

ヘルパー便り



要介護2のA子さんは、今年93歳になられます。おひとり暮らしの生活を支援するため10年前からまごころが週3回、掃除、調理買い物などの家事援助を訪問介護で行っています。

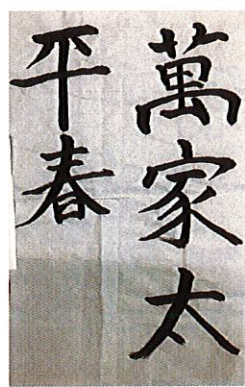
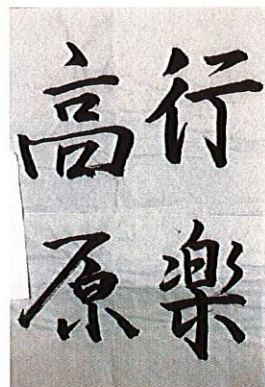
膝や腰の痛みがあるものの、「できる事なるべく自分で」と日々出来る家事をがんばっておられます。デイサービスにも週3回通われ、お友達との交流を楽しんだり、絵手紙・書道など意欲的に取り組んでおられます。

お料理が大好きなA子さんは身体の調子が良い時には台所に立ち、煮物などを作られます。以前、調理のお仕事をされていたこともあり、まだまだ腕は鈍っていません。ヘルパーが調理をする時も最後の仕上げの味付けはお任せすることもあります。

おひとり暮らしのA子さんにとって、娘さんが訪ねて来て下さることは、とても楽しみで一緒に昼食を食べたり、病院に付き添ったりと支えておられます。A子さんが住み慣れたご自宅で、お好きな料理を作りながら暮らしていけるよう応援していきますので、これからもよろしくお願ひします。



(武山 佳代子)



デイサービス通信



手作り運動会

今年の運動会は10月の第1週目、各スタッフがアイデアを持ち寄って行いました。ポイントは、どなたでも楽しむ事ができる競技。

紅白チームに分かれて、ハチマキをすると身も心も引き締まります。全員で高く片手を挙げ、「宣誓！今日は参加者一同、ケガせず無理せず、運動会を最後まで楽しむことを誓います！」と選手宣誓して頂きました。そして元気の出る運動会の音楽をかけてスタート！

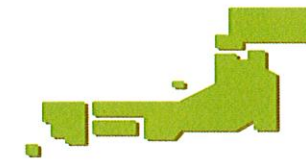
チーム戦ということもあり、団結力によって、いつもあまり動きたくないな～という方も、悔しさのあまり立ち上がって競技をされたり、普段穏やかな方が意外なリーダーシップを発揮されたりと、日頃見ることが出来ないようなお姿もたくさん見ることができました。

最後に皆さん自作のメダルをかけてもらい、にっこり。万歳三唱しました。(大野)



つぶやき

縮みゆく日本



自動車の車窓から景色を見ていると、あまり変化はない。又TVのワイドショーを見ているとあまりテマールにはならないが、何故これ程日本が落ち込んだのか不思議に見ているが、次の3点が原因かなと思っている。

1. 少子高齢化、人口減少が50%、世界で一番だそうである。町内を見ても年金をもらっている人ばかりです。何故、日本が一番なのか、その原因が良く分からないが太平洋戦争が原因かも知れない。
2. あと25%は日本人の気質、体質によるものか。年功序列の給与、前例主義、終身雇用が良い時もあったが時代に合わなくなったのか。
3. 残りの25%はコンピュータ、デジタル、スマホに乗り遅れ、デジタル通貨、マイナンバーを一生懸命やっているがドンドン落ちている。一人当たりの所得は韓国よりも下になった。いろんな経済指標が出るがこれからはもっと厳しくなるでしょう。

私もあなたも権力がないので、そう思っても何もできない。市会議員、県会議員もそうでしょう。総理大臣ならできるのでは、8年8ヶ月も総理大臣をしながら結果がでなかった。それが税金で国葬だなんて、珍しい国民だ。イギリスの国葬とはえらい違い。 鹿島 兼一



ケアマネジャーの目

2025には65歳以上の5人に1人は認知症になるといわれています。

ドイツのある施設では、徘徊のある方がバスで出かけたがる傾向に気づき「バスの来ないバス停」を設置したそうです。

日本でも豊橋市にある施設では「家に帰りたい」という方に「バスの来ないバス停」に案内し、しばらくしてから「バスが遅れているようですから、中でコーヒーでもどうですか？」と言うと施設に戻られるそうです。認知症の方の気持ちを尊重しつつ、身の安全を守れるとても良い方法だと思います。

認知症の方にとっては「徘徊」ではないのです。「家に帰りたい」には、必ず理由があります。その気持ちを受け止められる優しいケアが必要ですね。

～知っておきたいヘルパーの知識～

「疾患別の食事ケア」

癌に対する栄養・食事ケアは、部位や治療方法によってさまざまです。胃癌の場合は、食べ物を細かくする。食事1回を少量にし、代わりに1日5~6回と頻回に摂る。大腸癌の場合は繊維の物をできるだけさげ、野菜は生ではなく火を通すことが基本路線となり、献立にも工夫が必要です。

「きゅうりとカニカマの酢の物」

・冷たさ、酸味で味覚を刺激・たんぱく源となるカニカマをトッピング

「小田巻き蒸し」

・やわらかく飲み込みやすい・うどんが入っているため、通常の茶わん蒸しよりもエネルギーアップ

利用者さんの病気に沿った食事ケアができるようになりましょう。

