

N家の介護便り 第3通

つい先日、退院する前の訓練帰宅がありました。  
 訓練帰宅とは、自宅で生活をしている間に困難だと思う事柄をメモに残して、退院までの間に病院でその対策を考えてもらうために必要な帰宅とのこと。「なるほど・・・」と感心してしまいました。

さて2泊3日の帰宅です。

病院から「室内用の四点杖を使って下さい。」と言われ使ってみました。絨毯の上ではバランスが悪く、お父ちゃんも力加減が上手くできず、立ち上がりの時点でまず転倒。これに懲りて「車イスにする。」と言い張ったものの移乗の際にストッパーを忘れてベッドと車イスの隙間に転倒。トイレは、最初は独りで成功していたものだから、調子にのった頃、座って用を足すのをやめ、立って用を足したまでは良かったが、ズボンを上げる瞬間バランスを崩して転倒。ものの見事に転倒のオンパレードですわ。

お父ちゃんももう笑うしかないって具合で、何かするたびに麻痺する以前の調子になってしまいがちらしく、そうすると必ず転倒するみたい。

だんだん家族を呼ぶ回数が増えてきたので、「これはイカン!!」とさっそくメモをとりだして・・・、『在宅生活するのに転倒は回避できないものになるとは思いますが、転倒した際、体勢をどうもどしたら自力で起き上がれるようになるのかを、色々なパターンを想定して教えてもらえると助かります。』と書きました。

早速予定が組まれ、お父ちゃん・お母ちゃん・作業療法士・理学療法士が揃ったところで実践勉強会をするそうです。

3月に入りお父ちゃんの誕生日があり、茶菓子を持って病室に行きました。実践勉強会の事を伝えると、「余計な事を書きやがって!!!」と怒られましたが、納得するまで話をし、その後こっそり誕生日祝いをしてきました。

デイ・サービス利用状況 (定期利用者数)

月	火	水	木	金	土	日
8名	7名	8名	8名	8名	8名	8名

お内裏様のお傍にいられて幸せ♡ 私達2人とも、玉子の殻で作ってもらったのよ。



<ナイス・デイの散髪セット>



<髪の毛を受けるためのえりまきをまいたところ>

恥ずかしいなあ

雛祭り



髪を切ってサッパリしたよ。

どうじゃ。ええ男になつたらう。



虎刈りじゃないぞ！ 笑顔が素敵じゃろ？



じいちゃんと僕は同じ頭にしてもらったよ



どうかしら？ 私はやっぱりシヨトが似合うかなあ



ナイスな勉強会 (今回のテーマ)・・・「待つ」

人と人とのコミュニケーションは、どちらかが待つことが大切です。世知辛い世の中、どうしても時間から時間で動く事が多くなっていますが、ヘルパーの仕事もその一つ。決められた時間で決められたこと(サービス内容)を行なうためにバタバタと行動することが多くなってしまうがちです。気付かないうちに利用者さんのペースではなくヘルパーのペースで行動してしまうことがあります。今回は、自分たちの行動を振り返りながら『待つ』とはどういうことにつながるのか、反省しつつ再確認する勉強会になりました。例えば。

- 《基本的には・・・》
- 《ヘルパーの行動時間を優先すると》
- 《ちょっと待ってみると・・・?》
- <生活援助> 食事に何をやるか相談。 → 冷蔵庫の中を見て判断してしまう。 → 体調を聞き、味付け等に配慮。調理中に味見をして頂く。 → 「こんなもんかな・・・」と調理終了。 → 何品か味を見てもらうことをする。掃除箇所や方法を確認。 → 汚れていると判断したところを掃除。 → どこから掃除したほうが良いか聞く
- <身体介護> 排泄の終了を声掛けで確認。 → 排泄中、「もう終わりましたか?」と聞く → 「お願いします」の声で終了を確認 着脱は可能な限り自立を促す。 → 服を何枚も重ね、手早くボタンをかける。 → 3つだけでもボタンかけをお願い 食事は一口の量を考えて介助 → 一口の量が少し多めになってしまう。 → 食事は食べたい順を聞き、量も加減

ヘルパーは、利用者さんに声をかけ、心の動きを待ちます。そして、からだの動きを待ちます。会話をするときは相手の言葉を待ちます。きちんと待って気持ちと身体が一致して初めてスムーズな行動や言葉につながるのだと感じます。無理矢理行なう介助や介護、そして返事を待てない会話は、脳・神経や筋力を上手く使っていただくことができず、結果的には生活リハビリにもならず、事故につながる可能性があります。、時間のある限り1秒でも時間をとり待つことを心掛けたいものです。

次回のテーマ・・・「尿もれ」

ナイス家の畑

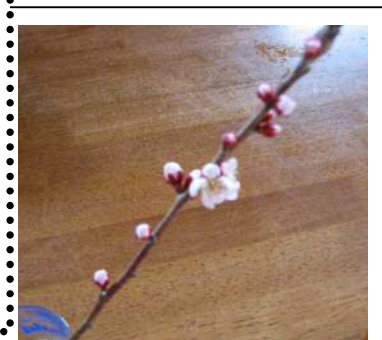
～ 今が旬 ～



おいらは“ブロッコリー”



わたしは“菜花”



庭に咲く“梅の花”

スタッフの独り言・・・

はじめまして!! サポート・ワン・サービスの一員として働くようになってもうすぐ1年になります。毎日があっという間に過ぎてしまっていますが、一生懸命頑張って少しでも役に立てれるようになりたいと思っています。我が家のような雰囲気の中で今後もハリキリますが、おっちょこちょいな面がありますので気が付いたら教えて下さい。



M・Sでした。

編集後記・・・

最近、三寒四温という言葉をよく耳にします。寒い日が3日、暖かい日が4日という天気サイクルが交互に来たら次は春が訪れるよ。ということだと理解していますが・・・今、まさにその季節ですね。髪を切って春らしく軽やかにと思うけど、寒い日もあるからやっぱりもう少し待とう・・・と思う。なんだか私の気持ちも三寒四温でハッキリしませんが、少しずつ外に出掛けることが苦にならなくなってきました。もう少しです、深呼吸して暖かい春を待ちましょう。