

## ●避難場所の確認

記録的な雨や、想定外のドシャ降りなど、「もしもの時の避難」というケースが私たちの身近に迫っています。

### ■避難場所を知っていますか？

三島市では全体を14の地域に分けて避難場所を指定しています。同じ地区でも住所に応じて、避難先が小学校だったり中学校だったりするようです。

#### ▼全部で23避難所

- 小学校…14カ所
- 中学校…7カ所
- 高校…2カ所

ご自身の住所が、どこの避難所になるのかを確認しておきましょう。事業所の避難所は次のとおりです。ご自宅まで安全に送ることができない場合など、一時的に避難所に行くこともあります。ご確認ください。

- ふじしろデイ…三島南中学
- デイ若芝…三島北高校



## ■三島のお祭り

三島のお祭りが

8月15日(火)～17日(木)

となつております。いつも通りの送迎が出来ないことが想定されます。お住まいの地域によつては、いつもと異なる送り迎え方法をお願

いすることがあるかもしれませぬ。また、ご自身の地域は影響がなくても、同乗されている方も含めての送迎ルートとなりますので、時間が前後することもあります。皆様のご理解の程よろしくお願いいたします。



## ■運営推進会議

半年に一度の運営推進会議の開催が近づいております。別途、ご案内をさせていただきます。事業所の活動の発信や地域との情報共有など、今回が3回目となります。

### 〈開催予定〉

ふじしろ…9月20日(水) PM PM  
わかしば…9月21日(木) PM PM



## ■7月あれこれ

▽暑さに負けるな!

暑い日が続きます。でも若芝の熱気は夏の暑さよりもすこいかも:皆様、本当に活気があつてすごいです。

### ▽創作意欲が素晴らしい

お昼も、おやつも、壁面も、なんでも作ってくださいます。



右上:調理(男性です!)  
右下:壁面創作  
中上:涼しいおやつ  
中下:壁面創作  
左上:散歩に行ったらカルガモ親子がいました!



## ◆秋口にかけてのお休み情報

	11日(金)	祝日ですが通常営業
8月	15(火)～17(木)	三島大社のお祭りで混雑の影響で送迎時間が前後することがございます。
9月	18日(月)	祝日ですが通常営業
	23日(土)	祝日ですが通常営業
10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。

## 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(困日曜・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/>

# 認知症ケアの工夫 疾患別ケア(6)

## ●意味性認知症の整容

### 事例

意味性認知症と診断されたAさんは1日中テレビを見て過ごします。会話は単調で、3か月前からお風呂に入らなくなりました。衣服の着替えもしてくれず、髭や爪も伸びてままだす。妻は困り果ててしまいました。

### ■意味性認知症

意味性認知症とは、前頭側頭葉変性症の病気のひとつです。

初老期に起こることが多いと言われています。初期には、記憶は比較的保たれますが、「モノの名前が言えない」「言葉の意味が理解出来ない」「ため、会話が成り立たず日常生活に支障を来します。進行によって発語は同じ言葉を繰り返し単調となり、意味のある会話が失われると言われています。マイペースな行動パターンにより「我が道を行く行動」や「自発性の低下」、同じ行動を繰り返し返す「常同性」など特徴的な行動の症状が現れます。※個人差があります。

Aさんへのケアの工夫例

症状	要因	ケアの工夫例
服を着替えない 爪を切らない	言葉の意味を理解していない	Aさんに合ったコミュニケーション方法の工夫 ・更衣行動、爪切りの行動を実際にやって見せる ・簡単な矢印(⇒)、記号や動画で見せる ・Aさんの理解できる言葉を使う
	自発性の低下	Aさんの生活歴や趣味などから興味を促す ・今着ている服と同じ物を準備する ・Aさんの好む色や模様などの服を選ぶ ・手のマッサージをしながら関心を爪の手入れの快の刺激となるようにする
	・わが道を行く ・行動脱抑制	無理に行動を変えることはせず、Aさんの気分の良いときを選ぶ

(「認知症ケア最前線」より)

Aさんに出現している症状を理解し、Aさんにどのような対応をすればよいのかを考えることが大切です。支援者の負担も大きくなることが予測されますので、一緒に解決するチームの構築も重要です。



### 食の豆知識

#### 炊飯の水は15℃

炊飯には水の温度も大切なポイント。それが15℃です。夏場は氷を使って水温調節すれば、簡単においしいごはんが炊けます。

#### 旬をいただく

#### オクラ

アフリカ大陸原産で、独特の粘りが特徴。このネバネバ成分は水溶性食物繊維のペクチンと複合タンパク質のムチン。疲労回復や生活習慣病予防に有効と考えられ、近年、健康野菜として人気が上がっています。生や煮込みなら丸ごと栄養が取れます。ゆでるときは短時間に！



### 食養生

#### 夏バテ

予防には日頃からよく汗をかいて、梅干や梅酢などで体にうれしい塩分をとります。夏野菜は、ほどよく塩分を補って、冷えすぎないようにします。そして冷房や冷蔵庫に頼りすぎない暮らしにしましょう。夏バテを感じたら、温かい食べ物や飲み物で少食にして、胃腸を休めましょう。



### おうちで手づくり

#### 梅酢ゼリー

ミネラル補給と疲労回復に役立つ梅酢の寒天ゼリー。栄養価の高い玄米クリームを入れ、甘みづけはリンゴジュースとヘルシーなデザートです。

※参考：海の精クラブ

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

