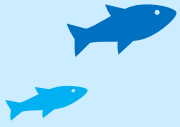


しおかぜだより

2024年 夏
No. 69








こころ、やわらぐ場所がここにあります。



皆生漁港へ
朝の散歩

Contents

- | | |
|---|---|
|  やわらぎイベント ▶ セタ会・納涼祭 |  TOPICS - 食中毒 - |
|  レクリエーション ▶ 魚釣り・買い物ツアー |  お知らせ |
|  やわらぎの取組 - 認知症ケア - | |

七夕会

7月5日、やわらぎでは各階ごとに七夕会を行い、利用者様と一緒に作った七夕飾りと短冊を飾り付けしました。

短冊も皆さま喜んで書いて下さり『健康でありますように』『皆、幸福に!』等たくさんさんの願い事が集まりました。飾られた笹を見て「キレイだなあ」と眺めておられたり利用者様同士でも話が弾んでいました。



また、彦星と織姫の人形を椅子に設置し、手や足で押しだしてどれだけ2人が近づけるのかを競うゲームを行いました。彦星と織姫が近くなるよう椅子の押し方を考え、工夫される方もおられました。たくさんの笑顔が見られ大盛り上がりの七夕会となりました。皆さまのステキな願い事が叶いますように☆

やわらぎ夏イベント

納涼祭

7月にデイケアでは、夏のお楽しみイベント納涼祭を開催しました。

提灯やはっぴで夏祭りの雰囲気を感じていただきながら職員手作りの金魚釣りを楽しんでいただきました。

真剣な表情で挑戦される方や童心に帰って楽しめる方等思い思いに夏祭りを満喫しておられる様子でした。

職員による出し物（ピンク



レディ)では、アンコールの声もかかり、一緒に歌ったり手拍子をされたりと盛り上がりました。いつもとは違う職員の姿に「誰かわからなかった!」と笑顔が見られました。最後は集合写真を撮って夏祭りは終了。

「みんなで参加できたのが良かった!」とお声もいただき、夏の楽しい思い出がありました。

魚釣りレクリエーション

通所利用者様2名、実習中の学生さん2名、スタッフ5名でやわらぎ近郊の漁港で魚釣りをしました。

結果は1匹も釣れず・・・。それでも何年振りかの釣りを楽しまれた利用者様は「昔を思い出すなあ」と喜ばれていました。

漁港で釣りを楽しまれていた方々の中に、利用者様と一緒に釣りをしたことのある馴染みの釣り友達があり「出会えてよかった！」と再会を喜んでおられました。

利用者様の「投げ釣りがしたい」という希望を聞いて軽い釣り竿を貸してくださる方もいらっしやいました。

地域の方々と交流することができ、素敵な時間を過ごす事ができました。

やわらぎでは年に数回のみの実施ではありますが、レクリエーションとして海釣りを行っています。釣りが生き甲斐だけど病気になるてからできていない、雰囲気だけでも味わいたいという方がおられましたらぜひ、当施設へご連絡ください！



SHOPPING



商品を選び、購入する楽しさを感じることで在宅復帰に向けて意欲を出し、活力を維持していただけるよう、レクリエーションの一環として近くのセリア（百円ショップ）に入所利用者様3名と買い物に行きました。

毎年恒例行事として企画していましたが、コロナ禍で行くことができなくなり、5年ぶりの買い物レクリエーションとなりました。

今回参加された利用者様は入所期間中外出の機会がなかったため、実施日前から楽しみにしておられました。事前に買いたいものをメモに書いて準備されている方やその場で欲しいものを選ばれる方、初めて百円ショップに入り、商品の多さに圧倒される方など様々でしたが久しぶりの買い物に「楽しかった」「色んなものがみれて良かった」「かわいい靴下を買えてよかった」等各々に好きなのを購入され、短時間の外出でしたが、喜んで頂くことができました。

認知症ケア



認知症とは、一旦正常に発達した知能（脳）に何らかの原因で記憶・判断力などの障害が起き日常生活が上手く行えなくなるような病的状態です。

原因としては「アルツハイマー病」や「脳血管障害」によるものが多く、高齢者の方に多く見られます。

認知症ケアとは、認知症の方の尊厳を守りつつ、認知機能をこれ以上低下させないように症状や行動を把握して生活を支援することです。

認知症ケアの基本的な考え方

- ① できる事・できない事の正しい評価
- ② 回復可能性のある機能の回復努力
- ③ できないことは無理に行わない
- ④ できる事はなるべく行ってもらう

やわらぎ入所部では様々な認知症ケアを実践しています。今回はその中からバリエーションケアを紹介します。

バリエーションとは「検証・承認・妥当性の確認」などの意味を持つ言葉です。

福祉の現場では認知症の方とのコミュニケーション技法のひとつとして広く認知され、認知症の方が感じている世界を否定せずに寄り添い共感することを原則としています。

基本テクニクは14項目あり、今年度やわらぎ入所部では「アイコンタクト・リフレージング・タッチング」の手法に力を入れていきます。

■アイコンタクト

利用者様の真正面に座り、同じ目の高さで接し「あなたを受け止めます」というメッセージを伝える事を心掛けています。

■リフレージング

発せられた言葉の中でも特に重要な言葉を反復する事で、ご自分の思いがきちんと伝わったと感じてもらい安心感に繋がるよう心掛けています。

■タッチング

スキンシップで利用者様の感情に寄り添い安心感を与えられるよう心掛けています。

デイケアやわらぎでも、認知症予防・改善の取組を行っています。

■プリント

間違い探しや漢字パズル等、好きなものを選んでもらい脳活性のプリントに取り組んでいただいています。1日に何枚もされる方もおられ、人気の活動になっていきます。

■パズル

指先を使うことで、脳が刺激されて認知症予防効果が期待できます。デイケアでは簡単なものから難易度の高いものまで置いてあります。「パズルは頭を使うからいいわ」と集中して取り組んでおられます。

■カラオケ

脳や体の機能を活性化させて、認知症の予防や改善に効果があると言われていきます。歌うことが好きな利用者様が多くおられ、毎回違う歌を考えて来られる方もおられます。歌うのは苦手だけど聞くのが好きな利用者様は、口ずさんだり手拍子をされたりして楽しまれています。



食中毒とは

有害・有毒な微生物や化学物質等の毒素を含む飲食物や水などを人が口から摂取した結果として起こる下痢や嘔吐、発熱などの疾病の総称のことを言います。

全国の食中毒発生状況を見てみましょう。

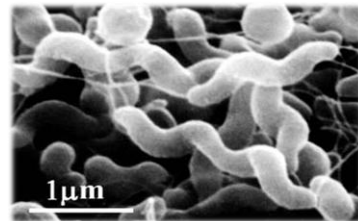
【左図】近年と比較すると増加傾向です。

新型コロナウイルス感染症対策が緩和されたことなどが要因と考えられます。

全国の食中毒発生状況



カンピロバクター



毎年多く発生しているカンピロバクターは少量の菌数でも発症します。生の鶏肉や牛肉が汚染源となることが多く肉の生食や加熱不足によって発症します。潜伏期間は2〜

7日と比較的長いのが特徴で、まず発熱、倦怠感、頭痛、めまい筋肉痛が起こり次に吐き気や腹痛におそわれます。その後、数時間から2日後に下痢症状が現れ水のような便が出ます。

米子市内でも6月に飲食店でカンピロバクターによる食中毒が発生し、発熱や頭痛、下痢などの食中毒症状が発症しています。

「新鮮だから生でも大丈夫」「お店で出されているから生でも安全」は間違いです！

食中毒予防方法

食中毒予防の三原則は、食中毒菌を「つけない・増やさない・やっつける」です。

次に、家庭で注意すべき6つのポイントを紹介します。

① **買い物** 賞味期限等の表示をチェック。

肉・魚はそれぞれ分けて包み、できれば保冷剤などと一緒に持ち帰りましょう。

② **保存** 持ち帰ったらすぐに冷蔵庫にしまってください。肉・魚は汁が漏れないように包んで保存しましょう。

③ **下準備** まず手を洗い、作業を始めます。冷凍食品の解凍は冷蔵庫で行い、ゴミはこまめに捨てましょう。

④ **調理** 台所は常に清潔にし、調理する前も手を洗ってください。電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにしましょう。

⑤ **食事** 食事の前も手を洗いましょう。盛り付けは清潔な器具・食器を使用してください。作った料理は長時間室温に放置しないでください。

⑥ **残った食品** 手洗い後、清潔な器具・容器で保存してください。保存する際は早く冷えるように小分けにし、温めなおすときは十分に加熱をしてください。

これらのポイントをきちんと行い、家庭から食中毒をなくしましょう！

デイケア 1日おためし体験のお知らせ

デイケアでは毎週月～金曜日9：30～15：30迄の時間でおためし体験を受け付けております。

※県内西部地区のコロナ発生状況により中止する場合があります。

対象者 ▶ 介護認定を受けられた方

内 容 ▶ 健康チェック・レクリエーション・グループ活動（体操・脳活性・創作）等

見 学 ▶ 個別リハビリ・施設内案内

費 用 ▶ 昼食（おやつ代込み）800円 **無料キャンペーン中！**

ご家族同伴・送迎（車イス可）も承っておりますのでお気軽にお申込みください。

【お問合せ】0859-31-0150（担当：河合）

面会ルールが変わりました！

直接面会について

【面会者】ご親族（1回30分以内）

* 感染対策のため面会する方は1度に2名様迄とさせていただきます。

* 左記の方はオンライン面会又は窓越し面会での対応となりますので、予めご了承ください。

・ 3名様以上で面会にお越しの方

・ 高校生以下の方

・ 体調不良の方や陽性者との接触歴のある方

【面会時間】平日14時～17時

* 事前予約は不要です。

* 週の回数制限はありませんが混雑回避のため、面会は入所者1名様に対し、1日2組まででお願いします。

ご利用者の皆様に安心して過ごして頂けるよう、引き続き当施設では最大限の感染対策に努めてまいります。

面会にあたりまして、大変ご不便をおかけしますが何卒ご理解・ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

また、新型コロナウイルスの感染状況により再度面会制限を強化する場合もございますのでご了承いただきますようお願い申し上げます。

ご不明な点がございましたら、当施設事務所までお問合せください。

Follow Me!

公式SNS

最新の情報をいち早くお届けします



Instagram



Twitter



Facebook



Blog



社会医療法人同愛会 介護老人保健施設

やわらぎ

〒683-0801 米子市新開4-11-13

TEL (0859)31-1000

FAX (0859)31-1003

Mail yawaragi@doaikai.jp

URL <https://yawaragi.doaikai.jp>

介護老人保健施設やわらぎ

検索



ご意見・ご感想等ありましたら
お気軽にお寄せください