

もっと知りたい あの記事 あの人

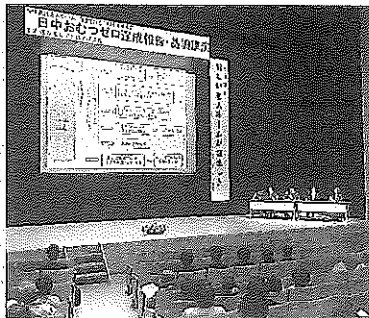
2018年10月30日朝刊

生活面(11面)掲載

file 101.

おむつの中でなくトイレでの自然な排せつを推進する「日中おむつゼロ」活動に取り組む新潟市北区の特別養護老人ホーム「なぎさの里」が、北区文化会館で報告会を開いた。寝たきり状態から立ち上がってトイレを使えるようになった利用者の例などを施設職員らが発表し、排せつケアの大切さを訴えた。

同ホームは2013年に取り組みをスタート。17年には約90人の入居者全員が自力や介助を受けてトイレを使えるようになった。報告会



では職員が、飲み物や寒天ゼリーで十分な水分を取ってもらう方法などについて発表。「取り組みで利用者の表情が明るくなり、会話が増えてほんやりしなくなった」と説明した。

新潟市北区の特別養護老人ホーム「なぎさの里」のケア課長として、利用者の排せつケアの向上に取り組んでいる。できる限りおむつの中でなくトイレで排せつしても

「おむつゼロ」活動に取り組む
特別養護老人ホームのケア課長

粕川 晶弘さん 新潟市西区 45歳



「おむつを外せたお年寄りに表情が戻り、会話できるようになったのがうれしい」と語る粕川晶弘さん(新潟市北区)

らう「おむつゼロ活動」を、施設の中心になつて進めている。

自然なお通じにつながるため、利用者の暮らしの随所に工夫を取り入れる。1日1500ccを目標に水分を取ってもらい、食物繊維やオリゴ糖の摂取も心掛ける。歩行や機器を使った運動訓練のほか、決まった時間にトイレに誘導することで体のリズムを整える。トイレ介助を職員数人で行うこともあるが、「所要時間はおむつ交換とそう変わらない」という。

以前、排せつがうまくいかない利用者には、すぐにおむつを使っていた。するとお年寄りの表情が乏しくなり、元気がなくなっていた。「尊厳が奪われているからではないか」。そう疑問を覚えたのが、取り組みのきっかけだ。

「ずっとおむつをしていると尿意や便意が分からなくなる。察知や我慢ができなくなるので、おむつが外せなくなる」と指摘する。取り組みの中で、利用者が水分を十分に取っていなかったことにも気付いた。

「利用者の意識がぼんやりするのは、脱水症状の疑いがあるためだとも分かった」という。

研修で講師に言われた「おむつを換えるのがプロじゃない、外せるのがプロだ」との言葉を胸に刻む。家族介護では難しいケアかもしれないが、それをするのが「プロの介護」だと力を込める。ただ、「おむつゼロ」がゴールではない。あくまでお年寄りが元気に暮らせることを目指し、ケアの質を高めていく。

(報道部・山田悠)

プロの介護でお年寄り元気に