



## ●1年間ありがとう

### 1じぶんまつだ

早いもので、平成28年も12月を残すのみとなりました。デイサービス若芝の5年目のシーズンも終わろうとしております。

### ■真摯さが基本

あつという間の1年でした。開所した5年前を振り返っても、同様に「もう5年経ったの？」という感想です。

5年間をともに過ごした利用者様もいらつしゃいますし、この12月から新しくお迎えさせていただいた方もおります。個性豊かな利用者様に囲まれて、介護職としての喜びを日々感じている次第です。

人の繋がりとは本当に不思議なもので、縁あって時間をともにすることになった仲間です。空間をとにもする仲間がいるからこそ、笑ったり、頑張ろうと思ったりすることが出来るのだと思います。私たちが出来ることは、繋がりがスムーズに流れるようにフォローさせていただきます。淡々とした日々や、強引な空間作りでは、白々しい気分にも

なりません。真摯さを基本に持ちながら、「よりよい空間・繋がり」を食欲に追い求めるからこそ、その気持ちを利用者様へも伝わって、中身の濃い時間になつていくのだと思います。未熟な点も多い事業所です。来年もご指導の程、よろしくお願いたします。



### ■感染予防

インフルエンザ等、感染症に注意する季節となりました。うがい・手洗いなど、面倒くさいことかもしれませんが、感染してしまつと、もっと大変な日々になります。コツコツ予防が最善の結果に繋がりますので、頑張つていきましよう！

事業所での情報もお伝えしてまいりますので、是非、ご家族を含めて、ご自宅での体調の情報を教えてください。ご家庭と連携して感染予防や拡大防止に努めていききたいと思ひます。



38℃以上の突然の発熱

### ■11月あれこれ

#### 毎年恒例 きく祭り

今年もみなさんで菊祭りに行つてきました！作品は本当に立派ですね！



#### ▽それぞれの活動

囲碁のボランティアさんとの一局。ちよつと頭を使ったサイコロゲーム。調理企画は慣れたものです。



↑里芋の皮だって剥いちやいますよ！！  
「サイコロなんて久しぶりに振つたわねえ～」  
↑  
囲碁のボランティアさんは、もう気心の知れた仲間です！  
「ま。。。まいったあ～」 →

### デイサービス若芝(地域密着型通所介護)

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10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4名

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

### ◆年末年始のお休み情報

12月	23日(金)	祝日ですが通常営業
	12/30(金)～1/3(火)	年末年始のお休みを頂戴いたします。
1月	9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。

# 認知症ケアの工夫 入浴編(6)

## ●入浴拒否への工夫

認知症という病気を理解することと合わせて、「人」に焦点を当てたアプローチも大切です。

### ■事例

友人と楽しそうに談笑しているBさんにスタッフが「お風呂に入りませんか」と声を掛けるところ、Bさんは表情を硬くして「お風呂なんか入らない！」とのこと。翌日は、スタッフの顔をみるなり「お風呂は入らないっていつているでしょう!!!」

### ▼信頼関係を作る会話

Bさんは、いつも「お風呂」の話ばかりしていたのです。入って欲しいというスタッフの都合が透けて見えて



しまった結果として、Bさんから先制パンチを食らったわけです。

### ■理由は認知症とは限らない

皆さんは他人の介助を受けるとした場合に、入浴(裸をみせる)や排泄(トイレに入られる)に対して抵抗はありませんか?とても自然な感覚だと思います。友人の前で「お風呂に入ろう!」と促されたら気分が悪くなりますね。トイレに知らない人が入ってきたら驚きますよね。

介助ばかりに意識をとらわれないで「良いケア」はできません。いろいろな話をして、顔を覚えてもらって、お互いにニコやかにコミュニケーションが取れる関係を作ることから始めてください。認知症という疾患をもっていますが、私たちよりも長い人生経験を積んでこられたひとりの「人(人生の先輩)」であることを理解した上で向き合うことが大前提です。『認知症メガネ』は厳禁です。

(「認知症ケア最前線」より)



## 食の豆知識

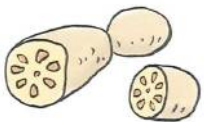
### 新巻鮭は高級ギフト

お歳暮の定番「魚は殿様に焼かせよ」という「新巻鮭」。江戸時代、津軽松前藩が将軍家に献上して広まったとか。塩も蝦夷(北海道)の鮭も貴重で高級品。小林一茶も塩鮭を句に詠んでいます。



### 旬をいただく レモン

ビタミンやミネラルが豊富で、美肌や風邪予防に効果があり、アクの成分、タンニンには抗酸化作用があります。もともと漢方薬として用いられ、いまでもせき、たん、のどの渇きの改善に使われます。



## 食養生

### 二日酔い

お酒を飲む前に梅干しを食べておくと二日酔い予防になるとか。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。締めを食べたくなったら、脂肪分の多いラーメンよりソバ。飲んだ翌朝は解毒作用のある大根の味噌汁を。具無しでもOKです。



## おうちで手づくり

### 味噌づくり

冬からの寒暖の変化が、味噌の発酵熟成を助けてくれます。夏を越えて、涼しくなった秋から食べられるようになり、翌冬を待つとおいしさが増します。

※参考：海の精クラブ

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

