

認知症ケア委員

急速に進む人口の高齢化に伴い、認知症を発症される高齢者が増加しています。日本は世界の中でも最も早いペースで高齢化が進行しているそうです。厚生労働省の調査によると、日本の認知症患者数は、2012年時点で65歳以上の高齢者の15%にあたる462万人と推計され、認知症になる可能性がある軽度認知障害の高齢者も400万人にのぼるとされています。実に65歳以上の4人に1人が認知症あるいはその予備軍となる計算です。この数値だけをみても日本の社会にとって、認知症対策は緊急の課題となっているということがいえます。認知症に対する医学的な治療効果が期待できない現状では、認知症患者とどう向き合っていくのか、家族にとっても、我々施設で働く職員にとってもその対応が大きな問題になっています。まほろばにおいても、多くの利用者様に認知症状が見られます。認知症についての正しい知識と具体的で効果的な援助方法の習得を目的に、月1回認知症ケア委員会は開催されています。今回はその活動報告を太田リーダーからさせていただきます。



認知症ケア委員会の太田と申します。委員会では認知症利用者様が、施設で穏やかに過ごしていただくための方策や、職員の認知症知識の向上及び対応力向上のための研修など、さまざまな話し合いや取り組みを行っております。

認知症ケアとひとことに申しまして、利用者様おひとりおひとりでその対応は違います。どのように対応するかはその方の過ごしてこられた環境や生活を知るところから始まります。その方の今までの暮らしを知ること、そこからヒントを得て職員同士が話し合い、その対応方法を考えていきます。ある利用者様が、入所以来落ち着きがなく、夕方になると帰宅願望でフロアからの出口を探して、ずっと歩き回っておられることがありました。ご本人の言動や家族様からの情報を基に話し合い、いろんな方策を行った結果、お財布を持ってもらうことによって、帰宅願望が随分減りました。その利用者様は昔から銀行にお金をすべて預けず、もしもの場合に備えて手元にある程度のお金をご自分で管理されていたようです。施設に入所し、手元にお金がないことで、落ち着かなくなっていたようです。このように、過去の情報がいかに重要かということが分かります。

今回は認知症利用者様の過去の暮らしの情報を、職員が得るための機会作りとして実施している「喫茶店」をご紹介します。

「喫茶店」は月に一回、利用者様が普段過ごしておられる居室とは違った場所にご招待して開催しております。少しでも喫茶店に来ていただいたような雰囲気を出すために、部屋の飾りや職員の服装、音楽にも工夫しております。そこで利用者様は、職員や他の利用者様とお話ししながら、お茶とお菓子を召し上がり、楽しいひと時を過ごしていただきます。その中で職員は普段とは違いゆっくりとコミュニケーションを取ることで、利用者様のいろいろな情報や想いを聴き、それをケアのヒントとしております。私たちが認知症を理解することは大変大切なことですが、もっと大切なことはその人を理解することです。認知症利用者様が施設で「その人らしい生き方」をしていただくためには、その方の想いや、これまでの生活を知ることが第一歩なのです。



この日コーヒーを淹れたのは末井介護士です。彼は以前、京都でもっとも有名なコーヒーショップで働いていました。元プロの淹れた本格的なコーヒーを味わっていただきました。



素敵な看板も作りました。

じゅう にん と いろ 十 人 十 色

副施設長就任ご挨拶

昨年秋に副施設長として復帰いたしました。

久しぶりに帰って参りまして、スタッフたちが皆、本当によく頑張ってくれていることに胸がいっぱいになりました。

そしてこの奮闘ぶりに私も一緒に努力して、よりよい施設作りをしなければと、身が引き締まる思いを日々感じております。

介護人材確保難、平成27年4月からの介護報酬の引き下げなど、施設を取り巻く状況は年々厳しくなっております。

しかし私どもは大事な利用者様をお預かりしており、各在宅サービス事業でもたくさんのご利用をいただいているご縁を大切にしなければなりません。

その為にも、私共スタッフ一同、一生懸命精進して参りますので、今度ともご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



副施設長 能瀬 和子

◆ 法人理念

利用者様の尊厳を守り、安心と笑顔のある暮らしを支援する。

◆ 基本方針

○ 共 同

私達は、利用者様がおだやかで、心豊かな毎日が送れるよう、利用者様と共同して生活を築きます。

○ 尊 重

私達は、利用者様の個別性、主体性を尊重した支援をします。

○ 向 上

私達は、専門性、資質の向上のため、常に自己研鑽に努め、信頼される職員になります。

○ 公 正

私達は、公平、公正な事業運営をします。

○ 交 流

私達は、地域に根ざした事業所となるよう、地域の方々とふれあいの機会を持ちます。

ボランティア募集中

『まほろば』では、ボランティアを随時募集しております。

特別な技術は必要ありません。

得意分野や興味のある活動を選んで参加してみませんか？

- 利用者の方のお話相手
- お散歩
- 洗濯物たたみ
- 手芸指導（簡単なお針や作品作りなど）
- 習字指導
- 入浴後のドライヤーかけ
- シーツ交換
- 喫茶 ほか

☆ボランティアありがとうございます。☆

アプリ様、上里チャペル様、大昭会様、ホイホイ・ホアロハ様

綿製品の布

■余っていませんか？綿製品の布■
いらなくなったＴシャツ・タオル・シーツなど、綿製品の布が余っていませんか。ば、ぜひ譲ってください。

デイサービス

デイサービス美術館♪



手工芸クラブです！本年最初の作品が出来上がりました♪『お正月飾り』ですが南天や金屏風を使って華やかな作品に仕上がりました。クラブに参加されている利用者様が一生懸命に作られた力作です！！この記事が皆様の目に届くころには、新しい作品作りが始まっています。今後も様々な作品が出来上がると思いますので、またこの場を借りて作品の紹介とクラブのご様子をお伝えしていきたいと思っています。

手工芸くらぶ

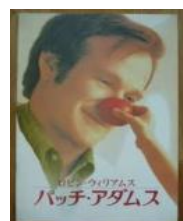


切り絵クラブが始まって、約1年が経ちました。クラブの皆様は作品作りにも慣れてこられ、作品一つ一つに皆様の個性が溢れています。月に1種類以上の作品を仕上げておられ、作品を保存しているファイルがとても分厚くなってきて、素晴らしい作品集が出来上がっています。昨年はモノクロでの作品を中心に作っておられましたが、今年からカラフルな作品に挑戦して頂いております。カラーならではの彩り鮮やかな作品作りを楽しんで頂いています。

切り絵くらぶ

編者のおすすめ

百円で借りたDVDで最近最も感動した映画をご紹介します。パッチアダムスという映画をご存じでしょうか。医療関係者がなすべき役割とは何か、患者を救うとは何かを一般の私たちに分かりやすく問いかける作品だと思います。ロビン・ウィリアムズ扮する主人公は成績優秀なのに、患者を笑わせたり楽しませたり、患者のとんでもないわがまを聞きいれたりしている研修医、対する同僚はストイックに自らの医術を磨くこれもまた成績優秀な研修医。相対する2人が終末期を迎える患者に対する時の医師としての姿勢について持論を展開するシーンがありました。あらゆる知識と技術を導入して患者の命を一日でも長く保つことこそが医療の正しいあり方だと主張する同僚に対し、アダムスは静かにですが、断固とした口調でこう言います「可能な限りの医療措置を講ずることも大事かもしれないが、もっと大切なことは、患者に残された生の質を高めるための手助けをすることだ。」と・・・介護の現場で働く我々にも相通ずるすばらしいフレーズではないでしょうか。人間として一個の個性として認められ、人間らしい生活、自分らしい生活を送りながら人生を全うできるよう利用者様の手助けをする。医療に携わる者であれ、介護に携わる者であれ、まず念頭に置くべき基本的な姿勢だと思います。



「パッチアダムス」ぜひご覧になって下さい。

～編者～

ホームヘルプステーション



このたび平成26年12月31日をもって、長らくご愛顧いただきましたホームヘルプステーションのサービス提供を、都合により休止させていただきます。開設以来ご利用いただいた数多くのご利用者様とご家族様には、心から御礼申し上げます。誠にありがとうございました。



まほろばホームヘルプステーションのサービス提供責任者だった吉村です。今年の1月からは特養の入所者様の介護に当たらせていただいております。平成15年の6月からヘルパーとして皆様の援助をさせていただくようになりました。雨の日も風の日も日照りの日も雪の日も愛用のバイクにまたがって利用者様のお宅を訪問させていただきました。辛いこともありましたけれど、最後まで続けられたことを誇りに思います。失敗したこと喜んでいただいたこと、嬉しかったこと悲しかったこと、泣いたこと笑ったこと、今は全て思い出として私の胸にずっとしまっておきます。利用者の皆様11年間本当にありがとうございました。再びお会いできる日が来ることを心から願っています。

吉村 克代

特養



獅子舞

子供の頃こんな近くでおし見たりこわかったけどなあ

1/7(水) NPO 法人アフリ様が獅子舞を披露してくださいました。和太鼓と笛の音色と演じておられる方の装束とも相まってお正月らしい雰囲気さがフロアいっぱいになりました。



フラワーアレンジメント



毎月第二日曜日の午後からフラワーアレンジメントを希望する利用者様で実施しています。作品はお部屋やリビングに飾ることが多いですが、時には作品展も催します。左の写真は敬老会の時の発表の様子です。

みなさん本当に楽しそうですね

ナースから一言

“ロコモ”って何？

みなさん“メタボ”はご存知だと思いますが、それでは“ロコモ”は聞かれた事があるでしょうか？これはロコモティブシンドロームという言葉の略語で、骨や関節、筋肉等の働きが衰えることで寝たきりになる危険性がある状態の事です。その“ロコモ”の予防には、膝の関節等へ過剰な負担をかけず、下半身の筋力を鍛えると同時に、バランス能力を高める運動が有効です。それに、たとえ機能の低下された方でも、日常生活スタイルを見直す事で衰えは改善できます。当施設におきましても、平常個別機能訓練や転倒予防体操に取り組んで頂いております。さらに昼間は可能な限り、ベッドではなくフロアで過ごしていただき、運動機能の向上のみならず、メリハリのある生活を送って頂く様に努めております。また“ロコモ”は決して老人のみの問題ではありません。20～70代男女の実に約半数が“ロコモ予備軍”と言われています。皆様も今から生活スタイルを見直し、利用者様と一緒に“ロコモ”予防に励みましょう。

まほろば老人デイサービスセンター看護師 平井 喜久栄

居宅介護支援事業所

寒い冬ですが、木々の芽は膨らみ春を待ちわびています。



4月に介護保険法の改正があります。
・特養の申し込みは原則要介護3以上の方になります。
・介護保険利用の1割負担が収入によっては2割負担になります。
等変更点があります。
ご不明な事ご心配な事等ありましたらケアマネジャーにご相談ください。

まほろば

居宅介護支援事業所

宮下 眞純
山本 時子

河野 眞佐子
小泉 稔

栄養士から一言

食物繊維で生き生きと

食物繊維とは人の消化酵素では消化されない食品成分の総体で、野菜、果物、海藻など、植物性食品に含まれています。食べると、消化されずに、小腸を通して大腸まで達する成分です。高齢になると、食べる量が減る、すなわち食物繊維の摂取量が少なくなり、また水分不足や、動く事も少なくなり便秘になりやすいと言われています。食物繊維には、便秘の予防をはじめとする整腸効果はもちろんの事、血糖値上昇の抑制、血液中のコレステロール濃度の低下など、多くの生理機能が明らかになっています。高齢の方が食物繊維を摂るための工夫として、野菜は生より、加熱(炒める・煮る)するとかさが減り、食べやすくなります。また、バナナや南瓜など軟らかい物にも含まれており、刻んだり潰したりして食べても効果が出ます。消化力の低下した高齢者では、野菜をミキサーでジュースにしても手軽に食物繊維は補えます。食物繊維を上手に摂って、いきいきとした生活を送りましょう。

管理栄養士 田中 康寛