



## ●高齢者介護の今後

去る6月4日に「日本創世会議」の提言がありました。簡単に言うと2025年には「介護施設が不足する」というものです。既に都心部では施設入所待ちの高齢者が数万人もいるという状況ですが、10年後には関東地方から名古屋にかけての東海ベルト全域で不足感が強まっていくというものです。

### ■いずれにしても・・・

高齢者は増える。労働人口は減る。介護従事者が足りない。さらに施設そのものが足りない。「言われなくても薄々とは、そうなんだろうな」と誰もが感じていたことかもしれません。今回の提言は、賛否両論だと思いますが、ひとつの分析結果として真摯に捉えていく必要があると思います。

都市部から地方へ移住すべきだ！という提案は、具体的な方論や当事者の感情論も考えなければなりませんので、十分な解決策にはなっていません。しかし、いずれにしても・・・今のまま漫然と時間だけが経過してしまうことだけは間違いありません。

せん。事業者も国の制度に頼ってばかりはいられません。自立した事業所になるための努力や工夫をしていかなければなりません。

図表1:医療・介護に余力のある41地域



(日本創世会議より)

### ◆街中ほっとサロンの展示

中央町の大通り沿いに「街中ほっとサロン」があります。皆様が日々の活動の中で制作した作品が展示されます。お時間の許す中で是非、お立ち寄り頂き、作品をご覧ください。



## ■5月あれこれ

### ▽活気ある時間

過ごしやすい日が続きました。エネルギー満タン！創作や料理企画など活気ある時間を過ごすことが出来ました！

### ●手作り柏餅

端午の節句で柏餅作り！フキを使った調理企画！最後はおいしく頂くのみですよ。



### ●創作活動

「なんだ、かんだ」言いながらもみんなで取り組みば楽しさ倍増でしたよ。

「柏餅を自分で作ったのは初めてだわ！」  
「フキは茹ですぎると駄目だからね！」



## ◆夏場にかけてのお休み情報

6月	お休みは日曜日のみです	
7月	20日(月)	祝日ですが通常営業
8月	15日(土) ~ 17日(月)	【三嶋大社のお祭り】16日(日)が通常どおりのお休みです。お祭りの影響で送迎時間等でのご協力をお願いすることがございます。

◆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11-32

(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 (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、認知症ケア専門士5名、看護師2名、社会福祉士2名、ケアマネ3名

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

# 認知症を知る(十三)

## ●心理的ニーズを考える 〈内的世界の理解〉

認知症の方の心理的ニーズとはなんでしようか。きつとウッドという研究者は考えました。

「くつろぎ」  
緊張しないでいることができる。リラックスしていられる状態です。

「自分らしさ」  
他の人ではなく、その人がけがもっているもの

「結びつき」  
他の人と違って特別に感じている愛着やこだわり

「自らたずさわる」  
やってもらうだけではなく、自らなにかを行うこと。自ら携わること。自分も何かをしたいという気持ち

「社会との関わり」  
のけ者にされるのではなく、周りと自分がつながっているという気持ちで過ごせること

認知症という症状だけを見てみると限界があります。しかし、「人」と捉えると、ケアの可能性が広がっていきま

す。(当然のことですが)  
「認知症だから・・・」と考えて周りが限界を作ってしまったていのは。〇〇様のためにこんなことが出来るのでは？ こういう方法であれば、一緒に笑顔で取り組めるかもしれない！心を交わす内的な関わりがスタートなのです。

(参考:「認知症の人を知る」より)

- ① くつろぎ: comfort  
緊張感がなく、リラックスしている状態
- ② 自分らしさ: identity  
他の人ではなく、その人だけがもっているもの(その人らしさ)
- ③ 結びつき(愛着やこだわり): attachment  
その人が他の人と違って特別に感じている愛着やこだわり
- ④ 自らたずさわること: occupation  
一方的になにかをしてもらうのではなく、自分もなにかをしたいという気持ち
- ⑤ 社会とのかかわり(共にあること): inclusion  
のけ者にされるのではなく、周囲とつながっているという気持ち



### 食の豆知識

#### 和菓子の日

6月16日は和菓子の日。平安時代の嘉祥(かしよう)元年、16種類の和菓子を神前に供えて疫病払いを祈ったことが起源で、「嘉祥の日」とも言います。この日、和菓子を食べると福を呼ぶと言われています。



#### 旬をいただく

#### ピーマン

とうがらしの辛味をなくした夏野菜です。熱でも壊れにくいビタミンCが多く、黄や赤のピーマンはレモン以上の含有量で、肌荒れや疲労回復にプラス。香りの元のピラジンは血栓予防に働き、ガン予防に有効なカロテンも豊富です。



### 夏の食事のポイント

料理は強火でシンプルに  
強火でサッと火を通したシンプルな味付けがおいしいです。スパイスをきかせると食欲が増します。



#### たまに熱いもので汗!

たまには煮込んだうどんや熱い味噌汁で、体の心をしつかり温めておくといいです。内臓が温まって、一気に汗をかくと、暑さにたいして体が楽になります。



### おうちで手づくり

### 梅干作り

毎日の健康に欠かせない梅干を伝統海塩で手作りしましょう。クエン酸と塩がバランス良く、様々な薬効があります。手作り梅干を一日一粒食べて、体も心も元気いっぱい♪



※参考:海の精クラブ  
<http://www.uminosei.com/ryohri/>