



デイサービス風の便り  
ケアのこだわり

お風呂が変われば**生活**が変わる

生活が変われば**人生**が変わる

座れるなら**普通**のお風呂へ

# 入浴ケアのこだわり

私たちは、入浴の目的は清潔保持だけでなく、その人の文化を守ることだと考えています。座位で安心して入浴できるよう、「せまくて深い和式浴槽＋同じ高さの洗い台」を使用し、**たっぷりのお湯で浮力を活用した介助**を行います。この方法を実現するために、3つのこだわりを大切にしています。

## 【自立を支える生活リハビリ式特殊浴槽】

- ✓ 幅 55cm・深さ 55cm・長さ 90cm で安定した入浴をサポート
- ✓ 垂直背もたれで安全性向上(洋式の斜め背もたれは溺れる危険あり)
- ✓ 昔ながらの浴槽形状で、認知症の方も自然に使いやすい

## 【小柄な方も快適に入浴】

- ✓ 台を使って深さを調整可能

## 【取り外し可能な手すり】

- ✓ 必要に応じて位置調整でき、使いやすさ向上

## 【つかみやすい浴槽の縁】

- ✓ 幅 5.5cm の溝付き設計でしっかり握れる

## 【手すりが下がる便利な設計】

- ✓ 座ったまま浴槽へ移動可能で移乗回数を削減

## 【浴槽の縁と同じ高さのシャワーチェア】

- ✓ 座面高 40cm(平均的な膝下の長さに対応)
- ✓ 4か所ブレーキ&広々座面で安定感抜群
- ✓ 360度回転&フットレスト付きで移動がスムーズ
- ✓ 手すりが下がる設計で介助負担を軽減

## 【安全に配慮した浴室の床】

- ✓ ほぼフラット設計&細かいタイルで滑りにくい
- ✓ 麻痺のある方はシャワーチェアで移動

## こだわりの ひと

## 定期研修で確かな入浴介護技術を習得

認知症や障害のある方ができるだけ自立し、安全に入浴できるよう、定期的に入浴介護の研修を行っています。これにより、利用者の尊厳を守りながら、最適な介護を提供しています。



## こだわりの もの

## 安全を守る福祉用具で入浴をサポート

お風呂は裸で身体が濡れているため、認知症や障害のある方にとって転倒などの危険が伴います。私たちは、入浴時の安全を確保するため、厳選した 3 つの福祉用具を取り入れています。

- 1 つ目は、青森ヒバを使用した『生活リハビリ浴槽』です。この浴槽は、認知症や障害のある方が自分の力で入浴できるように設計されており、必要に応じて安全に介助を受けることができます。
- 2 つ目は、『アクアムーブ』という座って入るための浴槽台を兼ねたシャワーチェアです。座面が広く、360 度回転式で、ブレーキもしっかりしています。さらに、座面の高さが浴槽の縁に合わせられ、肘掛けが下がるので、身体を洗った後に歩かずに座って浴槽に出入りできます。
- 3 つ目は、取り外し可能な手すりです。固定された手すりとは違い、手すりの位置を人に合わせて調整できるので、使いやすさが向上します。

## こだわりの はこ

## ゆとりの入浴時間とプライベート空間

ひとりずつ個室のお風呂をご利用いただけます。プライベートな空間で、リラックスして入浴できます。また、入浴時間は急がず、ひとりあたり 30~40 分をかけてゆっくりと入浴していただきます。流れ作業のように急ぐことはありません。

入浴方法の  
動画はこちら！



これらの「ひと・もの・はこ」へのこだわりを通じて、認知症や障害があっても安心して入浴できる環境を提供し、利用者の尊厳を守ることに繋がっています。

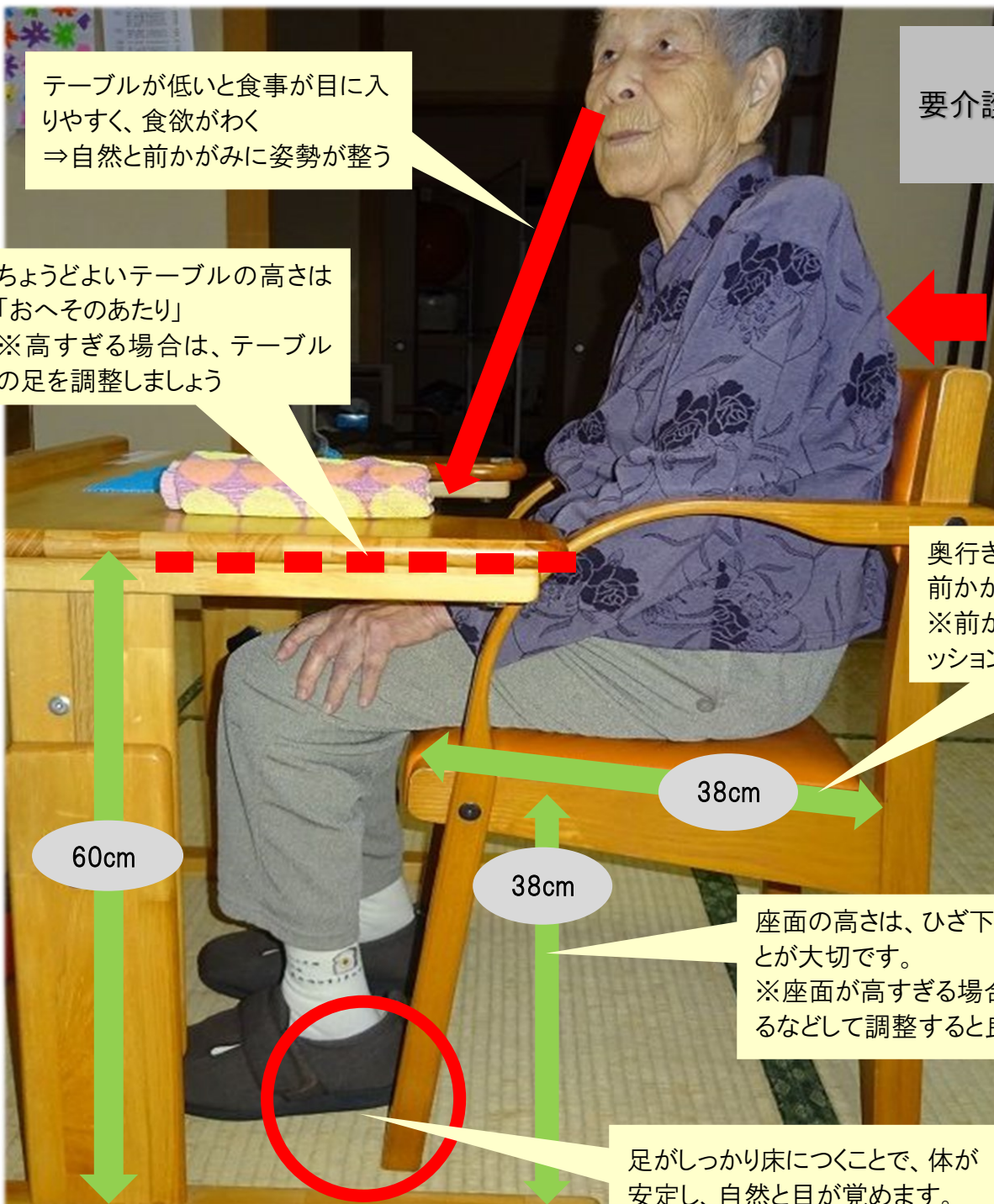
姿勢が変われば食事が変わる

食事が変われば生活が変わる

生活が変われば人生が変わる

# 食事ケアのこだわり

私たちは、食事ケアとは「自分で食べられる工夫をすること」だと考えています。食事の際は、足をつけて前かがみになるのが正しい姿勢。そのために、体格に合ったテーブルと椅子を用意し、正しい姿勢を保てる環境を整えています。これを実現するために、3つのこだわりを大切にしています。



テーブルが低いと食事が目に入りやすく、食欲がわく  
⇒自然と前かがみに姿勢が整う

モデル  
要介護5・右麻痺  
Nさん

ちょうどよいテーブルの高さは「おへそのあたり」  
※高すぎる場合は、テーブルの足を調整しましょう

奥行きが浅いと後傾を防ぎ、前かがみをサポート  
※前かがみが難しい場合はクッションを使うと効果的

38cm

60cm

38cm

座面の高さは、ひざ下の長さに合わせることが大切です。  
※座面が高すぎる場合は、椅子の足を切るなどして調整すると良いです。

足がしっかり床につくことで、体が安定し、自然と目が覚めます。  
⇒姿勢が良くなります。

食事は自分のペースで楽しみたいもの。しかし、認知症や障害のある方は、急かされるとむせや誤嚥のリスクが高まります。そこで私たちは、声掛けや介助を最小限にとどめ、落ち着いて食べられる環境を大切にしています。

## こだわりの **もの** 「椅子とテーブル」が安全な姿勢をつくる

食事の補助具といえばスプーンやフォークを思い浮かべますが、それ以上に大切なのは **体に合った椅子とテーブル** です。

### 【正しい姿勢が誤嚥を防ぐ】

誤嚥を防ぐためには、

- ✓ 足を床につける → 覚醒を促す
- ✓ 前かがみになる → 顎が自然に引ける

この2つが重要です。これにより、食べ物を噛む・丸める・飲み込むというスムーズな動作ができます。

### 【適切な高さの椅子とテーブルを使用】

日本の高齢の女性の膝下の平均は約 37cm ですが、市販の椅子の座面は約 42cm と高めです。そこで、私たちのデイサービスでは **座面 38cm の椅子と高さ 65cm のテーブル** を使用。さらに、小柄な方や重度の認知症・障害がある方には、高さ調整できる **生活リハビリテーブル** を活用し、できる限り自分で食べられる環境を整えています。

### 【姿勢が変われば食べ方が変わる】

ご自宅では「むせ」が多かった方でも、デイサービスではスムーズに食べられるケースが多くあります。家庭でも **椅子やテーブルの高さを調整** することで、より安全に食事ができるようになります。



## こだわりの **はこ**

## ゆとりある食事時間と落ち着く空間

食事の時間は人それぞれ。10分で食べ終わる人もいれば、1時間かける人もいます。お腹がすいていなければ、時間をずらして食べることも可能です。また、認知症や障害で **飲み込む力が低下** している方は、食事時の会話や騒がしい環境で注意がそれると、誤嚥のリスクが高まります。そこで、私たちは **席の配置を工夫し、歌詞のない落ち着いた音楽を流す** など、安心して食事に集中できる環境を整えています。



これらの「ひと・もの・はこ」へのこだわりを通じて、認知症や障害があってもできる限り自分で食べることを支援し利用者の尊厳を守ることに繋がっています。

排泄が変われば**生活**が変わる

生活が変われば**人生**が変わる

トイレで排泄する**工夫**を最期まで

## 排泄ケアのこだわり

私たちの排泄ケアの基本は、オムツ交換ではなく、できる限りトイレに行っていただくことです。支えが必要であっても、座位が保てる場合はトイレで「**座る**」「**足をつく**」「**前かがみ**」の姿勢を整え、排泄しやすい環境を提供します。これを実現するために、3つの「こだわり」を大切にしています。



可動式のテーブルに身体を預けて前かがみになると、仰向けで寝ているときの2倍の腹圧がかかり、排泄がしやすくなります

座ることで、体の機能の低下を重力で補うことができます

小柄な方は足台を使うことで、足がしっかりつき、姿勢が安定し、腹圧がかけやすくなります

※ご家庭でのオムツ使用を否定するものではありませんが、介護のプロとしてお伝えします。

オムツを使っても、トイレで排泄できれば、お年寄りの表情が明るくなり、笑顔が増えますよ！

## こだわりの **ひと**

## 要介護 5 でもトイレに移乗できる介護技術

障害があるからといって、トイレに行くことをあきらめてはいけません。私たちは、定期的な研修を通じて、**要介護5**の方でも可能な限り自力でトイレに座っていただける**移乗介助**の技術を習得しています。



## こだわりの **もの**

## 排泄をサポートする福祉用具の活用

正しい排泄姿勢である「座る」「足を床につける」「前かがみ」をサポートするために、厳選した福祉用具を導入しています。

例えば、**前傾姿勢を支える『ファン・レストテーブル』**は、利用者の自立支援、介助者の負担軽減、リラックスできる環境づくり、移乗やズボンの上げ下げの安全性向上など、多くの効果を発揮します。



ズボンの上げ下げにも



移乗にも



また、日本人高齢女性の膝下の平均長さは約37cmであり、一般的なトイレの座面(42cm程度)には合いません。そのため、5cmの足台を設置し、安心してトイレに座れる環境を提供しています。



足台

## こだわりの **はこ**

## リラックスできる個室トイレの提供

排泄は**副交感神経が優位**になるため、リラックスした状態で行える環境が重要です。私たちはすべてのトイレを鍵付きの個室とし、落ち着いて排泄できる空間を用意しています。また、排泄は何よりも優先すべきことであると考え、行きたいときにすぐに利用できる体制を整えています。



これらの「ひと・もの・はこ」へのこだわりを通じて、認知症や障害があっても安心して排泄できる環境を提供し、利用者の尊厳を守ることに繋がっています。

介護をより**基本的**に

一人ひとりの**役割**づくり

専門家より共感する**仲間**

# 認知症ケアのこだわり

私たちが認知症ケアで大切にすることは、「**介護をより基本的**に」  
「**一人ひとりの役割**づくり」「**専門家より共感する仲間**」の3つだと  
考えています。

**介護をより基本的**に

**食事・排泄・入浴**のケアを大切にします

「介護をより基本的に」というのは、食事、排泄、入浴のケアを大切にすることです。

お年寄りは、**老化に伴う心身の変化**に日々適応しようと努めています。その中で、食事、排泄、入浴という、無意識に繰り返してきた**生活習慣を変える**ことは、**大きなストレス**となりやすいです。その結果、適応が難しくなり、簡単に適応障害を起こしてしまいます。

この適応障害による違和感が、認知症によって言葉にできなくなり、いわゆる「**問題行動**」として表れることがあります。

私たちは、こうした「**問題行動**」をできるだけ減らすために、認知症や障害があっても、食事、排泄、入浴の環境をできるだけ変えずに提供できるよう工夫しています。

具体的には、食事はその人の好みに配慮し、美味しいものを座って口から食べてもらいます。排泄は本人がしたいときにトイレで行い、入浴は座って肩まで湯船につかることができるようにします。

人の心と身体は繊細に影響し合っています。**無意識に繰り返してきた生活習慣を、大切に**変えずに**守る**ことが、認知症や障害のある方々にとって穏やかな生活を提供するために重要だと考えています。





老化に伴う心身の変化は、社会的な役割や家庭内での役割を失う原因となります。その結果「自分は本当にダメな人間だ」「自分はここにいていいのだろうか？」という感情が芽生え、自己肯定感を失うことがあります。

『一人ひとりの役割づくり』とは、認知症や障害がある方々が自己肯定感を取り戻し、安心して過ごせるようサポートするための一つの方法です。

もちろん、これだけで全てが解決するわけではありませんが、実際には約2割の方が劇的に落ち着くこともあります。

役割づくりが負担にならないためには、以下の3つの条件が大切です。

1. かつてやっていたこと、またはそれに近いこと
2. 今の心身の能力で無理なくできること
3. その役割を通じて、周囲から認められ感謝されること



私たちは、この3つの条件を大切に、役割づくりをサポートすることで、デイサービスが安心して過ごせる場所となるよう努めています。

## 専門家より共感する仲間

## 向き合うより並んで座る

『認知症のある人』にとって、介護者という存在はどう感じられるのでしょうか？一言で言うと、逆らえない存在です。なぜなら、介護者がいなければ生活が成り立たなくなるからです。

しかし、逆らえない存在のままでは、認知症の人は安心できませんし、落ち着いて生活することが難しくなります。ストレスが溜まり、適応障害が起き、認知症が悪化することもあります。

では、どうすればよいのでしょうか？認知症のある人にとって、脅威ではなく安心感を与える存在になることが重要です。そのためには、まず自分の専門性を相手に見せないことが必要です。もちろん、私たちは介護の専門家ですから、いざというときに発揮する専門性は欠かせません。しかし、その「いざというとき」を作らないためにこそ、普段は専門性を隠して「仲間」として接することが大切です。

例えば、食事の時間では、『粗相をしないかと立って監視する専門家』ではなく、『一緒に座って同じものを食べながら食事を楽しむ仲間』として接することが重要です。また、「帰りたい」と感じる人には、説得する専門家ではなく、並んで座って「そうですね、帰りたい気持ち、よくわかります…」と共感する『仲間』でいることです。



訓練室のように、フェイス・トゥ・フェイスで向き合う専門家ではなく、一緒に並んで座って景色を眺める『仲間』となることで、認知症のある人が緊張せず、落ち着いて過ごせる場所を作ることができます。

*since 2005*



*To make you smile together*  
(あなたと一緒に笑顔になるために)

