

こんぴらだより

vol.54 2019

グループホーム こんぴら

行事報告

取り組み

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48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48回



! 栗ご飯をつくる時の皮むきは、一晩水に

栗の皮をむくのは、本当に大変です。でも、ちょっとしたコツを知っていれば、もう平気。生の栗をたっぷりの水にひと晩漬けておきましょう。急ぐときは熱湯に10分程浸しておくと、ペティナイフで切れ目を入れれば、かんたんに手でむけます。表の鬼皮をむいたあとの渋皮は、先のとがった部分から下に向かってむくと、きれいにむけます。



*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)

※ボランティアさん大募集!!

グループホーム こんぴら、サンライズ こんぴらでは、ボランティアの参加をお待ちしております。特別な技術や資格は要りません。みなさんの趣味や、興味のある活動を選んで、みなさんの都合のよい時間にお年寄りの方々とふれあってみませんか?

(手伝っていただきたいお仕事内容)

- ・入居者様、利用者様の話し相手
- ・散歩の付き添い
- ・食事の配膳下膳
- ・歌や踊り等の演芸披露
- ・習字・茶道・生け花等の趣味活動
- ・夏祭り・クリスマス会等の行事の手伝い
- 興味のある方は、何でもお気軽にお問合せ下さい。

編集後記

昼夜の気温差が大きい季節になってきました。風邪等を引きやすい季節ですので、外出後や食事前には手洗い、うがいをしっかり行いましょう。また、十分に栄養を取ったり休息をとる事も重要です。体調を崩さないようにお過ごしください。

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54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:令和元年10月15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



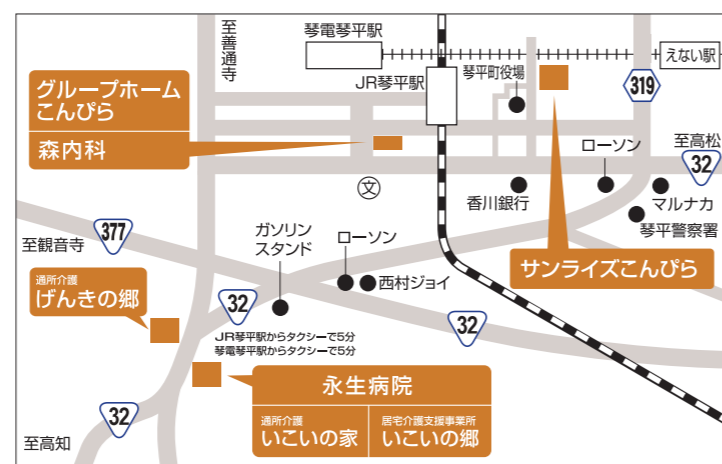
森内科 (グループホーム こんぴら 建物の1階)
〒766-0002 仲多度郡琴平町167
Tel 0877-73-4188

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



～永生病院文化祭に向けて展示物制作～

永生病院では毎年文化祭を行っており、各部署から展示物を出品しています。グループホームでも入居者の皆さまと協力し合い、今回は小物入れを作りました。広告を細く丸めたり、ボンドで割り箸をくっつけたり皆さま丁寧に作業をされ無事完成させることが出来ました。出来上がった時は「上手にできとるで～」と、とても良い笑顔がされていました。

～おやつを食べる 味覚から季節を感じる～

グループホームでは季節に合ったおやつを提供し、四季を感じていただけるようにしています。今回は秋の食材のさつま芋を蒸したり、梨を提供しました。皆さま「うわ～美味しいな」と言われ、完食されていました。旬のおやつをお出しすることで、「もう秋やな」「秋といえば他にも○○もあるな」と会話も弾み、味覚からも季節を感じられている様子が伺えました。



取り組み 脳活性化リハビリ

グループホームでは毎日頭の体操として塗り絵や計算問題、折り紙、トランプ等を行っています。始めは「出来るかな?」と不安な声が聞かれる時もありますが、他の入居者様と一緒にすることで「これでえんかな?」「上手にできとるやろ?」と徐々に積極的な言葉が聞かれています。これからも楽しく、色々な脳活性化リハビリを行っていききたいと思います。



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

～永生病院夏祭りのカラオケ大会に参加～

令和元年8月31日(土)

永生病院で開催された夏祭りのカラオケ大会に、サンライズの利用者様が参加されました。参加された利用者様は本番に向けて、レクリエーションの時間等に他の利用者様や職員と一緒に歌の練習を行っていました。

本番では日頃の練習の成果を十分に発揮され、素晴らしい歌声を披露することができました。「上手くできた。お父さん(夫)にも聞いてもらえたので良かった。来年も歌えたらいいな。」と言われていました。

来年の夏祭りには、今年よりも多くの利用者様と一緒に参加したいと思います。



～防災用品を使った訓練～

サンライズこんぴらでは災害が起こった時に備えて倉庫を設置し、土のう袋、充電付ラジオ等の防災用品を購入しました。

また、人が倒れていた状況を想定して折り畳み式の担架を使った避難訓練を行いました。折り畳み式の担架は軽くて丈夫に設計されている為、少しの力で人の身体を搬送できる事がわかりました。災害はいつでもどこで起こるかかわからない為、今後も災害を想定しての訓練を繰り返し行い、利用者様の安全を守る様にしていきたいと思っています。



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27回 「ご飯を食べさせてもらっていない」と訴えるお年寄りへの接し方

「いま支度していますからね」と声をかけてみましょう

食事をしたばかりなのに、そのことをすっかり忘れてしまい、「ご飯を食べさせてもらっていない」と騒いだり、言いふらしたりするお年寄りがしばしば見られます。

認知症が軽度から中度のときに、よく見られる症状です。

また、脳の機能が落ちているため満腹感も感じづらく、いくら説明しても理解してもらえないのは難しいものです。「さっき食べたでしょ」「今はまだご飯の時間じゃないよ」と叱ってはいけません。これは逆効果なので冷静に対応しましょう。



「いま支度していますからね」と声をかけると、納得して安心してもらいやすいものです。胃が一杯というだけでなく、食べ物を見て、味や匂いを感じることによって、満腹中枢が満たされるものですが、これらの記憶も失われると、実際にお腹が空きやすいものです。お腹がすいていると思われたときは、カロリーや塩分があまり含まれておらず、しっかり噛む感覚が持てる食物で、空腹感を紛らわせるとよいでしょう。間食が多くなりすぎて、食事が不規則になるのは好ましくないため、少量にとどめるのがコツです。食べ過ぎが気になる時は、一食分の食事をあらかじめ減らしておいて、残りをおにぎりなどにして出すのも良いでしょう。

また、寂しさを訴える代わりに食事を持ちだしている場合もあるので、話し相手になるように努めることも大切でしょう。



(参考HP:認知症フォーラム.com <https://www.ninchisho-forum.com/knowledge/kaigo/005.html>)