

5本指ソックスで転倒予防 ～履物で人生は変わる～

社会福祉法人芦別慈恵園

特別養護老人ホーム芦別慈恵園

サブリーダー 横関真智子

施設サービス課長 和田直樹

はじめに...もみ塾を始めたきっかけ

平成22年6月から開始

お客様とのコミュニケーション

「ふれる」ということを考える





爪のケア



えがお教室(学習療法)



えがお塾での取り組み





介護予防講座で





老人クラブで





毎月の研修の中で...

- 足元が重要
- 足にうまく力が伝わらないと転倒
- 1本1本指の状態を把握

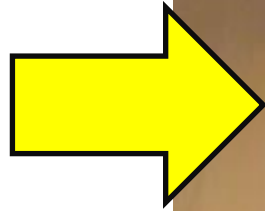
転倒から引きこもりを招く

毎月の研修の中で...



扁平足 ↗

外反母趾



内反小趾

履物の大切さ

- はいている靴に着目
- 普段お客様が履かれている靴を体験

【靴が足に合っていないと...】

- 足の指に違和感
- ふくらはぎが重い
- 立っているのも辛い(力が入りにくい)





5本指ソックス

- 導入するにあたり、職員も使用
- 足の指～1本ずつに力が入りやすい
- ユニットスタッフから紹介しお客様へ



取り組みに賛同して頂き



- ・衣料品店より、全員のお客様へ
5本指ソックスの寄贈





・事例A様

A様 83歳 女性

平成22年3月15日入居

・アルツハイマー型認知症

要介護 4

移動 車椅子使用

移乗 全介助

・声かけや触れたりすると気持ちが
高ぶることがある

ユニットで行った事

- 5本指ソックスの使用
- 毎日指の間を広げる
- スタッフが全員出来る様に



左足の写真



使用前

使用後





・事例B様

B様 95歳 女性

平成26年6月11日入居

・両側脳梗塞

要介護 5

移動 車椅子全介助

排泄 ベッド上でのオムツ交換

食事 全介助(粥・きざみ食)

事例B様



入居時



現在



事例B様



使用前



使用後



・事例B様～平成26年9月現在

B 様 95歳 女性

要介護 5 ⇒ 変更申請中

移動 歩行器

排泄 トイレ誘導・パット類使用

食事 半介助(ゆっくりと食べる)
(常食・常菜)





車いすから 歩行器へ移行



取り組んでみて

- 取り組めたのは

ユニットリーダーであり、
ユニットスタッフ

⇒何とかしたい！

取り組まないと変わらない！！

取り組まないと分からない！！！！



取り組んでみて

- 取り組むことによって新たな発見がある
- 続けないと低下していく

『取り組み続けることが大切』

「更にお客様のために何ができるか」

⇒前向きな気持ちに

終わりに

履物で人生は変わる

- やり方だけを取得するのではなく
『相手にあわせる』
『相手の気持ちをくみ取る』

取り組みを信じて
お客様がいつまでも
元気に過ごすことができる様に
ご清聴ありがとうございました