

こんぴらだより

vol.39 2016

グループホーム こんぴら

行事報告
取り組み：入居者様の急変や事故発生時の備え

サンライズ こんぴら

行事報告
取り組み：家事活動

利口げな話
**特集：「へえ〜っ、そうなんだ!？」
 ~昔の人はすごい!!~」 第33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33回

！しもやけには冷温療法がよく効くと評判

しもやけは血液の循環が悪くなって起こります。予防にはマッサージやお風呂で温めるのが効果的ですが、しもやけになってしまった時には昔から冷温療法があります。2つの洗面器に熱いお湯と冷たい水を入れ、交互にしもやけた手(あるいは足)をつけます。1回30秒くらいで10回ほど続けると、確実に効果があります。足のしもやけ対策としては、靴先に紙などであるんだ唐辛子を入れておくという方法も古くからあります。

*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

今年は暖冬だと言われていますが、やはり冬は寒いですね。風邪やインフルエンザが流行る季節ですので、手洗い・うがいを積極的にしましょう。他にも、栄養のあるものを食べたり、ゆっくり休息をとるなどして寒い季節を元気に乗り切りましょう!

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39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28年1月8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別性のある介護支援を行います

～永生病院 文化祭～

永生病院で開催される文化祭に、毎年グループホームこんぴらからもいくつかの作品を出展しています。その中には、今年の干支が申(さる)ということもあり、大きなサルの貼り絵を制作しました。紙をちぎる人、紙を貼る人など、それぞれができることを分担し、毎日手の空いた時間で少しずつ作っていました。一人では難しい事でも、みんなで力を合わせれば色々な事ができます。今後も入居者様のできる力に着目し、様々な活動や行事に取り組むことができるよう、支援していきたいと思っています。



～取り組み 入居者様の急変や事故発生時の備え～

グループホームこんぴらでは、職員の知識や技術向上の為に応急手当の初期対応についての勉強会を行っています。

今回は地域運営推進会議の一環として、消防署の方を招いてAEDの使用法・心臓マッサージなどの説明を行っていただきました。参加されたご家族からは、「普段学ぶ機会がないから良かった。」「ばあちゃんも安心して過ごすことができると思います。」などの言葉をいただきました。今後も定期的に行い、安心して過ごしていただけるよう向上心を持って学んでいきたいと思っています。

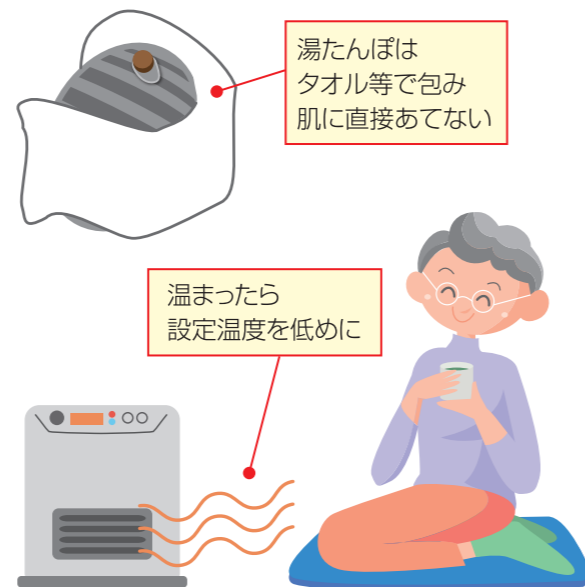


◆低温やけどについて◆

寒い時期にはストーブ、湯たんぽ、電気毛布、カイロなどを使用することがありますが、使い方を間違えると低温やけどの危険があります。低い温度だから大丈夫だと思い、長時間使用していると皮膚の深い所までやけどをすることがあります。44度で3～4時間。50度だと2～3分で低温やけどになると言われています。

皮膚が赤くなったり、ヒリヒリするといった症状があると低温やけどの可能性がります。奥の方がピリピリと痛んだり、水ぶくれができた時などは、見た目が軽くても皮膚の深いところでやけどを起こしているかもしれません。早めに受診しましょう。

低温やけどにならないためには、湯たんぽはタオル等で包み肌に直接あてないようにし、カイロは直接肌に貼らずに下着の上から使用しましょう。ストーブや電気毛布は温まったら設定温度を低めにしましょう。予防することが何よりも大切です。



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

～保育所交流会～

11月10日、琴平町立北保育所の子供達の訪問がありました。子供達が来るのを利用者様は毎回楽しみにされています。歌や踊り、手遊びを一緒に行い、子供達からはプレゼントもいただきました。普段、接する事が少ない子供との時間は、利用者様にとってとてもいい刺激になっているようで、子供が目の前に来ると、とっておきの優しい表情を見せてくれます。日々のレクリエーションだけでなく、今後もこのような機会を作り、楽しんでいただけるようにしていきたいと思っています。



～誕生日会 ～106歳おめでとうございます～

サンライズでは毎月1回、誕生日のお祝いをしています。11月には、106歳になった利用者様のお祝いをしました。サンライズでは堂々の1番、琴平町では2番目のご長寿さんだそうです。これからも笑顔で元気に過ごしていただきたいと思っています。

～取り組み 家事活動～

サンライズでの日々の様子です。利用者様のできる範囲で、家事を手伝っていただいています。洗濯物を畳んだり、食事の準備も一緒に行うようにしています。できる事をさせていただく事で、少しでも体を動かす機会を作り、役割を持って過ごせるようにしています。



第12回 認知症の人の気持ち

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。



認知症の方はどのような気持ちなのでしょう？

物忘れが増えたり分からない事が増えてくると、本人も「何かが変だ」と思うようになります。ただ、どうしていいかわからず、不安や混乱した気持ちを抱えたまま生活しているのではないのでしょうか。ですから、自分が失敗した事を見せまいとして、かえって『問題行動』を起こしてしまうのです。また、感情をコントロールする機能が低下するために、ささいな事で泣いたり怒ったりする事もあります。

認知症の高齢者は、周囲との意思の疎通が出来ないことをもどかしく思っています。それだけに、感情の面では研ぎ澄まされていて、相手の感情に敏感に反応します。相手が自分の事を良く思っていない事を嫌い、相手が興奮している事に興奮します。

認知症の高齢者が落ち着かなかつたり『問題行動』を起こしたりするのは、実は介護者の不安や動揺や嫌悪を感じているせいなのかも知れません。本人の思いを理解し、気持ちに寄り添った対応を心がけましょう。日ごろからよい家族関係を作り、リラックスできるように好きな音楽をかけたり、環境の急な変化を避けることで、本人が不安な気持ちを解消できるよう支えましょう。

(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)