



● 風情・情緒を楽しむ

〇〇の秋

10月に入り、肌寒さを感じる日も増えてきます。いよいよ夏も終わり、秋の足音が聞こえて来るわけです。春と秋は私たちがスタツフにとつても腕の見せ所です。利用者様の心へ訴えかけるテーマが盛りだくさんだからです。

■ 〇〇の秋

「読書の秋」「食欲の秋」「スポーツの秋」：様々な表現がされますが、何をやっても【すがすがしい気持ち】になれる季節だからだと思います。

こんなチャンスに胸が高鳴ります。「〇〇様に絶対に喜んでもらおう!!」「〇〇様と一緒に取り組もう!!」

新米を食べよう。散策に行こう。雰囲気ある作品作りに取り組もう。既に話し合いは始まっています。



外出企画も準備しております。ご家族様のご負担にならないように考えていますが、ご不明な点がございましたら、ご遠慮なくお問い合わせください。

◆ マイナンバーが始まる

10月中旬から11月初旬にかけて「マイナンバー」の通知カードが各家庭に簡易書留にて届きます。これは左図のような紙に印刷された通知書となりま



【おもて面】

今後、各種行政手続きに「マイナンバー(個人番号)」が必要になってきますので、紛失することのないようにご注意ください。尚、右図の通知カードだけでは身分証明書としての役割は果たしませんので、併せてご注意ください。

■ 9月あれこれ

▽ 一味違う敬老会を

今年は一味違う敬老会としました。当日ご参加のご利用者様のみのお渡しとなりましたが、お一人ずつの生い立ちを取材し、個別の「敬老かわら版」として、自分史を作りました。初めての取り組みでしたので拙い点多々あったかと思いますが、いかがでしたでしょうか。



皆様の人生をお伺いするよい機会をいただきました。

▽ それぞれの活動

活動ひとつも個性を大切に。



お茶をたてたり、お饅頭を作ったり、オレンジサロン(本町)にも出かけました

◆ 年末にかけてのお休み情報

10月	12日(月)	
11月	3日(火) 23日(月)	祝日ですが通常営業
12月	23日(水)	
	12月30日(水) ~1月3日(日)	年末年始のお休みをいただきます。

◆ 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/>

認知症の方の家族を支える(3)

●介護する権利

介護される権利

■プロに任せるべきか？

平均寿命から健康寿命を引いた数字を平均介護期間とすると、2013年時点で男性は約9年、女性は約12年となります。在宅介護を中心にした政策により、在宅介護期間も長くなって、家族介護者の負担の増加は以前から指摘されてきています。ある社会学者がある投稿記事を紹介しています。

「医者の間では、自分の家族を自分で診ると、情が絡んで必ず誤診するから、他人の医者に診てもらわなければならないというのが昔からの常識だ。介護に關しても同じことが言えると思う。家族の情が本人の自立を妨げることがある」

介護保険制度の導入により、介護が

『外部化(サービス利用)』『社会化(世の中の制度)』された意義は大きい。一方で家族が介護する意義としては、「情緒的満足」や「心の安らぎ」が尊重されるべきで

す。歴史的背景も踏まえながら現在の制度の中で両輪として組み合わさって行くことが重要です。

「介護はプロがすべき」「介護は家族がすべき」

の極端な論理を突き詰めるのではなく、ケアマネージャーや相談員などが調整役として活躍していかなければなりません。

■介護される人へのまなざし

家族が介護をするにしても、それを決めるは「介護されるご本人様」であることが、本来あるべき姿です。しかし、認知症ケアにおいては、その決断は現実的には難しいといえます。

パーソン・センタード・ケアでは、「その人らしさ」を実現するためのケアを構築していくこととなります。介護する側の人間が、「介護される側の人間の「その人らしさ」を追求しなければなりません。ひとりの人としての権利がそこにはあります。」

(「認知症の人の家族支援」より)



食の豆知識

酒造元日

10月1日は古くから「酒造元日」と言われ、新米をつかった酒造りを始める日。寒い冬を越して2月頃「新酒」ができません。お米の収穫後、酒造業は寒仕込みに忙しくなります。

旬をいただく

しいたけ

年中出回っていますが、秋と春がもっともおいしいです。しいたけ特有のアミノ酸はコレステロールを抑えて、高血圧予防と改善に働き、食物繊維は免疫機能を活性化させ、生活習慣病の予防に有効です。ビタミンDのもとになる成分も豊富。



食養生

肌荒れ

周期的に生まれ変わる肌が荒れるのは、その新陳代謝が滞っているから。まず老廃物の多くなる食品(動物性食品、油脂類、酸化しやすい粉もの(パンやお菓子など)を減らしましょう。はとむぎ、葛、ふのり、きくらげ、ゴマを積極的にとり、肝臓などの働きをアップして、きれいにしましょう。



テーマ食材

車麩

良質の植物性タンパクが豊富な車麩を、醤油や味噌でじっくり煮込むと、食べ応えもあって、味&ボリュームともに満足のいく料理ができます。しかも植物性なのでヘルシー。食欲の秋にうれしい食材です。

