



● 2017年

ありがとうございました

2017年も残すところわずかとなりました。あつという間の一年でした。利用者様をはじめ、ご家族やケアマネさんなど多くの方々に支えられた一年です。本当にありがとうございました。

■ 諦めることなくコツコツと!

高齢社会は時間の経過とともに厳しさを増しています。2025年にピークを迎えると言われていきますので、これから一段と難しいケースや地域課題などにも向かい合っていかなければなりません。

小さなことでもコツコツと努力を重ねて、事業所としての経験やノウハウを蓄積して成長していかなければなりません。厳しい保険制度の中で、三島市内の小規模デイサービスの数は10まで減少してしまいました。その内の2事業所を担っている「ふじしろ/若芝」の責任は重いと感じています。



ご利用いただいている利用者様の期待を裏切ることのないよう、来年も一層の努力を重ねていきます。

■ 2017年

定員10名の事業所ですが、ふじしろ・若芝ともに、平均すると毎日9名のご利用をいただきました。皆様が元気に通ってくださったおかげです。本当にありがとうございました。

また、新しいケアマネージャーも加わり、デイサービス以外にも様々なケースを担当させていただいております。これらのたくさんさんの経験値を活かして2018年は新たなチャレンジをしていきます!

■ 芝本町の防災訓練

12月3日(日)に芝本町の防災訓練がありました。一次避難場所の白滝公園に集合です!

- ・ 消化器の操作
 - ・ 発電機やチェンソー操作
 - ・ タンカ、非常用トイレ
 - ・ 放水ポンプ操作
- 第一分団のご協力をいただきました。



■ 11月あれこれ

▽ 菊祭りツアー

毎年恒例ですが、楽寿園の菊祭りに行きました。若芝からすぐ近くですから! その年ごとに装飾も変化があつて、毎回、楽しめますよ。

▽ 避難訓練

事業所での避難訓練も実施しています。白滝公園まで歩きましたよ!



◆ 秋にかけてのお休み情報

12月	23日(土)	祝日ですが通常営業
	12月30日(土) ~1月3日(水)	年末年始のお休みを頂戴いたします。
1月	8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11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/>

認知症の方の生活を考える(2)

●自分がどこにいるか?

見当識が失われる

失見当識が本人の体調や気候などの影響を受けたものでないか確認したうえで、低下している見当識を補う工夫を

事例 ◀ 自分がどこにいるのかわからない志保子さん(74歳、女性、仮名)

約3年前にアルツハイマー型認知症との診断を受けた志保子さんが小規模多機能ホームの利用を始めて1年になります。志保子さんは夏場でも毛糸のセーターや厚手の靴下を履き、季節を無視した格好をしています。季節を尋ねると考え込んでしまい、8月だとわかると驚いて自分の恰好がおかしいことに気づきます。また、頻繁に息子に電話をかけ「私はどこにいるの」「なぜ私はここにいるの」「今はいつなの? 屋なの?」と何度も聞きます。自分のいる場所や、現在の時間、自分自身の置かれている状況がわからず、自信を失って「私はおかしくなってしまった」と涙を流します。

してみましよう。

志保子さんの場合は、季節感のある絵が描かれている大きいカレンダーを本人の専用として、今日の日付に目印を付けて使ってもらいました。また、時計をいつでも確認出来るように本人の視線の高さに合わせてとり付けました。さらに季節感を感じるために1日1回外出をしました。気温や湿度や風といった気候の指標だけでなく、外出中に季節と関連する風景や行事を目にする

と、さらに見当識の助けになります。

答えることの難しい「今日は何日ですか?」といった質問は避け、反対に季節を象徴する挨拶を心がけます。「今日もセミの声がしていますね」「今日は雪が降ると天気予報では言っていました。」などです。するとご自身でも「今は夏? 今日は何月何日かしら?」と確認に繋がることがあります。



(「認知症ケア最前線」より)



食の豆知識

麺の薬味はコショウだった

肉料理など洋食のイメージが強い胡椒ですが、平安時代に胃腸薬として伝わり、江戸時代には汁物の吸い口にも使われ、庶民の口にも。薬味としては七味より古く、ソバやうどんに胡椒は定番だったそうです。

旬をいただく

白菜

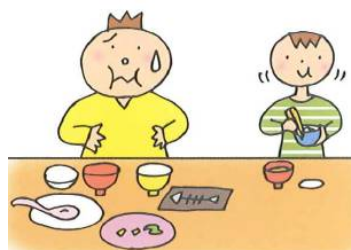
日本での本格的な栽培が広まったのは、昭和になってから。カリウム、ビタミンC、食物繊維が多く、利尿作用、高血圧予防、カゼ予防が期待できます。



食養生

食べ過ぎ

予防のためには、よく噛むことが一番です。食べ過ぎで食欲がなくなったら、無理に食べず、胃腸を休めます。食欲が出ても、玄米クリーム、葛ねりなど消化吸収の良いモノで胃腸を整え、次にゴハンの味増汁、漬物とシンプルな食事をよく噛んで、腹八分目を心がけましょう。



おうちで手づくり コンニャク田楽

「ん」のつくコンニャクは、冬至に験担ぎに食べられる食品のひとつです。コンニャクの田楽の味噌を柚子味噌にすれば、より冬至らしい行事食になります。



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