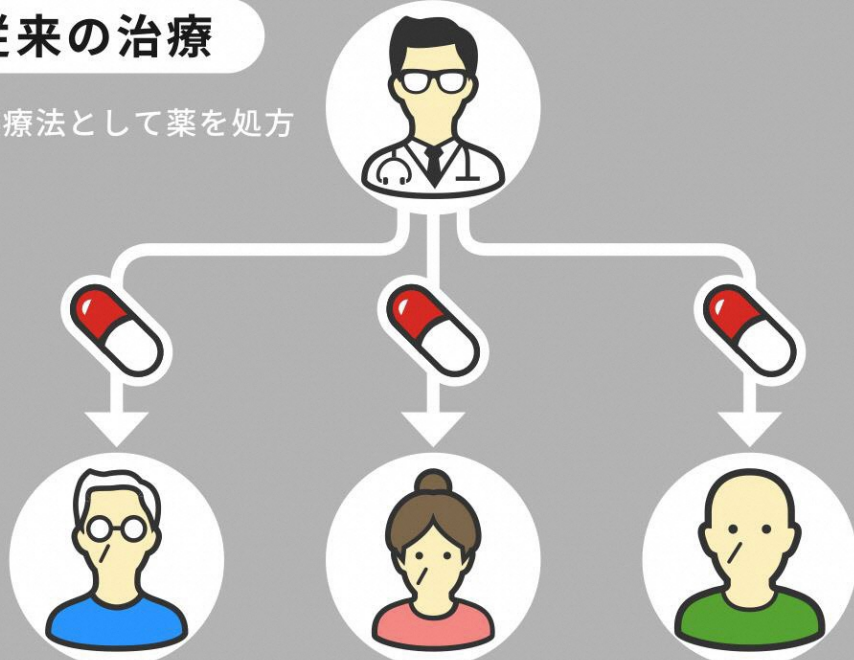
デール・ブレデセン医学博士
/ Dale E. Bredesen, M.D., Ph.D.

アルツハイマー病などの神経変性疾患を専門とする医学博士
カリフォルニア大学分子生理学科教授
Buck Institute創設者、名誉教授

1974 年カリフォルニア工科大学を卒業後、デューク大学メディカルセンターでMD(医学博士)を取得。ノーベル賞を受賞したスタンリー・B・プルシナー博士に師事し、プリオンとアルツハイマー病の関連性について研究を深める。現在 1,500 人を超える医師・看護師などの医療従事者に「リコード法」の教育・普及を行う MPI Cognition を創立し、最高医療責任者として活躍している。2018 年に出版した著書『アルツハイマー病真実と終焉』は、米 amazon ランキング 1 位、New York Times 誌、Wall Street Journal 誌でベストセラーを記録。世界 29 カ国で翻訳出版されるなど、いま最も注目を浴びている認知症研究の権威。

従来の治療

対症療法として薬を処方

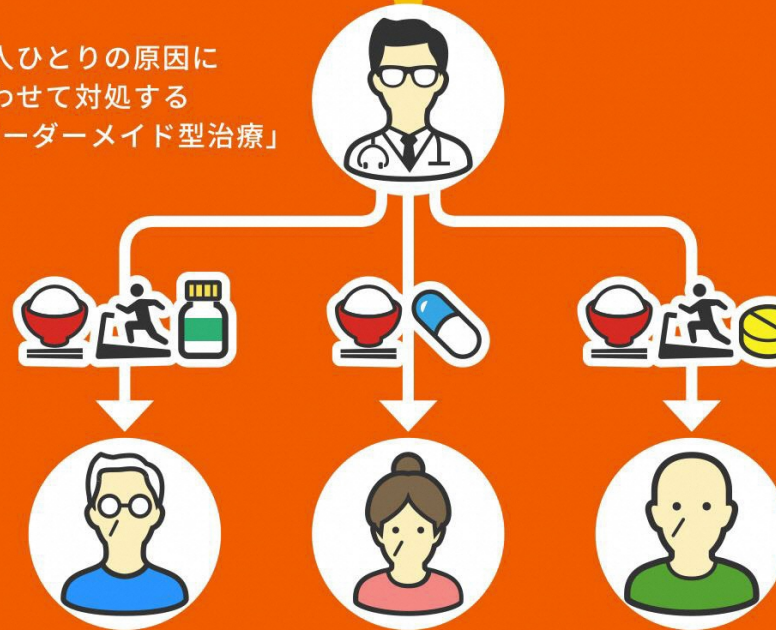


リコード法を取り入れたこれからの治療

原因に応じた対処と生活習慣アドバイス



一人ひとりの原因にあわせて対処する
「オーダーメイド型治療」



アルツハイマー病

～原因となる行動リスト～					～問題となる理由～									
1	朝食は菓子パンと砂糖入りコーヒー	→	1	グルテンや砂糖が脳の炎症を誘導										
2	プロトンポンプ阻害薬を服用している	→	2	胃酸が減って重要な栄養素の吸収が阻害										
3	スタチンを服用している	→	3	コレステロールを150いかにすると脳の萎縮リスクが上昇										
4	寝る前に甘いものを食べてしまう	→	4	オートファジーが誘導されず、蓄積したアミロイドβが脳から除去されない										
5	何事もあくせく。ストレスがたまりがち	→	5	海馬ニューロンにダメージを与えるコルチゾールが産生										
6	移動は車中心	→	6	日差しを浴びないのでビタミンDが不足、運動不足にも										
7	昼はサンドイッチで軽くすませる	→	7	トランス脂肪酸ノ接種										
8	ダイエットのため人工甘味料入り飲料を愛用	→	8	腸内細菌にダメージを与える										
9	たばこを吸う	→	9	何百もの有害な化学物質が脳に影響										
10	昼食後はほとんど歯を磨かない	→	10	口腔内バリアが破戒されて歯周病菌が口腔内から血液中に侵入し、脳を攻撃										
11	歩いてぶつかりそうになるとイラッとする	→	11	血圧が上昇										
12	夕食は揚げ物中心	→	12	AGEsなどが海馬にダメージ										

参考	・プロトンポンプ阻害薬	…胃の壁細胞のプロトンポンプに作用し、胃酸の分泌を抑制する薬である。
	・グルテン	…小麦、ライ麦などの穀物の胚乳から生成されるタンパク質の一種であるグルテニンとグリアジンが水を吸収して網目状につながったもの。
	・コルチゾール	…炭水化物、脂肪、およびタンパク代謝を制御し、生体にとって必須のホルモンである。
	・スタチン	…血液中のコレステロール値を低下させる薬物の総称である。
	・ニューロン	…ニューロン(neuron)とは生物の脳を構成する神経細胞のことで、情報処理と伝播能力において特に優れている。
	・トランス脂肪酸	…脂質の構成成分である脂肪酸の一種です。植物油などからマーガリンやショートニングなどを製造する際や植物油を高温にして脱臭する工程で生じます。また、天然でも、牛などの反すう動物に由来する乳製品や肉に含まれています。
	・人工甘味料	…現在多くの飲食物に使用されている人工甘味料。化学的に合成された甘味料のことを指します。 人工甘味料の代表的な摂取源であるダイエット清涼飲料水の摂取が糖尿病発症リスクを高めることが報告されている。
	・AGEs	…＝週末糖化産物＝老化物質＝糖尿病のバイオマーカーとしてヘモグロビンA1c(HbA1c)が知られており、これはヘモグロビンという蛋白に糖が結合したもの。何故HbA1cが糖尿病治療の指標となっている理由は、糖尿病により高血糖になるとたんぱく質のアミノ基に糖が化学的に反応する、いわゆる「糖化(glycation)」により(AGEs)と呼ばれる生成物が生じる。
		出典：Dale E Bredesen.M.D.Ph.D, 「日常生活に潜むアルツハイマー病の原因を、食事の改善や環境整備によって除去し、病気を治していく治療プログラム」より



しあわせちゃん

ル・ソレイユは認知症介護のPRO集団です。

認知症の方の心理には、向き合う方の
対応の写しがそのまま表れることが
しばしばあります。

ありがとうございました。



Le Soleil
FINE

- | | | |
|-----------------|----------|--------------|
| ■グループホーム | ル ソレイユ間宮 | 055-979-7600 |
| ■認知症対応型共用デイサービス | ルソレイユ間宮 | 同上 |
| ■グループホーム | ル ソレイユ函南 | 055-979-2211 |
| ■小規模多機能ホーム | ル ソレイユ函南 | 同上 |

2020年4月より発信予定

毎月10日発行

→

利用者家族向け

「身近な認知症の One- Point Review」

シリーズ

- 1 脳の老化について、考えたことがありますか？
- 2 最近、よく物忘れする。もしかしたら、
- 3 身近な認知症を知る ー記憶を落とすということ
- 4 身近な認知症を知る ー本人の気持ち(Christine Boden他)
- 5 認知症のいろいろ AD アルツハイマー型認知症
- 6 認知症のいろいろ DLB レビー小体型認知症
- 7 認知症のいろいろ VaD 血管性認知症
- 8 認知症のいろいろ FTD 前頭側頭型認知症
- 9 長谷川式認知症スケール…(認知症を疑うチェックリスト)
- 10 ボケを防ぐ …ボケは防げる、自己診断
- 11 家族が気づいた認知症の初期症状 ・最近気になるこんなこと。
- 12 早期発見が大切 …なった時はあきらめないで(np)
- 13 そのとき、家族はどうすればいいのでしょうか？
- 14 映画「ホームスウィートホーム」を鑑賞して
- 15 認知症の基礎知識
- 16 認知症のお年寄りへの接し方 安心へのApproach
- 17 BPSD対応シリーズ-1 役割・居場所づくり
- 18 BPSD対応シリーズ-2 寄り添いと安心
- 19 BPSD対応シリーズ-3 人権と尊厳 Normalization 成年後見制度
- 20 やさしい認知症薬の知識
- 21 抗精神病薬
- 22 非薬物療法 Validation
- 23 非薬物療法 回想法
- 24 非薬物療法 RO
- 25 非薬物療法 動物therapy
- 26 非薬物療法 園芸therapy 音楽therapy
- 27 認知症予防-1 食事とCommunication
- 28 認知症予防-2 Activity
- 29 認知症予防-3 感性に訴える(五感)
- 30 認知症最新情報 研究最新情報

* 上記青色文字は2006年に実施しており、基本校正は既に在り。
今シリーズはその後の新たな検証などを追記して編集する予定

- | | |
|---------------------------|---------------------|
| 1 脳科学 ニューロンとシナプス | By 東京大学 |
| 2 認知症Care Strength Model | By 白澤先生 |
| 3 BPSDの課題 | By 山口塾 |
| 4 生活習慣病の認知症Risk | By 山口塾 |
| 5 運動介入は転倒を減らす | By 山口塾 |
| 6 認知症関連Hot Information | By 認知症研究研修東京センター |
| 7 認知機能の階層性 | By 山口晴保先生 |
| 8 睡眠時間と認知症Risk | By 山口塾 |
| 9 BPSD気づき質問票57項目版の開発 | By 認知症ケア研究誌 |
| 10 注意障害と認知症(論文) | By 山口晴保先生 |
| 11 認知症予防ー世界が挑む喫煙ト運動不足 | By 認知症国際会議2019より |
| 12 40Hz の音を聞かせてADの進行を遅らせる | By Cell(米科学雑誌) 掲載論文 |



* 上記の関しては、認知症に関する論文や研究資料等より時事情報を仕入れ、
わかりやすく編集して発信することを考えています。

* 学会情報(認知症ケア学会、高齢者虐待防止学会)についてPick up Information

* 認知症介護研修研究センター(東京、大府、仙台)

* 認知症疾患治療ガイドライン(日本神経学会)