

こんにちは、まだまだ残暑きびしいですが、如何お過ごしでしょうか。熱中症、食中毒などにはお気を付け下さい。各地で局地的豪雨が多く発生しておりますので、日ごろの備えも確認しておきましょう。過日、施設での生活についての講話がありましたのでご案内します。

◎地域交流施設で、健康推進教室が行われました。

みなさん、いわゆる「施設」での生活とはどういうものだろうか？と考えられた方も多いのではないかと思います。今回は、介護付き有料老人ホームとグループホームの管理者による『施設での生活とは』の内容でした。住み慣れた地域で末永く暮らしていく参考になればと思います。

主な入所施設の種類

施設には、入居希望される方の状態や状況、また施設が提供するサービスの内容などにより様々な種類があります。ここでは主な施設をいくつか紹介します。

① 介護付有料老人ホーム

要介護度1～5で65歳以上の方を対象とし、食事の配膳や健康状態の管理、居室内の掃除・洗濯の他、入浴や排泄といった日常生活における全般的な介護サービスを受けられる施設です。

② 住宅型有料老人ホーム

60歳以上で主に自立・要支援状態の方や軽度な要介護者を対象にした老人ホームです。食事や身の回りの世話といったサービスを受けられますが、介護スタッフは常駐していません。介護を受ける場合は、外部の介護サービス事業者に委託することになります。

③ 特別養護老人ホーム

特別養護老人ホーム（特養）は、地方公共団体や社会福祉法人などが運営する公的施設です。要介護度1以上の高齢者を対象にしていますが、常時介護が必要な要介護度5の方や、経済的に自宅での介護が困難な高齢者が優先されます。



④ グループホーム

認知症やその他の障害によって、一般的な生活ができない高齢者の方が共同生活をする介護施設です。入居者の身体能力に応じてグループに分けられ、料理や掃除といった日常生活に必要な家事などを分担しながら、自立した生活を送ります。落ち着かないことがありますので、住み慣れた自宅のほうが精神的に安定して過ごせる場合が多くあります。

⑤ ケアハウス（経費老人ホーム）

日常生活にそれ程支障がなく、手厚い介護サービスは必要ないという自立した方を対象としています。ただし、生活的な自立は可能なものの、経済的自立が難しく、身寄りがない、家族との同居が難しいなどといった場合に利用されています。

⑥ サービス付高齢者向け住宅

介護ヘルパーや介護福祉士常駐している他、居室がバリアフリーとなっており、バスタブなどの設備も低くするなど高齢者が使いやすいように設計されたマンションタイプの住宅のことです。主に自立や要支援の高齢者を対象にしています。



⑦ 介護老人保健施設（老健）

介護保健のサービス施設のひとつです。要介護度1以上の高齢者に対し、介護や看護といったケアをしながら、医師らが自立を促し、他の施設へ移る準備や家庭への復帰を目指す施設です。

⑧ 介護療養型医療施設（療養病床）

療養病床とも呼ばれ、慢性病などをもち長期の療養が必要な人を対象とした施設です。必ずしも高齢者限定ではありませんが、多くの入居者が高齢者です。また、病院と併設されているところも多いのが特徴です。

介護付有料老人ホームの1日の流れ（例）

職員数：管理者1名（ケアマネージャー兼務）、
看護師2名、介護員11名、厨房3名 合計17名
入居者数：21名



午前6時

介護が必要な方のオムツ交換や洗面、
着衣交換等のモーニングケア開始。

午前8時

朝食開始。原則、食事は全員食堂で
食べていただきます。

午前9時

（朝食が一段落ついたら）職員の朝礼
及び申し送りを行います。

朝礼後

看護師が各居室をまわり、体温・血圧
測定等で体調の確認をします。

入浴

入浴回数を週3回とし、火・木・土曜日
に行っています。転倒等の危険を回避する
ために、原則、入居者1名に対して職員
1名、介護度が重度の入居者に対しては
入居者1名に対して職員2名体制で入浴
介助をします。

午前10時

食堂で看護師によるラジオ体操・機能
訓練を20分程度行います。終了後
にはお茶を飲みながら唱歌や童謡を
毎日5～6曲唄っています。

午前12時

昼食開始。食事前に入居者全員で
嚥下体操（6～7分）をします。

午後2時

月・水・金曜日に毎回40分程度のレクリ
エーションをしています。「工作」や「ゲ
ーム」、「歌」、「ボール遊び」など。
木曜日はカラオケの日としています。

午後3時

「おやつ」の時間です。終了後は、リハ
ビリを希望されている方の送迎をしま
す。リハビリは月・水・金曜日です。

午後5時30分

夜食開始。食事前に軽い嚥下体操
（10分程度）をします。

午後9時頃まで

夜勤職員（2名）にて睡眠薬の配布や
イブニングケアをします。その後は
2時間おきに各居室を巡回します。

医師の訪問

毎週金曜日の午後には、医師が来られて
入居者の部屋を訪問されます。

1年の行事

「誕生日会」「お花見」「納涼会」「日帰り旅行」「敬老会」
「クリスマス会」「季節の花見物」等、時にはご家族も招待
しながら四季折々の行事を行っています。



入所のメリット

- ・ ご家族の介護や通院介助等のストレスが減らせる。
- ・ 介護費用がほぼ定額制なので費用面で安心して暮らせる。
- ・ 介護職員、看護職員の配置義務付けがあるので手厚いケアが受けられる。
- ・ イベントやレクリエーションが充実している。

入所のデメリット

- ・ 月額費用が高い場合が多い。
- ・ デイサービス等の外部の介護サービスを利用できない。
- ・ 介護度が低い人にとっては制限が多い暮らしになることがある。



グループホームの概要（例）

- 入所の条件 : 要介護の状態（介護予防にあつては要支援2の状態）にある
認知症高齢者で共同生活が可能な方
- 入所許可数 : 18名（1ユニット9名 × 2ユニット）
- 職員数（各ユニット毎に） : 管理者 1名（計画作成担当兼務）
介護職 7～8名
- 共同生活介護の内容 : ① 入浴、排泄、食事、着替え等の介助
② 日常生活上の世話
③ 日常生活の中での機能訓練
④ 相談、援助
- レクリエーション、年内行事

大牟田市役所に、

『高齢者のくらしを応援します』～明るく豊かな長寿社会を目指して～ の冊子があります。
参考にして下さい。

いかかでしたか？「施設」に対する疑問や不安が少しでも解消されれば幸いです。

施設の1日の流れを参考にして健康な体を維持し、
住み慣れた地域で末永く暮らしていきましょう。

●大牟田地域住民医療・介護情報共有拠点事務室 OSKER

大牟田の医療・介護施設情報を掲載しています。どなたでも好きな写真を投稿できるギャラリーを製作いたしましたのでご紹介いたします。次号は「高齢者の医療費について」をご紹介します。

TEL 0944-57-2007

Web サイト <https://osker.org/>