

社会福祉法人
芦別慈恵園

**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



お客様がたの声

自分の力で何とかしたい！

- 1人で歩きたい！
- 1人でトイレに行きたい！
- 他人の手を煩わせたくない！
- いつまでも元気でいたい！

やってみなくてはわからない！

『あきらめていないだろうか？』

- この方はこんな病気があるから
- これ以上よくなるしない
- 介助が必要な方だから・・・

⇒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！！！！

もみ塾の取り組み

平成22年6月	もみ塾を立ち上げる お客様とのコミュニケーション 「ふれる」ということを学ぶ
施設内で	・足の水虫の確認 ・インフルエンザ予防対策スプレー作成 ・爪のケア ・各事業所(特養・DS・認知症DS・訪問介護等)で実施 ・学習療法後に実施
地域に向けて	・介護予防講座～ハンドマッサージ講習 ・えがお塾(介護予防)～サロンと共にハンドマッサージ ・老人クラブでハンドマッサージ講習

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・・・



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



・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

使用后(1月後)



・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





車いすから
歩行器へ移行

事例B様～平成26年9月現在

項目	以前	現在
介護度	介護度5	変更申請中 たぶん介護度3～4程度
移動	車椅子 全介助	歩行器
排泄	オムツ使用 ベッド上全介助	トイレ誘導 パット類使用
食事	粥食・きざみ食 全介助	常食・常菜 半介助
ご本人様より	私の足は腫れてるから歩けない！	まさか歩けるとは！ トイレに行けるとは思わなかったうれしい

取り組んでみて

『取り組み続けることが大切』

「更にお客様のために何が出来るか」
⇒前向きな気持ちに

- * 足元をよく見る
- * 五本指ソックス
- * ひろのば体操をひろめていく

終わりに

履物で人生は変わる

お客様がいつまでも
元気に過ごすことができる様に

足元を...

見つめ続けます！

ご清聴ありがとうございました

