

児童デイ便り



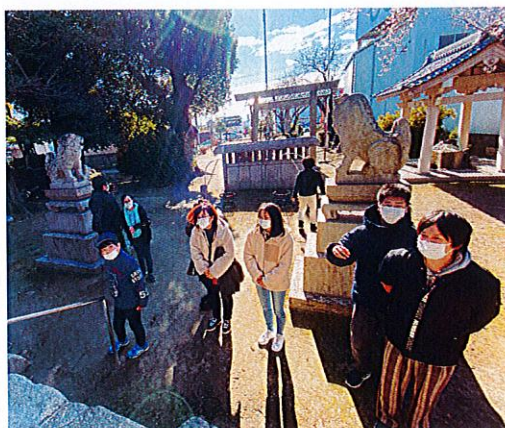
新年明けましておめでとうございます。昨年
も1年間ありがとうございました。

2022年はおかげさまで、まごころレフトも
ライトも子ども達の利用人数が過去最大とな
り、笑い声溢れる楽しい日もあれば、トラブ
ルが連鎖し暗雲漂う日もあり、毎日がお祭
りのように活気に満ち溢れた愛おしき日々
となりました。

できなかった3桁のかけ算ができるよう
になった児童がいたり、トイレの自立に成
功した児童がいたり、前までお友達やスタ
ッフに厳しかった児童が優しくなったり、
子ども達の成長には驚かされてばかりで
す。優しい心が育っている子どもたちが
多いです。

これからも子ども達にとっての『安心・
成長・楽しさ』を渡していけるように邁進
して行きます。

皆様にとって喜びと幸せ溢れる素晴
らしい一年となりますように。2023年
もまごころレフト・ライトを宜しくお願
い致します。



(山中)



デイサービス通信

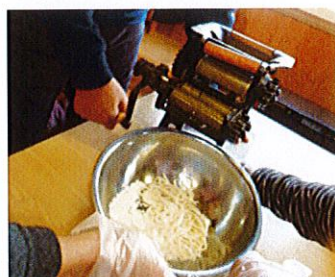


年越しにうどん打ち

デイサービスでは、年末に臼と杵でお餅
つきをするのが、長年の恒例行事でした。
毎年小さくちぎって昼食に召し上げて頂い
て、皆さんからは大好評でしたが、「ごち
そう様」をするまで、内心スタッフは気が
抜けませんでした。

今年は年代物の家庭用製麺機をお借
りすることができたので、皆さんと一緒
に、喉通りの良いうどん打ちに挑戦する
ことにしました。この製麺機、職員の10
0歳になるお母様が昔使っていたもの
で、歯車を組み替えることで生地を伸ば
したり、麺状に切ることができる優れも
の。皆さんと粉をこねて、足で“踏み
踏み”した生地をこの機械を通し、手動
のハンドルを回すと、あっという間にキ
レイな麺ができました。

同じ材料の目方でも、作ったグルー
プによって 麺の軟らかさが違うのは、
こね方なのか踏み方なのか、はたまた
“美味しくなあれ”の加減なのか、「どう
してだろうねえ？」と言いつつもどち
らもとっても美味しく大満足のお昼ご
飯でした。 (大野)



厨房で調理して下さった
お食事と一緒に頂きました



書初めは毎年書道コンクール
に応募しています



ケアマネジャーの目

日常生活がリハビリとなる「住宅改修」

住宅改修は「できること」を増やすため
のものです。例えば、訪問リハビリで1
週間に1時間運動を行っても、残りの6
日と23時間を動かずに過ごしていたら
意味がありません。だからこそ普段の生
活が大切で、住宅改修で安全な環境を
提供し、家族やヘルパーが「ちょっと
あそこまで頑張って歩いてみましょう」
と声を掛ける事で、継続するリハビリ
テーションになります。安全でより自
立した住環境を提供する事で、介護者
が普段からリハビリテーションの意識
を持って介護が出来るようになります。
ご本人としては、できる事が増えて、
それが自信と自立につながり、そのこ
とで介護の重度化予防が図れます。

では、どのような方が介護保険の住
宅改修を利用できるのでしょうか？対象
者は要支援1～要介護5の人です。介
護度にかかわらず、1人20万円が上
限。自己負担が1割で、その9割の18
万円が保険給付されます。(2割負担
は、16万円、3割負担は14万円)。

住宅改修の支給を受けるには、工事
を行う前に書類を市区町村に提出する
事前申請が必要です。住宅改修で日常
生活リハビリを頑張りたい方は、担
当ケアマネジャーに一度相談してみ
てください。



～作品紹介～

デイサービスの「書初め」で
皆様よりいただきました。皆様の作
品 (絵・写真・俳句等何でもかま
いません)をお待ちしています。

～耳より情報～

『栄養剤と補助食品について』

食事で栄養摂取が困難な場合、「エン
シュアリキッド250ml」など保険適
応の経腸栄養剤があります。栄養剤を
選ぶ際には「容量」と「エネルギー
量」に着目する必要があります。容
量が多いと1日で飲み切ることができ
ない場合もあります。

一方、食品扱いで、ドラッグストア
でも購入できる「メイバランスシ
リーズ125ml」は自己負担ですが、
入手しやすい食品の一つです。在宅
栄養を支える対策の一つとして考
えてみましょう。

～知っておきたいヘルパーの知識～

『高齢者の栄養と食事について』

私たちは加齢とともに、体のいた
るところの機能が低下します。

食べる事もそのひとつで、噛む
力が弱って食べる力全体が低下し、
健康を維持することがだんだん困
難になってきます。

「かみにくくなる」ってどういうこと？

歯と歯肉の力が衰え、噛む力が
弱くなります。かむ、筋力も弱ま
っていくので、スムーズに食べる
事が困難になり、苦痛を感じるよ
うになります。うまくかめず
に食べられないものが増えてく
ると、栄養が偏り始め、栄養不
足を引き起こすこともあります。

利用者さんのかむ力・飲み込む
力に合わせて、食材選びや、調
理法の工夫が必要です。

2月の勉強会では、かみやす
く、飲み込みやすいレシピを皆
で考え、食べやすい調理の工夫
を学び、利用者さんの食事作り
に活かしていきたいと思いま
す。

