



近所の愛宕神社まで散歩・休憩してからデイに帰ります。

デイ・サービス利用状況 (定期利用者数)

月	火	水	木	金	土	日
6名	8名	8名	8名	7名	6名	6名

●痴呆の早期発見 兆候あったらすぐに受診を

痴呆の早期発見の大切さが注目されています。痴呆を早く見つけることで、本人が将来の人生計画を進めることができ、家族の介護負担も大きく軽減できるからです。

早めに受診すれば治る痴呆もあります。薬剤が原因の痴呆など、痴呆に1割は治療可能だと言われています。また、アルツハイマー病の場合も、進行を遅らせる塩酸ドネペジル (アリセプト) という薬も出てきました。以下は、痴呆を疑うチェックリストとして東京都老人研究所「老研痴呆プロジェクト情報」からの抜粋です。

- ・同じことを何度も言ったり聞いたりする。
- ・慣れているところで道に迷う。
- ・財布を盗まれたと言って騒ぐ。
- ・以前よりだらしなくなった。
- ・夜中に急に起きだして騒いだ。
- ・置忘れや、しまい忘れが目立った。
- ・計算の間違いが多くなった。
- ・物の名前がでてこなくなった。
- ・ささいなことで怒りっぽくなった。
- ・時間や日付が不確かになった。
- ・水道の蛇口やガス栓の締め忘れが目立つ。
- ・テレビドラマの内容が理解できない。
- ・以前よりもひどく疑い深くなった。
- ・薬の管理ができなくなった。

以上の項目に当てはまると言って、すぐ痴呆と結びつけてしまうのは一概には言えませんが、参考までに。

●高血圧といわれたら...家庭で定期的測定を

高血圧と診断されている人は、日本人の4分の1にあたる3000万人にも上ると考えられているくらい多いそうです。

その理由は、医療機関に行き、医師や看護師の前で血圧を測った時に、緊張で血圧が大幅に上がる「白衣高血圧」が多いからとのこと。

血圧は日々刻々と変動します。ご家庭で、朝晩など1日2回、決まった時間に測ると変化が分かりやすいです。その記録を医師に見せ、アドバイスを受けることもひとつの手です。薬の変更や増減など、きめ細かい治療が受けられると思います。

薬が不要になる人がでてくるかもしれませんね。

私、
かわいい？



腹話術のボランティアさんがきてくださいました

こんにちは



あらあら、
結構重いわね！



わしは何をやらされるんじ
や
・これは手遊びよ



言葉遣いにも気配りを...

毎日介護をしていると、つい言葉が過ぎたり、きつくなってしまったり。そんな経験はありませんか？
 会話で人間関係が始まり信頼が生まれます。そして、信頼できる相手だからこそ自宅に入ることも、体を触らせてもらうことも出来るといえます。

ヘルパーとして (人としても) 会話はとても大切な技術の一つなのです。今回は、改めて言葉使いを確認することにしてみました。

- ①指示・命令語でしゃべっていないか？
 例)「食べて!」「洋服は自分で着て!」
- ②禁止・否定語を使っていないか？
 例)「何で電気をつけるの。」「いつまでも寝ていてはだめでしょう。」
- ③不必要な指摘や、とがめ、愚痴、いやみを言っていないか？
 例)「体重が増えたんじゃない?」「また、トイレなの!?!」「どうしていつも残すの!」
- ④強要、強制的なしゃべりかたをしていないか？
 例)「自分でやらないと動けなくなっちゃうよ!!」

等々、何気なく言葉にしていることが、利用者さんや家族等、周囲の人に不快感を与えていることが多々あるのではないかと...では、どのような言葉で伝えると良いのか、と振り返ることができました。

「言葉の重さ・大切さ」を考えながら、楽しく・心地の良い関係を保てるように心がけたいと思います。

みんなのリサイクル情報

- 石鹸、洗剤、洗面用品たくさんありがとうございました。引き続き、車椅子・帽子・シャンプー・リンス・石鹸等お譲り下さい。
- その他、譲りたい譲られたい方募集しています。サポート・ワン・サービスが仲介します。

ナイス家の畑

~ うまいぞ ~



今が食べ頃の枝豆ちゃん



間引きした大根葉は軽く塩揉みしてご飯と一緒に食べちゃうぞ~!!

スタッフの独り

私には「前のおばあさん」と呼ぶおばあさんがいます。現在93歳です。今でも畑仕事、内職などを行っています。小さい頃から、私はそのおばあさんが大・大・大好きです。だから今私は、ヘルパーと言う仕事をしているような気がします。

お年寄りが笑っている顔が好き!!
 これからも、いっぱい、いっぱい笑ってもらい、その笑顔からパワーをもらい頑張っていきたいです。



T・Y

編集後記

衣替えも過ぎ、朝晩過ごしやすくなってきましたね。

私の家の近所から、金木犀のいい香りがしてきます。何か物悲しい気分になってしまうのは私だけ?

秋の夕暮れというのは何でこんな寂しくなってしまうのか不思議です。これも、日本に四季があるからこそ感じられるものなのでしょうが?

コスモス、彼岸花、菊と秋の花も今、まさに満開。散歩に出掛けるいい時期ですよ。