



特集

へえ〜っ、そうなんだ!?
〜昔の人はすごい!!〜

第25回

❗ 風邪の予防は「一に睡眠、二にうがい」が大切

うがい大切なのは喉や口の中に入りやすい風邪の病原菌を除去するためですが、うがいすることで喉を潤わせるという効果もあります。喉や口などの粘膜の乾燥は風邪の大敵ですから、昔のおばあちゃんは冬には、いつも火鉢にかけたヤカンでお湯を沸かしていました。いまなら加湿器で湿度を保つのも風邪の予防に大きな効果があります。

❗ しもやけに効果があるみかんの皮と杉の葉のお風呂

しもやけができてやすい人、できてしまった人に、よく効くのが乾燥したみかんの皮と杉の青葉を入れたお風呂。温まって、血行がよくなり、しもやけの痒みも消えます。またお風呂でよく温まったら、出た後、にんにくをすりおろして患部にすり込むように塗ると、しもやけ防止に効果的です。



*昔から、「おばあちゃんの知恵」といわれているものは、長年の経験に基づいた先人たちの知恵の凝縮です。わたしたちも入居者の皆様から、たくさんの「へえ〜っ、そうなんだ!?知らなかった〜!昔の人はすごいなあ〜」と、実感できるアイデアを日々、教わっています。

(参考文献:宝島社 おばあちゃんの知恵袋 決定版 生活のコツ700 編集/佐藤倫子)

編集後記

新しい年になりました。皆さんは今年の目標は立てましたか?目標を持って今年もよい1年にしていきましょう。
今年もより良い介護を提供するために、努力してまいりますので宜しくお願いいたします。

グループホームこんぴら・サンライズこんぴら広報誌「こんぴらだより」第31号
発行元: 認知症高齢者グループホーム こんぴら 編集者: グループホーム こんぴらだより発行部
住所:〒766-0002 仲多度郡琴平町167 TEL:0877-73-0811 FAX:0877-73-0812
ホームページ <http://www.eisei-hp.or.jp/> (永生病院のホームページよりお進みください)
eメールでのお問い合わせは keiryokai@eisei-hp.or.jp
発行年月日:平成26年1月10日



支援医療機関・介護保険事業所



永生病院
〒769-0311
仲多度郡まんのう町買田221-3
Tel 0877-73-3300

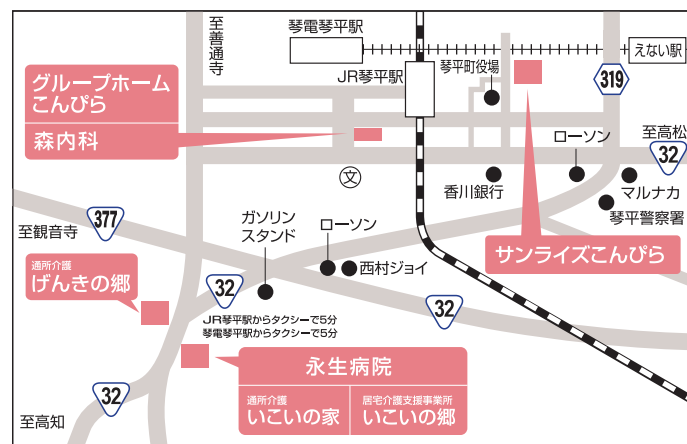


森内科(グループホームこんぴら
建物の1階)
〒766-0002 仲多度郡琴平町167
Tel 0877-73-4188
グループホームこんぴら
Tel 0877-73-0811



サンライズこんぴら
(小規模多機能型居宅介護)
〒766-0004
仲多度郡琴平町櫻井字池田451番地1
Tel 0877-58-8600

- いこいの郷 (居宅介護支援事業所) Tel 0877-73-3655
- いこいの家 (通所介護) Tel 0877-73-3718
- げんきの郷 (通所介護) 〒769-0311 仲多度郡まんのう町買田102-1 Tel 0877-58-8811



vol.31 2014

グループホーム こんぴら

行事報告

サンライズ こんぴら

行事報告

特集:「へえ〜っ、そうなんだ!?
〜昔の人はすごい!!〜」 第25回

編集後記

関連機関

グループホーム こんぴら
サンライズ こんぴら

こんぴら



KEIRYOKAI
produced by
医療法人佳良会



認知症治療と終末期について

現在全国の認知症高齢者は、推計で約460万人といわれており、高齢化が進むにつれて、今後さらに増加することが予測されます。「痴呆」という言葉が、「認知症」に変わり、社会的な認識は病気として理解されるようになりましたが、まだまだ認知症に対する偏見や認識不足があります。

認知症にはいくつかの種類があり、記憶障害が主症状となるアルツハイマー型認知症が最も多く約70%を占めます。次いで脳血管障害型が約20%で、脳梗塞、慢性硬膜下血腫、脳挫傷などがその原因となります。他に幻覚などの症状が強く出現するレビー小体型が4.3%、別名ピック病ともいわれ、人格・性格が顕著に変化する前頭葉側頭葉型が1.0%、その他7.6%です。認知症の治療薬として、現在ドネペジル以外に最近発売された新薬が数種類あり、これらの治療薬を使いながら、適切な認知症のケアを行うことで、症状の緩和が得られる患者も多々みられます。しかしながら、まだ根本的治療とはならないので、認知症を患い本来のご自宅での生活が困難となられた場合は、専門職のケアが必要となります。

グループホームこんぴら、サンライズこんぴらにおいては、馴染みの関係をつくりあげたスタッフとあたたかみ家族のように接しながら、その人らしさを保ちつつ、尊厳を大切にされた生活ができることを目標にケアを行っています。しかし当然のことながら、年を重ねるにつれて他の疾患を併発したり、身体機能が低下して状態悪化する場合があります。最近グループホームこんぴらでは、医療と連携しながら穏やかな終末期を迎えられた方があり、ご家族、スタッフ共々満足感をもつことが出来たので、今後穏やかな終末期についても取り組んでまいりたいと存じます。



理事長 森 伊津子

グループホームこんぴら Group Home Konpira

●基本理念

家庭的温かさ・個人の尊厳を大切にし、豊かな生きがいのある共同生活が送られるよう、家族の一員としての介護支援を行います

●基本方針

- 1.家庭的で安全な療養環境を提供します
- 2.24時間家族の一員がそばにいる安心感がもてるよう介護支援を行います
- 3.自分らしさを尊重した生活が送られるよう入居者の健康増進を図り個性のある介護支援を行います

～地域運営推進会議～

12月5日、グループホームこんぴらあけぼのユニットにて、今回は消防署の方を招いて心肺蘇生の勉強会を行いました。人形を使って人工呼吸や心臓マッサージの仕方、AEDの使い方を学ぶため、入居者の御家族や地域の方々にも実際に行っていました。聞くだけでなく実際に体験したことで、「心臓マッサージは力があるな。」「AEDはこうやって使うんですね。」等の言葉が聞かれ、心肺蘇生法について知っていただく機会になったと思います。その後の意見交換でも、今回の勉強会についてたくさんのご意見や感想を聞くことができました。今後も参加される御家族の方や地域の方々に興味の持っていただける勉強会を行っていききたいと思います。



～第21回日本慢性期医療学会IN東京に参加～

平成25年11月14日・15日、東京で開催された、第21回日本慢性期医療学会に参加し、医療法人圭良会より、5演題の発表をしていきました。グループホームこんぴらより『わし、夏祭り歌うぞ!!～入居者の声をかたちに～』、サンライズこんぴらより『利用者の状態に合わせた支援～長く自宅での生活を続ける為に～』というテーマで発表をしました。今後も、利用者様一人一人にあつた対応、その人らしい生活を提供できるよう努めていきたいと思ひます。



サンライズこんぴら Sunrise Konpira

●基本理念

住み慣れた地域の中で、その人らしく暮らし続けられるよう、在宅生活の支援を行います

●基本方針

- 1.通い泊まり訪問のサービスを、随時組み合わせた介護支援を行います
- 2.地域の中での関係を大切に継続するとともに、個性を尊重した支援を行います
- 3.365日24時間切れ目のない安心した在宅生活が送れるような支援を目指します

～クリスマス会～

12月8日に毎年恒例のクリスマス会を行いました。ご家族にも参加していただきアットホームな雰囲気の中で、いつも以上に食事がすすんでいたようです。

午後からは、皆で手作りしたパズルで遊びました。子供達と利用者様が一緒になって「これはそっちゃん、それ頂戴」等と立ち上がり手を伸ばし、完成すると皆笑顔になっていました。「今から次回が楽しみやなー」との声も聞かれ、今後も皆様に楽しんでいただけるようなレクリエーションを考えたいと思っていますので、ぜひご参加ください。



～保育所交流会～

11月27日に琴平町立北保育所の子供達と交流会を行いました。一緒に歌に合わせて手遊びをしたり、お花を生けたりしました。昔お花を習っていたという利用者様に先生になっていただき、オアシスに花を挿していきました。たくさんのお花を飾り終え、「きれいになったな～」と喜ばれていました。かわいい子供達と一緒にいると自然と笑顔になり、利用者様も私たち職員も元気を分けてもらったようです!



～外出～

サンライズこんぴらでは毎月1回、利用者様一人一人の希望をお聞きして外出しています。昼食を外で食べたり、カフェでコーヒーを飲む事もあります。外出をすることで懐かしい思い出が蘇ったり、気分転換にもなり話が盛り上がりやすくなります。昔の話を聞かせていただき人生の勉強になることも多々あります。これからも利用者様の希望にできるだけ沿えるよう、また四季を感じていただけるような外出をしていきたいと思ひます。



利口げな話

認知症や介護について、分かりやすく説明したいと思います。



第4回 ～認知症の高齢者への具体的な接し方～

①怒りっぽい、攻撃的になった…

認知症の高齢者の中には、性格が変わったように怒りっぽくなる人がいます。原因の多くは、感情を上手くコントロールできなくなったり、様々な思いを上手く表現できないもどかしさだと言われます。介護者が平静を失っているとより増幅される事があるので、冷静に対応するようにしましょう。上手に話題を変えて注意を別の方向に持っていったり、その場を離れて少し時間を空けて本人が忘れるのを待つといった工夫をしましょう。もし、あまりにも激昂するならば専門医の受診を受ける事も必要です。

(参考文献:認知症高齢者への具体的な接し方 監修 / 筑波大学教授 高橋正雄)

②失禁・不潔行為

不潔行為の多くは「失敗した事を隠したい」という羞恥心や自尊心のあらわれだと言われています。だから厳しく叱責する事は逆効果になる事もあります。その人の生活のリズムやトイレのタイミングを把握しましょう。「そろそろかな?」と思う時に一緒にトイレに行くようにするといひようです。もし、失禁した時も「ちょっと濡れたから変えましょうか」とか「新しい方が気持ちいいですよ」と言っておだやかに始末をしましょう。