

えがお

第20号

令和3年3月22日発行

- 発行/一般財団法人 神戸在宅医療・介護推進財団
- 住所/〒651-1106 神戸市北区しあわせの村1-18
- 電話/078-743-8200
- FAX/078-743-8211
- ホームページ/http://www.kzc.jp/

～限りなく 人にやさしい「保健」と「医療」と「福祉」を～

一般財団法人 神戸市在宅医療・介護推進財団は、神戸市医師会、こうべ市民福祉振興協会、神戸市の三者が設立しました。医療・看護・介護・リハビリまでトータルにサポートするほか、地域包括ケアシステムの構築をめざし、在宅医療・介護の連携を推進しています。

ごあいさつ

一般財団法人 神戸在宅医療・介護推進財団 理事長 細谷 亮



わたくしたちの神戸在宅医療・介護推進財団は、神戸市における地域包括ケアシステムの推進母体であり、医療と介護の橋渡し役を果たしています。医療と介護の将来を語るうえで、人口推計は外せません。5年後の2025年は団塊世代が後期高齢者(75歳)に達する年で日本の人口の高齢化率はピークとなり、2040年には団塊ジュニア世代が高齢者(65歳)で団塊世代は90歳代となり、出生率は低く高齢化率は高いままで推移し、日本の人口

減少フェーズに移ると予想されています。高齢者は医療と介護の両者を必要とするわけですので、今後20年間(2025年をまたいで2040年まで)の高齢化率の高い期間は地域包括ケアシステムが必須と思われれます。

地域包括ケアシステムとは、高齢者が住み慣れた地域で自立した日常生活を営むことができるよう、医療・介護・介護予防・日常生活支援が包括的に確保できる体制とされています。当財団では、回復期リハビリテーション病院、介護老人保健施設、訪問看護、訪問リハ、居宅介護、地域包括支援センター、認知症初期集中支援、介護予防、住宅改修等の事業を実際に運営しており、事業内容が包括的で自己完結していることが特徴であり、同時にそこから得られたノウハウや課題を地域に還元する役目があります。本号では新型コロナウイルス感染症対策をとりあげて、財団各事業におきます各職種の連携と協同をご紹介しますとともに、問題点を浮き彫りにしておりますので、皆様のご参考になれば幸いです。

新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力をお願いいたします！

感染防止の3つの基本

- ① 身体的距離の確保
- ② マスクの着用
- ③ 手洗い(手指の消毒)

新型コロナウイルスは、人と人の「距離」を2m(最低1m)空け、マスクを着用し、手洗いを丁寧にすることにより、感染をほぼ防ぐことができます。人との適切な距離をとり、3密(密集、密接、密閉)を避け、部屋の換気を行い、マスクをつけて、手洗いや手指の消毒をこまめに行うことを心がけましょう。

また、「高齢者」「心臓病・糖尿病・腎臓病・免疫不全」などの基礎疾患をお持ちの人は感染すると大変危険な状態になりやすいので、みんなで気を付けましょう。

健康の維持に気をつけましょう

- ・一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣を理解し実行しましょう。
(免疫力を高める食事は?)
- ・毎朝、体温測定、健康チェックを行い、発熱または風邪の症状がある場合は、無理をせず自宅療養しましょう。

一口メモ

～腸内細菌を整え、感染症を予防しましょう～

善玉菌は、免疫力がアップし、ウイルスなどの感染を予防する働きがあります。

善玉菌を増やすには、ビフィズス菌や乳酸菌など善玉菌を含むものを直接とる方法があり、ヨーグルトや分解(発酵)して作り出される短鎖脂肪酸というものが、腸の細胞の循環を促し、腸粘膜のバリア機能を高めたりします。

神戸リハビリテーション病院

コロナウイルスとともに

感染対策とリハビリの両立を目指して

【入院患者さんやご家族へのご協力につきまして】

当院では、令和3年3月現在、新型コロナウイルスへの感染予防のため面会禁止といたしております。

- ・洗濯物、日用品等荷物の受け渡しは職員が病棟ゲート外で対応いたします。
- ・必要な他院受診と退院支援のための家屋訪問の場合を除き、外出・外泊を禁止とさせていただきます。
- ・しあわせの村への来訪者が多い状況に鑑み、患者さんと外部の接触を出来る限り避けるため、村内の屋外散歩を禁止とさせていただきます。

【職員の感染対策強化につきまして】

神戸中央市民病院より感染症の専門家を招いて、勉強会(会議室で密にならないようDVDを配布)を実施いたしました。また、eラーニングシステムにて、研修も実施しております。

さらに、手洗い・リハビリ器具消毒・食事状況・マスク着用など院内感染対策チームによるチェックや報告を行っております。

【日常における感染予防策の実施につきまして】

- ・ユニバーサルマスキングを徹底
 - ・適切な手洗い、手指消毒の徹底
 - ・出勤前の検温実施による健康管理
 - ・3密など高リスクな環境を避ける
 - ・備品の消毒や室内の換気徹底、エレベーターの各階分離使用の実施
 - ・昼食時や更衣室での会話を控える
 - ・入院患者さんと外来患者さんを別の部屋に分離
- 感染防止に一層注意を払い、患者さんやご家族の健康をお守りいたします。



換気や機器の消毒を徹底し、お席も間隔を空けております。



病院スタッフが付き添いますので、操作方法等分からない方もご安心ください。



LINEビデオ通話による オンライン面会始めました

面会禁止の期間中、入院患者さんとの時間を少しでも共有して頂けるよう、LINEビデオ通話によるオンライン面会を導入いたしました。

毎週火・木曜日 10時から12時/13時から15時
ご予約制となっております。(詳しくはホームページをご覧ください)

昨年末より実施しており、ご家族や入院患者さんには大変ご好評をいただいております。

リハビリ専門職が推奨！健康を保つ運動をご紹介します

筋肉量を増やし、筋力や身体能力を改善するためには
抵抗を加えた運動と低強度の有酸素運動が効果的

抵抗を加えた運動



スクワットや腹筋など

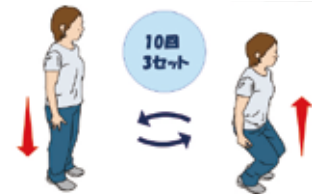
低強度の有酸素運動



ウォーキングやラジオ体操など

※抵抗を加えた運動の一部をご紹介します(①~④)

①スクワット



- ・前かがみならず、後ろにのけ反らないように
- ・ゆっくり沈んでゆっくり戻る

②肩の運動



- ・500mlのペットボトルを両手で持ち上げます
- ・視線を上げたまま背筋を伸ばした状態で

③タオルで体幹側屈運動



- ・ゆっくり脇腹をストレッチしていきます

④足上げ運動



- ・出来るだけゆっくり上げ下げしましょう



毎日続けて健康で楽しい生活を続けましょう！



※安全に配慮して実施してください。痛みがある際は、すぐに中止してください。

介護老人保健施設 リハ・神戸

介護老人保健施設 リハ・神戸 創立20周年を祝う

皆様方には平素よりひとかたならぬお引き立てを賜り、厚くお礼申し上げます。このたび、当施設は創立20周年をめでたく迎えました。これもひとえに、施設職員の一人一人が日々の努力を積み重ねてきたことの賜物であります。

折しも西暦2021年の現在、世界は新型コロナウイルス(COVID-19)のパンデミックに晒され、今やわが国は感染列島と化してしまいました。近代医学の目覚ましい学問的、技術的發展により感染症の時代は終わったと言われたこともあったのですが、実は既知の細菌が次々に開発される抗菌薬に対抗して増殖し、免疫力の低下した人に対して病原性を発揮する薬剤耐性菌、ならびにAIDSからSARS、MARS、狂牛病、新型インフルエンザ、鳥インフルエンザ、そして、新型コロナウイルスへと動物種からヒトに感染し、病原性をもってヒトからヒトへ伝播する新たなウイルス変種による、いわゆる「新興感染症」の時代が、当施設の創立された20年前には既に幕開けていたのです。

我々は一層顕著となりゆく高齢化社会に向けた新たな介護・看護の在り方の模索と、未だ終息の見えないこの未曾有のウイルス感染症との共存を余儀なくされますが、この20年で培われた経験を活かし、職員一丸となって取り組んでゆくべく気持ちを新たにすところであります。

皆様方には倍旧の親交ならびにご指導・ご鞭撻の程をお願い申し上げ、介護老人保健施設 リハ・神戸創立20周年の御挨拶とさせていただきます。

施設長 高井 豊

コロナ対策の取り組み

当施設では、コロナ対策のため、8月から入所者様への面会が全面禁止となる中、9月よりオンライン面会を開始しました。

(週4日(各日2組ずつ)自宅から又は当施設の1階からタブレットを活用。)



また、年明け1月2日、3日には、多くのご家族様にお越しいただき、ガラス越し面会を実施し、ご好評いただきました。

<1月2日、3日の年始ガラス越し面会の様子>

(左)は外側からの風景 (右)は内側からの風景



LINEビデオ通話の活用

次亜塩素酸空間除菌脱臭機 ジアイーノを各フロアの食堂、リハビリ訓練エリア、1階受付に設置し、新型コロナウイルス等の感染予防対策に努めています。

(施設内に12台)



飛沫感染防止のためのアクリル板を設置し、こまめに消毒を行い衛生管理に努めています。デイケア(通所リハ)



リハビリ訓練についても、入所者様は2階・3階、通所者様は1階、でセラピストの指導の下、それぞれ機能訓練を行うこととし、両者の接触を減らす工夫をしました。

今後とも、リハ・神戸のコロナ対策について、ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

デイケア(通所リハ)作品展について

コロナ禍ではありますが、“こんなときだからこそ”ということで、デイケアの利用者様が日々のレクリエーション活動で取り組まれた作品を用い、作品展を開催しました。初めての試みでしたが、利用者様や職員の励みとなり、皆の気持ちを明るくする催しとなりました。



訪問看護・えがおの窓口・あんしんすこやかセンター

訪問看護ステーションにおける新型コロナウイルスの対策について

令和元年12月末に中国武漢で発症した新型コロナウイルス感染症について、当時は正確な知識がないまま、行政の指示を待っている状況でありました。その中で、まず必要な感染予防対策のマニュアル作成、予定されている研修会や会議、実習生の受け入れの可否等次々と決定していく必要がありました。

3月頃より厚労省、県、市からの行政通知、看護協会、訪問看護財団、訪問看護ステーション連絡協議会等より、感染対策マニュアルや、防護物品の提供、簡易防護物品の作成方法の提示等情報提供がされるようになりました。

また、7月には、実際にコロナ患者の受け入れをしている西宮渡辺病院感染病棟の看護師の協力を得て、防護服の着脱、N95マスクのフィッティング、防護服の廃棄方法、清潔、不潔区域の設定方法等の実践研修を開催しました。その際には200名収容会場に56名が前半、後半に分かれて参加し、換気、手指消毒を徹底しました。

訪問看護では、24時間対応が必要である上に、新型コロナ感染予防対策にも留意しての訪問はかなり緊張を伴いますが、利用者様の安全に寄与できるよう努力しています。

感染対策様子の写真▶

(左・中) 訪問時携帯している感染予防具と着用した様子
(右) 東灘ステーション風景(パーテーションと加湿器)

訪問看護ステーションの感染症対策としては以下の対策を実施いたしました

- ①事業継続マニュアルの作成
- ②訪問の優先順位を決めるトリアージの実施及び定期的な見直し
- ③感染防護策の物品在庫数の確認及び購入
- ④事業所の清掃、消毒の徹底、事業所の密を避ける為の時差出勤の開始
- ⑤訪問時はサージカルマスク、フェースシールド、ディスポガウン、キャップ、ソックス携帯。利用者様へのマスク着用及び看護師の防護策への協力依頼文の送付
- ⑥各種会議及び研修会はオンラインで参加。その為の必要備品の購入
- ⑦利用者様、職員、家族の陽性者、濃厚接触者、地域の病院、各種施設での感染状況の情報収集



認知症対策課

認知症対策課は、神戸市より認知症初期集中支援事業(こうべオレンジチーム)と認知症総合相談窓口(こうべオレンジダイヤル)の2事業を神戸市より受託しています。

在宅で生活している認知症の疑いのある人や認知症の人で医療や介護が中断していたり、つながっていない人に訪問を行い、早期診断早期対応に向けた支援体制が作れるよう活動しています。神戸市内全域を回るため、公共の乗り物など利用しながら移動しています。

新型コロナへの感染症対策は、【病原体を持ち込まない・持ち出さない・広げない】という意識で、職員の予防は、マスク・手洗い・手指消毒・日々の健康管理(検温等)・これらのことを徹底するように心がけています。

また、訪問先では、認知症の方にマスクの着用説明や、受診先での手指消毒を促すなど新型コロナ対応策を行っています。

各区で行うチーム会議の際には、除菌シートや消毒アルコー

ルのセットを持参し消毒に努め、三密を避けるため参加人数などの制限をしています。職場内はアクリル板を設置し、常に換気のため窓を開放しています。今や、感染予防策は特別なことではなく当たり前のこととして日常生活に取り込まれています。

神戸市から委託を受け、財団では市民の皆様が気軽に認知症について相談いただけるよう、平成31年4月1日から認知症に関する総合電話相談窓口として「こうべオレンジダイヤル」を開設しています。

TEL **078-262-1717**

受付時間 月～金(土日祝、年末年始除く) 9:00～17:00

在宅での認知症支援について経験のある看護師・社会福祉士の専門職が電話受付をしています。神戸市内の幅広い介護情報等の提供や、必要に応じて適切な機関への紹介・希望に応じた関係機関への取次ぎを行います。

財団各事業所お問い合わせ先一覧

神戸リハビリテーション病院	☎078-743-8200
介護老人保健施設 リハ・神戸	☎078-743-8500
しあわせの村在宅支援センター	☎078-743-8512
しあわせの村あんしんすこやかセンター	☎078-743-8208
しあわせ訪問看護ステーション	☎078-242-5454
東灘しあわせ訪問看護ステーションくるる	☎078-452-6772

東灘ケアプランセンター(ほくら・くるる)	☎078-452-6960
魚崎南部あんしんすこやかセンター	☎078-452-6830
兵庫しあわせ訪問看護ステーション	☎078-515-5252
兵庫しあわせケアプランセンター	☎078-577-1448
新開地あんしんすこやかセンター	☎078-577-1445
西部しあわせ訪問看護ステーション	☎078-787-7201
認知症対策課	☎078-599-8232