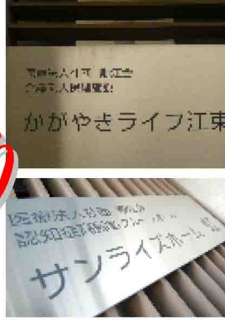


つながり



医療法人社団 順江会
 介護老人保健施設
 かがやきライフ江東
 電話 03(3640)2111 FAX 03(3640)8050
 E-mail: kagayaki@junkoukai.com

認知症高齢者グループホーム
 サンライズホーム
 電話 03(3640)2112 FAX 03(3640)8070
 E-mail: sunrise@junkoukai.com

〒135-0051 江東区枝川3丁目8番18号

Vol.5

高齢者施設の地震対応は大丈夫？

介護保健施設における地震防災対策の必要性について



沿岸52老人福祉施設が使用不能
入所者の死亡・不明438人



東日本大震災で津波により全壊や水没など甚大な被害を受け使用不能となった老人福祉施設（入所型）が、岩手、宮城両県で52施設に上ることが、両県への取材で分かった。52施設では入所者のうち438人が死亡・行方不明。いずれも沿岸部にあった施設で、今後、復興計画の中で老人福祉施設を高台に造るなど立地条件の検討を迫られそう。

*共同通信社ニュースから

津波で入所者55人と通所者2人が死亡した介護老人保健施設「リバーサイド春園」=4月29日、宮城県気仙沼市で共同通信社ヘリから

阪神・淡路大震災での教訓

平成7年1月17日早朝に発生した阪神・淡路大震災により6千人を超える方が犠牲となりましたが、その半数を占めたのが高齢者でした。また、地震により身体的に被害を受けなかった場合でも、一般の避難所生活を強いられるなど、環境の変化により、心身への負担は深刻なものとなります。多数の高齢者が入所・利用する介護保健施設等は、被災後でも高齢者に対して適切なケアが安定して提供できるよう、ソフト・ハードの両面から災害に強い施設が求められています。

期待される効果

① 自助能力の向上

各施設で地震防災対策マニュアルを作成し、職員への周知・教育・訓練を徹底、施設内の地震対策（非常用の備蓄、耐震補強・落下物対策）を行うことにより、災害時に迅速かつ適切な対応が期待でき、地震による被害を最小限に抑えることができます。

② 共助能力の向上

介護保健施設等のうち、特別養護老人ホーム及び介護老人保健施設は、介護職員が24時間体制で勤務し、大きな収容能力・設備を兼ね備えていることから、被災時に在宅で心身の状態が悪化した要援護者に対して適切なケアを提供することが可能となります。

大阪府健康福祉部のデータから

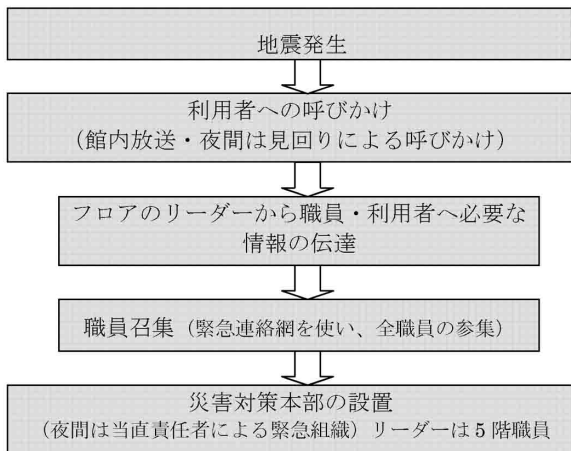
介護保健施設等が、地震防災対策マニュアル等を整備し、自助能力を向上させることにより、市町村による福祉避難所としての指定を受け、多くの災害弱者に適切なケアを提供することが期待できます。

江東区における津波の影響について

江東区：防災センター

江東区においては、大きな津波の心配はありません。

ただし、東京湾及び河川の沿岸においては、津波による潮位の変動がある可能性があるため、東京湾内湾に津波に関する警報等が発令されている場合は、念のためその場を離れ、**内陸部や堅牢な建築物の高層階**など、水辺から離れた場所へ避難するようお願いいたします。



- エレベータの使用を禁止
- 利用者が慌てないように配慮
- 窓ガラスが割れていないか、負傷者の有無など施設内被害状況の確認
- 震度5以上の場合、職員は自主的に参集する

情報班	消火班	避難誘導班	救出救護班	給食・給水班
・ 避難状況 ・ 外部との情報 伝達	・ 消火対策 ・ 初期消火	・ 避難地、避難 所への誘導	・ 負傷者の救 出、救護	・ 食料、飲み 水の管理
・ 3階介護職員 ・ 警備員	4・6階 介護職員	5階 介護職員	4・6階 看護職員	



～各班の主な活動詳細～

【災害対策本部】

(1) 確認事項

- ・ 地震の規模
- ・ 利用者や来客者の避難状況
- ・ 安否確認
- ・ けが人の有無と状態
- ・ 現在籍者数、短期入所者数、通院・外泊・外出者等の情報収集

(2) 緊急連絡網を使い、施設外職員の招集

(3) 非常時持ち出し品の確認および持ち出しの指示

(4) 施設内の被災状況・危険区域・地域被災状況の把握、二次災害の発生可能性の有無を確認

(5) 断水時のトイレ対策

(6) 火気・危険物使用禁止の確認

(7) ライフラインの代替手段の確保

(8) 職員の勤務体制の確保

【情報班】

- ・ 津波の危険性などの情報収集や火災発生の有無を確認
- ・ 建物の損壊状況・ガラスの散乱状況の確認（危険区域の特定及び進入禁止の表示）
- ・ 家族への情報連絡

【消火班】

- ・ 火災発生時は消火器にて対応。初期消火が行えなかったら消防署に連絡。

【避難誘導班】

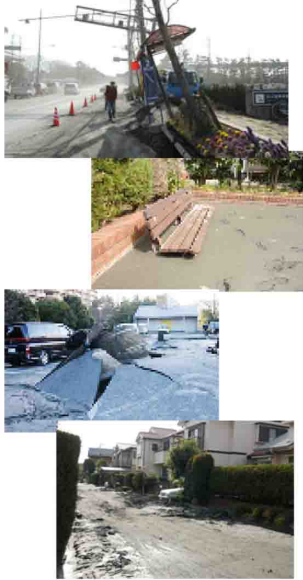
- ・ 利用者が履物を履いていることを確認
- ・ 頭を覆うように指示し、危険区域を避け、施設内から出ないように呼びかける。

【救護班】

- ・ 負傷者の救護
- ・ 応急処置品と酸素、自動対外式徐細動器＜AED＞を持ち出す。



今回の東日本大震災を経験して



かがやきライフ江東 職員 (浦安市在)

被災して一番困ったことは水道が使えなくなった事です。地震直後から場所により異なりますが長くて2週間不通となり、トイレは流れず、食器も洗えず、洗濯もダメ、手や顔を洗う、歯を磨くということすら出来なくなったのです。しかし、私は幸いにも親戚友人が市内に住んでいた為、水を汲みに行ったり、届けてもらったり、給水車などにも助けられ他の被災者の方よりは恵まれていたかもしれません。数週間後に水道が復旧し、蛇口から水が出た時の感動は忘れられず、水の大切さを改めて感じました。

その他にも、液状化現象で地震直後から道路に泥水が溢れだし、凸凹になり歩きにくく、家の周りには泥が蓄積し、近所の方々と協力し泥の撤去作業を行いました。数日後には、泥が乾き今度は砂埃が舞い、洗濯物は外に干せず、マスク無しでは外出できない程でした。今回の経験から今まで生活の中で当たり前に来ていたことは、とても幸せでかけがえのないものであるということに気付かされました。これからは、毎日の生活に感謝し、一日一日を大切にしたいと思います。最後になりますが、今回の地震で被災された地域の方々が一日も早く今までの生活に戻ることを願っています。

福島原発の20km圏内から避難された家族の声

K・S

海と山に囲まれ桜並木の美しい町に父は私たち家族と平和に暮らしていました。故郷は今、原発問題で揺れる20km圏内にあります。地震、津波、放射能と三重苦を背負い一晩で避難民、父はバジヤマ姿の避難病人になりました。住む家もなく父を引き取れず、途方にくれていたとき、かがやきライフ江東に巡りあい入所することができ感謝の日々です。父を訪ねるとご飯が美味しい、介護の人達はやさしいので、ありがたいと言っています。無事94才を迎えることもできました。

本当にありがたいと思う気持ちでいっぱいです。故郷にはもう帰ることができないかも知れませんが、たくさん物を失ってしまいました。穏やかに過ごしている父の姿と、たくさんの人々に励ましの言葉をかけていただき、又、親切を受けました。これから先、このことを心の支えにして、父を見守りながら頑張って生きてゆきます。神も仏もないと思った状況の中で、入所を決めて下さり、かがやきライフ江東の皆様ありがとうございました。

江東区の災害避難場所マップ

避難場所

Evacuation Site

地区内残留地区

Stayed-in Area



「東北地方太平洋沖地震及び長野県北部の地震による被災者に係る利用料等の取り扱いについて」においては、利用料の支払いを次の通り免除・猶予することとされています。

《対象者》

- ① 災害援助法の適用市町村に住所を有する介護保険被保険者であること。
- ② 東北地方太平洋沖地震または長野県北部の地震により
 - (1) 該当被保険者又はその属する世帯の生計を主として維持するものが住宅、家財又はその他の財産について著しい損害を受けた。
 - (2) 当該被保険者の属する世帯の生計を主として維持する者が死亡や行方が不明、又はその者が心身に重大な障害を受ける若しくは長期入院したことにより、その者の収入が著しく減少した。
 - (3) 原子力災害対策特別措置法による避難指示の対象地域又は、屋内避難指示の対象地域であるため避難を行った。
 - (4) 当該被保険者又は生計維持者が業務を廃止、又は休止した。
 - (5) 当該被保険者又は生計維持者が失職し、現在収入が無い。

(1)～(5)に該当する方は保険者(市町村)に申請をして免除証明書が交付されれば免除となる。
 ※ただし、(3)の対象者については被保険者証の住所を確認すれば該当するかが分かる為免除証明書は必要としない。さらに対象者が6月待つまでの期間に支払った利用料などについては保険者から還付を受けられる。

《サービス事業所等における介護報酬の請求について》

- ・②の申請を行ったものについては、被保険者証等により住所が①の市町村の区域であることを確認するとともに、②の申し立て内容を給付費の請求に関する書類等に簡潔に記載すること。
- ・本事務連絡に基づき猶予した場合は、利用料含めて10割を審査支払機関等へ請求すること。

《取扱い期間》

・発行に時間がかかる等で免除証明書がない場合でも6月末までは支払いを猶予する。
 ただし、7月以降に介護サービスを利用する際は、原則として免除証明書を介護事業者に提示しなければならず、証明書がない場合は利用料を支払うこととなる。

《その他》

・既に購入した特定富士用具を被災のために滅失・破損したことにより同一の富士用具を再度購入する場合には、当該購入にかかる費用に対し保険給付することが可能。

東北地方太平洋沖地震の被災者に係る被保険者証の提示等について

被災に伴い、被保険者証を提示できない場合等においては、氏名・住所・生年月日を申し出ることにより、被保険者証を提示したと時と同様のサービスを受けられる取扱いとされる。

認知症予防体操

認知症の予防には毎日身体を動かすと効果があると言われていています。簡単にできる体操を紹介しますので毎日続けて見ましょう。



【目的】 上肢と体幹の柔軟性を図る

(1) 前後屈運動(立位or 坐位)

- ①両手を組んで頭の上上げる
- ②肘を曲げて両手を首の後ろに
- ③元に戻して
- ④体を前に倒し、両手を床近くまで下ろす



(2) 側屈運動

- ①両手を組んで、頭の上上げる
- ②そのまま左右にゆっくり倒して、体側を伸ばす

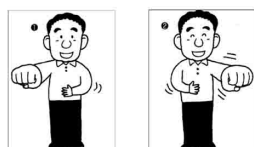


◆拮抗体操

【目的】 左右や前後、上下で拮抗的な運動をすることで遂行機能の活性を図る

(1) 上肢左右拮抗運動

- ①前がパー 胸がグー(10-20回)
- ②前がグー 胸がパー(10-20回)
- ③前がグー 胸がチョキ(10-20回)など
次第に難易度を上げる



～母の日にちなんで～

いつまでも笑顔で！

N・Y

父が亡くなった時、母は、まだ五十九歳でした。兄妹達は早く所帯を持ち別居し、母と私は十六年間二人暮らしをしてきました。毎日仏壇の父に手を合わせるのが母の日課でした。母は明朗快活で近所のお友達と年中おしゃべりし、ユーモアある楽しい人で、花や植物を育てるのも好きでした。そして気丈な人で、私も何度か叱咤激励され心強い存在でした。誕生日や母の日には皆でお祝いをしたり旅行に行ったり楽しんできました。九十三歳になるまでの数十年間、大病する事もなく元気に一人暮らしをして来た母は立派で頭が下がります。五年前位から加齢に伴い足腰の筋力低下がみられ、物忘れが多くなり、耳も遠くなり、私達との会話に入ってこれなくなりました。お友達や兄弟も亡くなり益々一人の時間が増え、自分で食事の支度や洗濯はしていましたが、火の始末が心配になり、介護認定を受け、三年近くデイサービスに通い、入浴・趣味・皆さんとの交流を楽しみに出かけていました。

「歩けるうちは一人で頑張るからよろしくね」と母に言われていた矢先、昨年十二月に風邪をひき自宅療養していました。転ぶようになり、急遽ヘルパーさんを依頼し、毎夕、安否確認等をお願いしました。

三月上旬になり、電話になかなか出ないので様子を見に行ったところ、ベランダに干したシーツを取り込もうとしたらしく、助けも呼ばず三時間近くもベランダで転倒したままだったのです。凄く驚きました。一番心配していた事です。幸い、頭と脚は大事に至らなかつたものの、左上腕骨折、右手首骨折し、高齢のためいろいろなリスタが高いので手術は出来ず一ヶ月入院していました。病院からリハビリを兼ねた介護老人保健施設をすすめられ、母も始めての施設入居でしたが、怪我の為と納得し、かがやきライフ江東の明るく綺麗な施設を気に入って来て安心しました。先日、五月八日の母の日会に参加させていただきました。それまで大人しくしていた母も慣れて来たらしく、本領発揮し(笑)

笑顔で入居者と沢山おしゃべりして、母らしい姿を見て嬉しくほっとしています。母の今後のことを考えると頭の痛い所ではありますが、母が元気で笑顔でいられる様、考えて行きたいと思っています。医師・看護師ならびにスタッフの皆様には、大変お忙しい中御世話になり感謝しております。暫くの間、母をよろしくお願い致します。



もつと自分を大切に！

S・R

きちんとした手紙を書くのは初めてなので何を伝えればいいのかわかっています。私は生まれてから手のかからないとても良い子だと聞きました。それが高校生になってから反抗期が始まり、お母さんにはいろいろな心配と迷惑をかけました。でも、お母さんは全部受け止めてくれて一切私には怒りませんでしたね。その時、初めてお母さんって凄い人だと実感しました。その後いろいろな事が起こり、父の死、兄の死と本当に大変なことがありましたが、なんとか2人で乗り越えてきましたね。私はお母さんがそばに居てくれたので頑張ることが出来ました。これからは私がお母さんのそばにいてお母さん出来る限りの事をしたいと思えます。それとお母さんへ。お母さんは他人をほって置けない性格で他人の事ばかり気にかけていますが、もう少し自分を大切にしたいと思えます。まだまだ、私はお母さんからみたら完璧な娘でないと思いますが、これからは宜しく願います。

グループホーム行事の様子

グループホームでは月1回、行事日を行っています。外出する事もあれば、室内で行なうこともあります。今回はその内容の一部を紹介させていただきます。



お花見&お茶会

近隣の枝川区民館の一室を借り、ご家族も招き、お花見も兼ねてお茶会を開催しました。カラオケ機材をお借りして、お茶会というよりはカラオケ大会といった様子です。中には踊りだす入居者様もいらっしゃいました。

ランチバイキング

潮見駅前のアパホテル1階レストランでランチバイキングを楽しみました。目にも鮮やかな料理が食べ放題！今流行りの、チョコレートファウンテンもあります。皆さん、やはり甘いものには目の無い様子で沢山召し上がっていました。



ピエロボランティア

東京都へブンアーティストとして活躍されるピエロの「じっきーさん」が、ボランティアでホームに来てくださいました。やはりプロの芸人さん、盛り上げ方がとっても上手！皆さん大盛り上がりでした。

はとバスツアー

「年配者に人気！」と最近テレビでも取り上げられた「懐かしの名曲で巡る都内名所観光」に参加しました。まずは、潮見駅からバス発着場のあるJR浜松町駅へ！バスガイドは70代のベテランさんが案内してくれました。話題のスカイツリーや浅草寺を眺めながら、懐かしの名曲を皆で合唱しました。途中、靖国神社も参拝し、お土産も購入しました。



レンタルペット

錦糸町のペットショップで、可愛いわんちゃんを1日レンタルしました。皆さんやはり動物と触れ合うと、良い表情をされますね！天気にも恵まれ、散歩にも出かけました。

かがやきライフ江東ではボランティアを募集しています。

募集担当窓口 磯崎 啓 (TEL) 03-3640-2111

「介護ミニ通信 つながり」事務局
医療法人社団 順江会
介護老人保健施設
かがやきライフ江東 広報部発行



施設案内

- JR (京葉線) 潮見駅下車徒歩十分
- 都営バス 枝川二丁目下車徒歩五分

当施設は、江東区枝川に平成十七年に開設しました。利用者の方は、お祭り・もちつき大会などへのお誘いを受け、東雲運河沿いの菜園から新鮮な花や野菜を頂戴するなどして施設にいながら変化のある生活を送ることができております。施設には医療、介護関連の専門職が多く勤務しておりますので日頃お世話になっている地域の皆様へ何らかの形で還元できればと考えてました。広報誌「つながり」は数年ごとに改定される介護保険制度、高齢者介護等の情報をお届けしていく予定です。