

問合わせ・見学 大歓迎！！

《利用状況 案内板 (★募集中★満員)》

★ナイス・ケア

★ナイス・デイ (定員 10名)

日	月	火	水	木	金	土
4	5	5	4	5	4	5

★ナイス・ホーム (定員 21名、現在登録者 18名)

★愛宕の家 (定員 17名中入居者 12名)

★つしま紹介所 (有料職業紹介)

★ナイス・キッズ (学童保育・託児)

《3月行事予定》

上旬 梅の花見
3日 ひな祭り
10日 外食デイ
20日 避難訓練
運営推進会議
(ナイス・デイ・ホーム)
28日 誕生日会

《不定期行事》

天気や意欲等で状況判断し、外出先一覧を参考に社会生活に参加します。

《教室案内》

・和太鼓 月曜日(年間 35回)

場所：愛西市川淵コミュニティ

・コーラス 水曜日(月 2回)

場所：喫茶てのひら

※職員やキッズ達の趣味活動を兼ねて各教室を発足。地域の方々にも参加していただけます。

各教室月謝制で、定員あり。詳細はお問い合わせ下さい。

個別支援を考える／ナイス・ホーム

利用者さんの24時間を見据えた暮らしの支援を掲げている小規模多機能型居宅介護での『通い』とは？を考える時、自宅での暮らし方を思い描きながら、『通い』での関わり方を考えていく必要があると思います。

今現在、午前中には全員参加を目標として、“健康体操・ゲーム・合唱”などを行っています。そして、午後の時間で、しっかりと個別対応ができるようにしたいとスタッフ間で話し合っています。

自宅で生活をするために、『歩行を安定させたい』という目標があるAさんは、足の筋力アップの運動や散歩で歩く機会を…。『最近、指の動きが悪くなってきた』というCさんとは一緒に指先を動かす手作業を…。『一人暮らしで家では誰とも話しをしない』というBさんとは、みんなで話しをする事で、脳への刺激、発語の機会に。

全てを個別で対応するという事は環境的に難しいかもしれません。そして、ずっと同じ目標ではなく、達成できれば新たな目標を見つけることも必要です。日々の関わりの中での変化はケアマネに報告し、計画書に盛り込み、実践に繋げていきます。「今日は頑張れたな」と有意義な時間を過ごしてもらえよう、工夫していきたいと思っています(E・T)



充実の感じ方／愛宕の家

「愛宕の家」というのは生活の場であり、自分の家にいるような気持ちで、なるべくのんびり自由に過ごしていただいているのが基本です。ただ、いくらなのんびりと言えども、ボーっとしているだけという状況は好ましくないで、一人ひとりの体調に合わせて、家事のお手伝いをお願いしています。タオルたたみ、おしぼり巻き、新聞紙畳など、簡単な手作業や、一緒にお茶を飲みながら、テレビを見たり、みなさんの若かり頃の話や、時にはことわざクイズやしりとりをして過ごす等々…。果たして、これが入居者さんにとって、充実した時間になっているかどうかは、正直分からない部分があります。入居さんの中には、敷地内のデイサービス(ナイス・デイ)や外部のデイサービスを利用している方がみえますが、帰ってこられた時、「今日は何してきたの？」と聞くと色々教えてください、楽しい思い出を話されると安心します。ある時、ある方が「いつも同じことばかりで…」と苦笑いしてみえる事がありましたが、おそらく、どこのデイサービスも趣向を凝らし、色々なレクリエーションに取り組み、少しでも充実した時間を過ごしてもらおう工夫をしていると思いますが、利用者さんにとって、感じ方は人それぞれ。全ての人に満足してもらおうことは本当に難しいと思います。だからこそやはり、愛宕の家では、基本、のんびり穏やかに過ごしていただきたい。自宅で寛いでいる気分になっていただけるようしたい。これもまた現実にし難いことなのだろうか？そのためにはまず、お母さん役である私が、寛げる雰囲気を作らせているかどうか問われるところ。(汗)(K・T)

Tさんとの想いで…／S・O・S

約6年ほど前、ナイス・ホームへの登録をきっかけに、愛宕の家に入居されていたTさんが、3月初めに亡くなりました。長い間の、Tさんの存在はスタッフ一同にとって、心とむ存在であった事が、今想い出されます。入居当初は、帰宅願望が強く、健脚であったために、スタッフを困らせることもありましたが、「奥さん、掃除をするからほうきとちりとりをちょうだい」から始まり、周りの掃除をしながら、他の利用者さんたちとの距離を保つ事が、彼女の愛宕の家で落ち着ける方法だったのだと思います。外に出れば、道端の草花を摘みながら、止まる事なく、足早に歩き、同行するスタッフの方が疲れてしまうほどでした。その健脚ぶりは92歳まで続きました。若かった頃からよく働き、家主さんに対し、「奥さん」と呼ぶことは最期まで続き、動く事をいとわず、周囲の人に物を快く、提供し、恥ずかしげに笑う。認知症の進行とともに、怒りっぽくなった事はあったものの、どことなくかわいらしく優しいTさんでした。長い間、お疲れまでした。安らかに天寿を全うされました事、スタッフ一同、心よりご冥福をお祈りいたします。合掌(Y・I)

老々介護／ナイス・ケア

玄関を開けると、玉子焼きの良い匂いがした。ご主人お手製の玉子焼き。1日の大半をベッドで過ごすKさんのためにご主人が作った力作。

老々介護という言葉が頻りに聞くようになった今、まさしくKさん宅もこれに当てはまる。遠く離れて住む娘さんは、週に数回、帰省してみえますが、日常的に雑炊、味噌汁を作るのはご主人の仕事。Kさんが病で倒れてから覚えた玉子焼き、食事だけでなく、生活全般にわたり家事をこなしてみえます。高齢に加え、腰痛持ちのご主人には重労働。でもそんなことを感じさせず、いつもKさんに優しい言葉をかけているご主人を見るとヘルパーとして何をすべきかと考えさせられます。排泄交換、食事介助を中心としたサービスを行っています。その合間のご主人とのちょっとした会話、そんな会話でも息抜きになるのかなとも思います。Kさんご夫婦に限らず、他にも頑張っているご夫婦がみえます。ヘルパーが伺うのは一日の中のほんの僅かな時間。でもその僅かな時間で、自宅での介護を続けていける一部になれる、そんなサービスを行っていきたくと思っています(H・A)

転倒予防の研修に参加して／S・O・S

65歳以上の3人に1人は1年間に1回以上転倒する。平成28年10月時点で65歳以上の人口は3459万人となっており、単純計算で年間1000万人以上の方が転倒している事になるという報告があります。転倒＝身体機能の低下と考えがちですが、認知機能の低下も大きく影響していると言われています。人間が行動に移すためには、目的動作に対する最適な運動を脳で考えます。行動に移し、運動結果から調整を脳で行う…を繰り返しています。従って、認知機能が低下していくとスムーズな行動が出来なくなり、転倒のリスクが高くなるというわけです。また、『一人で歩いていたら危ない。この場所は危険。』などの周囲の状況判断も難しい場面もでてきます。転倒予防対策としては、転ばない能力を身につけることが必要と言われ、そのために、二重課題運動が効果的と説明がありました。例として●椅子に座って足踏みをしなが、声に出して数を数える ●立って、足踏みしながら数を数え、3の倍数で手をたたく 運動機能と認知機能を組み合わせて行う運動ですが、意識してみると、日常生活の中にもたくさん当てはまる行動があります。筋力低下の予防と共に、認知機能の低下にも意識して取り組むことも必要だと学びました。(E・T)

春のおとずれ



実技研修

太鼓も介護も通ずるもの…／打太鼓

打太鼓の練習は、まず基礎練習から始まります。『テンポやリズムを変え打ち込む』、『しっかり手を上げる等のフォームに気をつけて打つ』等、ひたすら打ち込む練習。しかし、私の指導力不足でなかなか前に進めず、練習方法模索中。そんな中、ある太鼓屋さんに、『太鼓にとって大切な“練習”とは何か？』という目から鱗な話を聞いた。『打ち込むことは大事！でも、もっと大事なことは、太鼓の音(声)を聴いてあげる事。』太鼓を打てば「余韻」が響きます。その余韻が完全に消えるまで五感を研ぎ澄まして聴いてあげる。それは、太鼓の「音」=「声」すなわち「言葉」なのです。打つという行為は太鼓に自分の想いを伝える事。太鼓の音(声)を聴くと言う事は思いを受け止めること。それを繰り返す事で、太鼓の音が聞こえるようになり楽しくなる＝上達する…。なるほど、伝えっぱなしではコミュニケーションは成立しない、上手にならないという事。コミュニケーションに関しては、介護の世界と全く一緒ではないだろうか。自分が伝えたら、相手の話もことごとく聴く。介護でも太鼓でも、一方通行ではなく、コミュニケーションを成立させて、突き進もうではないか。と意気込みが沸いてきた。太鼓も介護も頑張らねば！(R・W)

安全な移乗の指導中。



月2回は腰痛予防対策として、介護スタッフの個別体カトレーニングの指導も受けています。

介護プロフェッショナルキャリア段位制度進行状況

《段位取得者》
1～4期生 (11名)
《技術評価中》
6期生 (4名)

《編集後記》

来月は新年度となり、介護保険の改正もあります。新たな気持ちで新年度を迎えられるよう、年度収めの作業をきちんと終えたいものです(Y・O)。

SOS通信はホームページへの掲載と合わせ、地域関係者や事業所、ご家族様へも発送しています。

3月の発送部数 105部