



● 食べる力を引き出す

「食べる」と「幸福感」

食欲がない＝体調が悪い？
 というイメージを持ちます。
 食べることは、生物の根源的
 な欲求のひとつです。認知症
 の利用者様にとつても、当
 然、食事は楽しみのひとつで
 す。食事をとおして、ヒトと
 しての幸せを感じてもらおう
 ことが大切です。

■ 食事が中断しがち

〈行動の混乱〉

食器の数を減らしたり、コ
 ントラストのある配置にし
 たり、小鉢で順番に食事を出
 していくなどにより、混乱要素
 が減って、食事の動作が高ま
 ることとなります。

〈注意分配の混乱〉

ヒトが動いていたたり、周囲
 の物音がしたり、窓の向こう
 を車が通り過ぎたりすること
 で注意が他に移ってしまうこ
 とがあります。

〈視空間認知の混乱〉

病状によっては、幻覚が見
 えたり、食材と異物を混同し
 てしまうこともあります。あ

らためて、盛りつけし直す等
 により、安心を感じてもらっ
 ことが大切です。

■ 食事ははじめられない

〈行動開始の混乱〉

食事を前にしても、どうし
 たら良いか分からなくなつて
 しまうこともあります。取り
 繕って困っていることを表現
 しないこともあります。自然
 なお声かけをしたり、お箸を
 渡してさしあげるなどのきつ
 かけ作りが重要です。

〈食物認知の低下〉

風味や香りは食欲に影響を
 与えます。年齢とともに嗅覚
 や味覚が衰えることはありま
 す。健康上の制約がなければ、
 味や香りの強いものを提
 供することも考えてみましょ
 う。また、井モノにすることに
 で、ごはん(白米)の摂取に
 もつながります。
 (参考) 認知症ケア最前線)



■ 11月あれこれ

▽ 菊祭り

楽寿園の菊祭りに外出企画
 で行きました。なかなかの見応
 えでした。



「雨が降らなくてよ
 かったねえ〜」
 「見事だねえ〜」

▽ 三信ギャラリー

目と鼻の先に「三信ギャラ
 リー」があります。
 芸術の秋ではあ
 りませんが、お散
 歩がてら時々よら
 せていただいてお
 ります。



▽ ミニ調理企画

だいぶ恒例になつてきまし
 た。みんな
 で作ると楽
 しさも、美
 味しさも倍
 増です!



「あら、あなた上
 手ねえ〜」

◆ 12月以降のお休み情報

12月	23日(月)	祝日ですが通常営業
	29日(日)	日曜日ですが年内最後の営業日となります
12月30日(月) ~ 1月3日(金)		年末年始のお休みをいただきます。
1月	13日(月)	祝日ですが通常営業

◆ ご利用可能情報

お気軽にご相談ください。

デイサービス若芝 (小規模対応型通所介護)

住所: 三島市芝本町 1-1-32

(三島信用金庫 本店営業部裏手)

電話: 055-983-0808 (渡部(わたなべ))

定員: 10名

営業: 月~土 (曜日曜・祝日・年末年始)

サービス提供時間: 9:15~16:30

〈ふじしろ/若芝 デイグループ〉

職員: 介護福祉士6名、ヘルパー1級1名、
 看護師2名、社会福祉士3名、ケアマネ2名

<http://www.com-work.jp/>

介護予防サービスの今後

●介護予防サービス 市町村の総合事業へ

介護保険法の改正に向けて様々な議論がされています。いわゆる「要支援（介護予防）」といわれてきた支援を必要とする高齢者のサービス利用について、ある程度の方性が固まつてきました。

■予防給付の見直し

要支援者がサービスを利用した際には保険給付がされてきましたが、一部のサービスを市町村の総合事業へと移管し、地域支援事業として運営していくこととなりました。サービスの利用料が保険給付されないものが出てきます。

■地域の実態に合わせて

地域の実態にあわせて柔軟なサービスの特徴を持つて提供していくこととなります。社会との関わりの方として利用してきた「通所介護」サービスは、ボランティアやNPO法人等が提供するコミュニティが代行することになるかもしれません。同様にちよつとした支援だけでも重宝されていたかもしれない「訪問

介護」についてもボランティアやNPO法人、地域住民との連携等による生活支援サービスに置き換えられていきます。

移行期間は設けられますが、これまでのような保険制度に従ったサービス利用というよりも、市町村や地域の創意工夫による代替手段や総合的な新サービスによって補われていきます。

■通所介護／訪問介護

多くのサービスがある中で、保険給付の対象から外れたのは「通所介護／訪問介護」の2サービスだけとなります。利用頻度が高いサービスなだけに、スムーズな移行が進むことを期待します。

一方で、移行先となる総合事業とは？ まだ「絵に描いた餅」状態といえます。私たちサービス提供事業者も受け皿として何ができるのか？何をすべきなのか？を真剣に考えなければなりません。保険財政は逼迫しています。高齢者の数は右肩あがりです。時間は待ってくれませんが。

（参考…厚生労働省HP）



食の豆知識

一日酔い予防

お酒を飲む前に梅干しをかじっておきます。飲んでいる間は、良質のタンパク質や塩のきいたつまみを一緒に。飲んだ後は、代謝を活発にしてくれる干し柿、翌朝は解毒作用のある味噌汁をどうぞ。

旬をいただく

春菊

春に黄色い花を咲かせるため、この名が付けました。免疫力をアップさせるカロテンはほうれん草以上。脂質の多いゴマ、ナッツ、豆腐、ごま油と和えると吸収率が上がります。独特の香りは胃腸の働きを強化し、鉄分も豊富です。



食養生

風邪

寒気を感じたら、まずは少食に。暖かいモノを中心に摂ると、血液がキレイになり、治りが早くなります。

また風邪は体からの「疲れ」のサインです。しっかりと休養をとりましょう



年越しそば

おうちで手づくり

今年の大晦日は手打ちそばに挑戦してみませんか？十割りそばはさすがに難しいですが、六割りそばなら意外と簡単にできます。かけそば、つけそばも、醤油・料理酒・だしだけで美味しく作れます。

※参考：海の精クラブ

<http://www.uminosei.com/ryohri/>

