

川口さくらの杜～自立支援の取り組み～

1. 取り組みの概要

当施設では、竹内理論を基にした「おむつ0」の取り組みを行っています。

「おむつ0」とは、①水分②食事③排便④運動の4つのケアを基盤とした自立支援の取り組みのことです。4つのケアを行う事で健康的な体を作り、日常生活の自立度を高めていきます。

当施設は、利用者様の自立度の向上と在宅復帰を目指し、利用者様、御家族様の生活の質を向上していきたいと考えております。

2. 4つの基本ケア

・ 1日 1,500ml 以上の水分摂取

【効果】

- ①脱水を防ぐ
- ②認知力の低下を防ぐ
- ③日中排便を促す

【当施設での工夫点】

お酢ドリンクやお茶など利用者様が飽きないように水分を提供しています。

水分

・ 常食+栄養のある食事を取る

【効果】

- ①活動性を高める
- ②咀嚼、嚥下機能の向上
- ③胃・大腸機能の活発化

【当施設での工夫点】

食物繊維を食事に含め、排便を促すように配慮しています。

食事

排便

・ トイレで座位排便+下剤の中止

【効果】

- ①腹圧がかかりやすい
- ②腹痛や水様便を防ぐ（下剤）
- ③排尿・排便コントロール向上

【当施設での工夫点】

腹圧をかけやすいようにトイレに工夫をしています。

運動

・ 日中の歩行で生活をする

※拘縮等で歩行が困難な方は、座位や立位の安定性を高めます。

【効果】

- ①基本動作の改善（歩行・立位・座位等）
- ②胃・大腸機能の活発化
- ③水分摂取・食欲の増進

【当施設での工夫点】

「さくらマーチ」という時間を作り、施設に一斉放送することで楽しく歩行する時間を設けています。