



グループホーム こんぴら

行事報告

取り組み：第23回日本慢性期医療学会
in名古屋

サンライズ こんぴら

行事報告

利口げな話

特集：「へえ〜っ、そうなんだ!?
〜昔の人はすごい!!〜」第32回

編集後記

関連機関



特集

へえ〜っ、そうなんだ!?
〜昔の人はすごい!!〜

第32回



酒粕の味噌汁で風邪をシャットアウト

風邪気味になったら、まずは温かくして栄養をつけ、ゆっくり休むことが最善策。その全てを満たしてくれるのが酒粕味噌汁です。味噌汁の具には、風邪に効果がある刻みしょうが、刻みネギ、おろしにんにく、それにありあわせの緑黄色野菜をたっぷり入れます。酒粕は味噌よりやや少なめにして熱いうちにいただきます。ぽかぽかと体が温まり、風邪予防に必要な栄養がたっぷりといきわたります。体が温まって、自然に眠くなってきますから、そのままゆっくり休みましょう。



フライパンの焦げ付きには卵の殻が効果的

フライパンは、一度焦げついてしまうとなかなか焦げが取れず、次に調理をするときも焦げつきやすくなります。卵の殻を細かく砕いてタワシで洗うと、どんどん焦げが落ちてきます。

*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

暑かった夏も終わり、秋らしい空気に変わり過ごしやすくなってまいりました。秋といえば、スポーツの秋、食欲の秋、読書の秋…。皆さんにとって、秋はどんな季節でしょうか？ 食欲の秋という言葉に負けてしまうこともあります。秋は気候的に体を動かしやすい季節です。いい汗をかくとまではいかなくても、家の周りを散歩するだけでも、心地良い風に触られるのではないのでしょうか。ふだん体を動かすことが少ない方も、この秋から何か運動を始めてみてはいかがでしょうか。

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38号
発行元：グループホーム こんぴら・サンライズ こんぴら 編集者：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27年10月23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

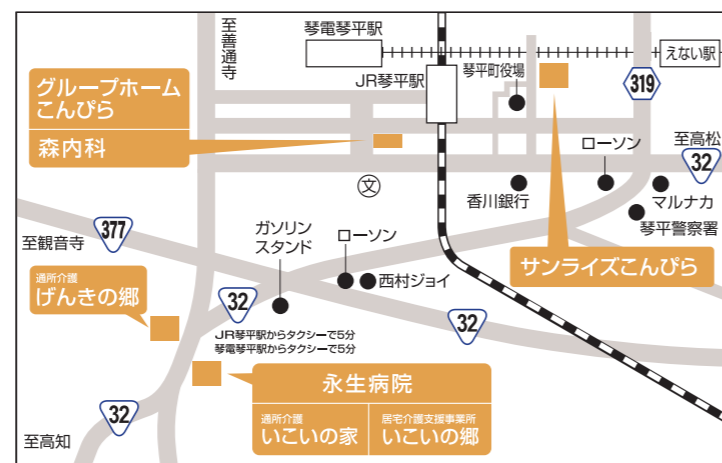


森内科 (グループホーム こんぴら 建物の1階)
〒766-0002 仲多度郡琴平町167
Tel 0877-73-4188



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
仲多度郡琴平町榎井字池田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



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、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

～外出(日帰り温泉)～

入居者様との会話の中で温泉が話題となったことから、ご家族様にも協力していただき三豊市のたかせ天然温泉へ行ってきました。久しぶりに温泉に浸かったり、お風呂上りにごちそうを食べたりと参加された入居者様からは「今日が一番ええ日やな～」という言葉が聞かれたり「こんなことしてくれるんはここだけや、ありがとな」と笑みが見られ、とても満足された様子でした。グループホームに入居していても、好きな所へ外出ができ、充実した時間を過ごして頂けるよう、今後も入居者様の声に耳を傾けていきたいと思ひます。



～家事活動～

入居者様には家で暮らしていた時と同じようにできる範囲で家事や洗い物等の家事活動を行っています。時には職員が入居者様から「煮物でもお酒をいれとくとクがでるから入れたほうがいいよ」など、料理のコツを教わりながら作ることもあります。今後も入居者様のできることを大切に、家事活動を自分の役割として日々行っていきます。

◆ 栄養士からのワンポイントアドバイス ◆

グループホームには、管理栄養士と栄養士が配属され、生病院と連携を取りながらソフト食も提供しています。高齢の方にとって食べにくいものはいくつかありますが、中でもお餅は飲み込みにくかったり喉に詰まり窒息する恐れのある食べ物です。当法人では、どなたにでも安全に食べられるよう、スプーンで切れるくらいのやわらかいお餅を作り、ぜんざいや雑煮に入れて提供しています。

やわらか餅(大根餅)

材料 上新粉
大根おろし
上新粉:大根おろし=1:3



作り方 ①大根おろしの水気をしっかり絞る
②大根おろしと上新粉を混ぜて丸める
③蒸し器で15分蒸して完成

取り組み 第23回日本慢性期医療学会in名古屋

平成27年9月10日、11日愛知県で開催された第23回日本慢性期医療学会に参加しました。琴平町役場と共同で行なっている認知症サポーター養成講座の内容を議題として、認知症サポーター養成講座でのグループホームこんぴら、サンライズこんぴらの取り組みを発表しました。

今回の取り組みを通して、琴平町を認知症の方が過ごしやすい町にする為に、これからも認知症サポーターを増やす必要がある事を改めて感じました。今後も認知症の方が安心して過ごす事の出来る町になるよう努力し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

～外出～

10月に国営讃岐まんのう公園に遠足に行きました。風でコスモスは倒れてしまっていたのですが、咲いているコスモスを見て「キレイやな～」「よっけ咲いとるなあ～」と話をされていました。お天気には恵まれ、外でお弁当を食べ園内を散策しました。「外で食べるおいしいなあ～」と花と緑の中でお弁当を食べたことを喜ばれていました。来年も楽しい遠足を企画して行きたいと思ひます。



9月にこんぴら参りに行きました。境内を回り、お参りをしました。本宮からの景色をみると、瀬戸大橋が見えて、大変喜ばれていました。また、お孫さんのために「受験があるけん、お守りにするわ」と、学業のお守りを買われた方もいらっしゃいました。今後も利用者様の希望に沿い、行きたい場所に行ける様、外出を計画していきたいと思ひます。

～運営推進会議～

サンライズでは、地震の時の対応として『アクションカード』を作成しました。これは地震が起こった時や揺れが収まったら何をするかという役割をカードに書いておき、カードを受け取った職員が対応できるようにしたものです。

9月に行なった運営推進会議では、このアクションカードを使って地震の時の対応について訓練を行ないました。消防署の方にも来ていただき、地震の時の対応について講話がありました。今後も訓練を重ね、適切に対応できるようにしたいと思ひます。



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11回 感情的なしこりは強く残る

認知症の高齢者の中には、もの忘れは激しいのに自分の心に残った感情的なしこりは強く残る事があります。例えば、介護者が片付けた物をまた取り出した時に「何やってるの!!」等と対応すると、介護者に対して『この人は嫌な人』という感情だけが残る事があります。このような場合は「ありがとうございました。あとは私がやります」という言いの方が相手に嫌な気持ちを残さない事になります。

感情を表に出した場合にはおそらく認知症の高齢者は家族に対して、うるさい人、嫌な人、怖い人というマイナスの感情が残ると思ひますし、「ありがとうございました」といった対応をした場合には「私のやっていた仕事を手伝ってくれた親切な人」というポジティブな感情が残ると思ひます。

大切なのは認知症の高齢者を現実の世界に対応させるのではなく、私たちが高齢者の持っている世界を理解して、その世界に合わせた対応をするという事です。高齢者にとって穏やかな気持ちで生活することが、問題行動を抑えることになるのです。認知症の高齢者が作っている世界を大切に、その世界に合わせた対応をするようにしましょう。

(参考文献 認知症のお年寄りへの対応 編集/順天堂大学医学部精神医学講座教授 新井平伊)

