

フォーシーズン南34条

春 夏 秋 冬

秋号 No.21

発行 医療法人社団 栄会  
介護老人保健施設 フォーシーズン南34条  
令和5年11月発行 TEL 011-581-1200



### 音楽の秋

秋といえば芸術、芸術といえば音楽。テレビ放送の音楽もいいですが、目の前で奏でる楽器の音色はさらに心に響きますね。フォーシーズン南34条では地域のボランティアさんによるミニコンサートを今期に3回開催しました。



幼稚園の園児さんが敬老会に来てくれました！！

フォーシーズン南34条の窓からはお隣の幼稚園の園庭が見えます。園庭で元気いっぱい走る園児さんの姿や楽しそうな歌声はお年寄りの方だけでなく職員にも元気を分けてくれています。

今年の敬老の日は元気いっぱいの皆さんがお祝いに来てくれました。一生懸命に練習したお遊戯や歌はしっかりと利用者様の元気につながりました。

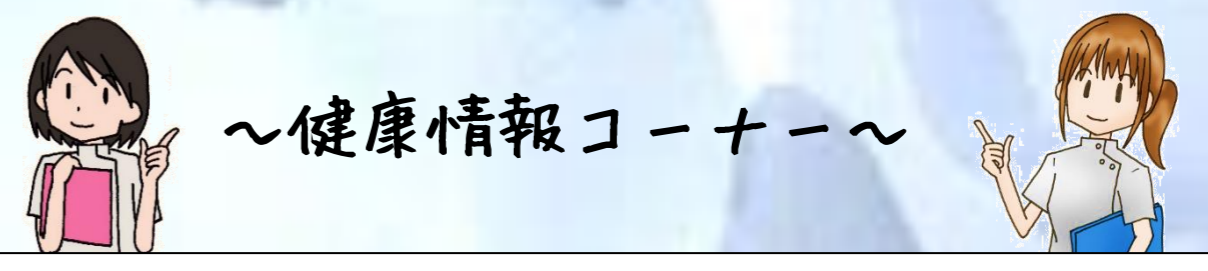
「いつまでもながいきしてね！」  
園児さんの言葉はどんな長寿の薬より効き目がありますね！

### 果物狩りレクリエーション

10月も半ばを過ぎ、札幌近郊の果樹園ではブドウ狩りのシーズンも終わろうとしています。しかし、フォーシーズン南34条では、今まさに最盛期をむかえました！職員手作りのブドウ棚にはたくさんの品種のブドウが実っています。なんとお得なのでしょう！収穫したブドウはその場でおいしくいただきました。11月は芋煮会も予定していますので、秋の味覚を楽しみましょうね。







# ~健康情報コーナー~

## 転倒の現状について

フォーシーズン南34条だけではなく、多くの高齢者施設では「転倒」は多く発生しています。高齢者にとって転倒は一時的に歩行ができなくなるだけではなく、身体機能全般の低下や認知症の悪化などに繋がりやすいため何とか転倒を防ごうと対策を講じております。しかし、転倒を完全に防ぐことは難しいのが実情です。今回はそのことを知っていただくための記事といたしました。

## 「介護施設内での転倒を知っていただくために ~国民の皆様へのメッセージ~」

この表題は2021年7月に日本老年医学会・全国老人保健施設協会（以下、老健協）から発表されたものです。内容は紙面に収めることができないので興味のある方は「[介護施設内での転倒を知っていただくために](#)」と検索をしていただき、ぜひお読みください。

ここでは「介護施設内での～」本編に対する「寄稿」として老健協常務理事の大河内さんのコメントも含めて説明します。

## 「医学的な現状」と「社会的な現状」のギャップ

2019年の人口動態調査で80歳以上の不慮の事故による死因の第1位は転倒です。転倒による死亡率は加齢とともに増加し、年間1万人程度が亡くなっています。この比率は介護施設でも同様です。一方、施設おける転倒に関する裁判では中途で和解に至るケースも多いですが、和解に至った場合でも施設が多額の保険金支払いとなるケースがほとんどです。長寿医療センター総長の鳥羽さんは、「転倒は事故」「骨折は疾患」という固定観念のため、自宅での転倒は個人の責任、施設の敷地に一步入ったとたんに医療機関の責任という構図に誰も異議を唱えていないことへの問題を指摘しています。

## 転倒予防の限界

上記の発表を行うにあたり、老健協では転倒の現状について調査を行っています。100人の高齢者施設においては40人が年間に5回程度転倒し、そのうち10人は骨折など重篤なものが10%程度発生していました。また、老健施設から医療機関に入院する理由は肺炎に続いて転倒が2位でした。以上を考えると、転倒は事故というより加齢に伴う老年症候群の一部であると考えるのが望ましいとコメントしています。さらに、転倒防止の介入成功例であっても「転倒の回数を減らすことはできるかもしれないがゼロにはできない」という結果でした。転倒・褥創・誤嚥性肺炎などの複数リスクに対して、リスクに基づくケアマネジメントの強化を行った介入モデルの研究では、褥創・誤嚥性肺炎は若干減らす可能性があるのに対して、転倒の介入効果はまったくありませんでした。

以上のことから、転倒予防策を実施していても一定の確率で転倒が発生してしまいます。要介護状態の場合は機能改善を目的としたリハビリで身体機能が向上し活動する場面が増えると必然的に転倒リスクも増加します。施設では介護度が高い人に転倒が多いわけではなく、自力で移動可能な要介護者に多い事やリハビリで機能が改善傾向にある時に転倒が発生しやすいという事です。その結果、施設内の見守りが困難な場所で転倒が発生することがあります。

高齢者施設における転倒予防対策について、現段階では一律の標準的なものはないですが、施設ごとに利用者の転倒リスク評価、特性に基づいて対策を行うのが一般です。しかし個室などの構造上の課題や人員の限界といった問題もあり、どうしても一定の確率で転倒は発生します。そもそもが、施設は高齢者という転倒発生率が高い集団であるため、避けられない転倒が多い状態となっています。そのため、転倒をゼロにするのではなく、防げる転倒と防げない転倒に分けて実効性のある対策を講じるようにしています。また、転倒によるダメージを軽減させる対策も大切です。

## 編集後記

令和5年10月でフォーシーズン南34条は7周年を迎えました。この春夏秋冬も6周年を迎えることができました。あっという間というのが私の感想です。これからも末永くお願いします！

肥後

## それぞれ全員の夏祭り

皆さんはあと何回目の夏を迎えられるか考えたことはありますか？この記事を書いている私はあと30回を迎えられるかどうかです。そう考えると少なく感じますよね。ですので高齢者の利用者様にとっては輝ける一瞬は本当に貴重です。そんな笑顔がたくさん輝いた夏祭りの様子を2つ紹介します！

