



新年あけましておめでとうございます。

平成28年の新しい年が始まりました。

平成19年4月1日に特別養護老人ホームセントポーリア愛の郷が開設致しました。今年の4月1日で丸9年を迎えることとなります。今年は平成29年4月1日で10周年となる準備の年でもあります。

開設当初の手さぐりの状況から、職員全員に介護福祉士の資格取得を奨励し、兵庫県の委託事業に基づいて湊川短大の先生方をお願いして、夜に勉強会を開催しました。今では殆どの介護職員が介護福祉士の資格を取得するようになりました。

常に「愛の心で介護サービスを実践します」「今日も一日笑顔で職責を果たします」をスローガンに介護の質の向上に取り組んでいます。平成28年度の目標も去年同様2年間にわたり、

目標① 車椅子から歩行へ

これは施設から車椅子を無くし、ご入居者の皆様に出来るだけ歩いて生活してほしいと願った目標です。寝たきりのご入居者が少しでもベッド上で起き上がることができたり、車椅子で歩行されたり、歩行器で歩行されたり、一歩一歩前進できればと取り組んでいます。歩くことにより、体を動かすことにより、排便コントロールができます。又、便秘を無くすことができます。口腔ケアを歯科衛生士とともに介護職員が行い、口から安全に食べる事ができ、食欲が増すことによりさらにお元気になります。食欲増進が歩く意欲を湧き上がらせてくれます。又、褥瘡の予防にもなります。ご入居者、ご利用者が行動面において自由でいられる事の大切さは特に認知症の方に大切です。

目標② 笑顔で声掛け

ご入居者に安心感を抱いて頂くためにはまず私たちがご入居者に笑顔で声掛けをすることからスタートします。ご入居者はご自身を大切に思ってくれる人に心を開かれます。私達は介護のプロとして予測する力、創造する力を養わなければなりません。ご入居者の状態観察は、まず笑顔からです。

平成28年もこの2つの目標をしっかりクリア出来るように、日々新たに資質の向上を果たすべく努力してまいります。今年もどうかご家族の皆様のご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。

セントポーリア愛の郷でのご入居者、ご利用者の生活が必ず満足いくものとなるように更に今年も頑張っております。



平成28年元旦

社会福祉法人 緑峯会 理事長

北 嶋 勇 志

認知症やMIC(軽度認知障害)は脳の障害が原因ですが、一見、認知機能低下を思わせる状態の中には、別の原因がかかわっている場合があります。



【糖尿病】

疲れやすく、やたらと喉が渇く。血糖値が高いのに治療していない。

糖尿病のため、脳のエネルギー源である糖分が、脳の神経細胞に届かなくなると、物忘れがひどくなります。この場合は糖尿病の治療に取り組み、血糖値を正常にコントロールする事で改善が見込めます。

ただし、糖尿病の人は認知症にもなりやすいので、正常な血糖値の維持とともに、脳を活発に動かすなどの予防も心掛けてください。

【うつ状態、老人性うつ病】

何をしても楽しくなく、落ち込むことが増えた。

高齢者がうつ病になる事は多く、しかも脳の病変がベースになっている事もあり、若い人より治りにくいのが特徴です。これを認知症と間違えて治療しても効果がないばかりか、かえって悪化する恐れがあります。

ただし、軽度認知障害や認知症の症状のひとつとして、うつ状態になる事もあります。正確な診断を受けられるよう、医師には症状を細かく説明してください。

【せん妄】

突然、強い不安や恐怖に襲われ、自分を抑えられなくなった。

せん妄とは、意識の混濁に、不安や恐怖、錯覚、幻覚などが加わった状態です。認知症の周辺症状の一つでもあります。認知症でなくても、脱水症状や睡眠不足、引っ越しや入院などの急な環境の変化、薬の飲み合わせによる副作用などが原因で起こる事が高齢者には多くあります。この場合は原因を特定して除去すると、症状の改善が見込めます。

【栄養不足】

体力がめっきり落ちて、新しい事を始める気力がない。

高齢者になると、食事の量が減ったり、毎日同じような献立になりがちです。しかし、健康維持に必要な栄養成分が不足すると、体だけでなく頭もスムーズに動かなくなります。特にビタミン類は認知機能や活力の維持に関係が深く、ビタミン B12 と葉酸の不足は、脳の神経細胞の働きを低下させます。

栄養不足は、認知症のリスクも高めるため、栄養バランスの良い食事を心がけてください。



インフォメーション

◎面会制限のお知らせ◎

平成 27 年 12 月 1 日～平成 28 年 3 月 31 日までの期間中、感染症予防のため高校生以下の面会をご遠慮いただきます。

認知症予防教室

経営企画室 中原大輔



立って、その人が今どのような心情なのか、何を望んでいるのか、ということを理解し接する事が大切で、実際に認知症の方がおられるご家庭でみられるであろうやりとりを紹介しました。

また今回も音楽療法士 2 名が音楽コーナーを担当し、参加者の皆様 2 グループに分かれてもらい、打楽器でドラムサークルを行いました。2 種類のリズムがどんどん変容し徐々に重なり合い、曲を形成していました。いつの間にか、皆さん明るい表情で演奏されていました。次に唱歌「案山子」を用い、脳トレ要素を取り入れたゲームでは、歌詞の「の」という言葉だけ歌わずに手拍子を打つというプログラムを行いました。

11 月 24 日、すみれ台式番館で認知症予防教室を開催しました。今回は約 15 名の参加がありました。「認知症の方への接し方」「嚥下体操」「音楽で脳を刺激」という内容でお送りし、皆様真剣にそして楽しく参加されました。

「認知症の方への接し方」は DVD を用い、食事関連、排せつ関連、被害妄想の対応の例をご紹介しました。どの例も、認知症の方の立場に

これが簡単にできそうで意外に難しく、苦戦されていましたが、何度か練習を行うと最後は息ぴったりの歌唱と手拍子になりました。最後は「上を向いて歩こう」を全体で歌唱しました。

今回はアンケートも実施し、参加者の皆様から「認知症について少し理解できた」「音楽での脳トレコーナーが大変面白く声を張り上げて歌った」等のご意見、ご感想をいただきました。ご参加いただいた地域の皆様、ありがとうございました。



12月にご協力いただいたボランティアの皆様
 ありがとうございます。
 (敬称は省略させていただきます)

- ピアノ : 重松久代
- 書道 : 溝口恵子
- 折り紙 : 廣瀬公子
- コーラス : 「女声合唱ルピナス」の皆様
- 仲良しグループ : 西村敦子、平原多加子、竹下夏子、
鎌倉光子、山田明子、平本弘美、
辻下清一、仲村枝
- お楽しみ会 : 中南正、中南ヒロ子、杉本隆男
杉本久子、岡田良宏、岡田幸子



11月の「お楽しみ会」は30日(月)でした。

1月の行事	2月の行事
6日(水)お誕生日会	3日(水)節分会
10日(日)新年祝賀会	9日(火)ピアノ
12日(火)ピアノ	10日(水)お誕生日会
19日(火)折り紙	17日(水)書道
20日(水)書道	24日(水)絵手紙
27日(水)絵手紙	

※予定は変更になる場合があります。



あつあつの餅が運ばれて来ます♪



大きく振りかぶって！



「よいしょ！よいしょ！」と掛け声が響きます♪



真剣な表情です♪



上手くつけたようですね♪

クリスマスツリー飾り付け&クリスマス会



12月に入ると早速、クリスマスツリーの準備に取り掛かりました。各フロアでは、ご入居者の皆様がツリーに素敵な飾り付けを施してくださいました。

そして、12月25日(金)は、待ちに待ったクリスマス会が開催されました。今年も理事長扮するサンタクロースが各フロアを回り、ご入居者、ご利用者一人ひとりにクリスマスプレゼントを手渡していきました。皆さん目を輝かせながら、プレゼントを受け取られているのが印象的でした。サンタクロースに続いては、音楽療法士バンド「サウンドイッチ」が登場し、ミニコンサートを行いました。「そりすべり」「ホワイトクリスマス」等のクリスマスの定番曲が演奏され最後はワムの「ラストクリスマス」で締めくくりました。ご入居者の皆様、クリスマスムード一色となったフロアで手拍子を打ったり、今年最後のイベントを楽しまれました。

クリスマス会の模様は次号、写真でお伝えする予定です。



就職情報誌にセントポーリア愛の郷のスタッフが掲載されました。

就職情報誌「an」「salida(サリダ)」にセントポーリア愛の郷のスタッフが掲載されました。兵庫県社会福祉協議会からの依頼で、介護・福祉業界のことを広く知ってもらうために、実際に現場で働くスタッフの1日の流れや、仕事のやりがいなどインタビュー受けました。若手のサブリーダー2名と中原療法士が紹介され、少し緊張しながらもインタビューの質問に答えました。少しでも業界や福祉施設の業務内容が伝われば幸いです。



読売テレビの「関西情報ネット ten」で料理療法が放送されました。

管理栄養士 前田佐江子



隣のテーブルでは、蒸し饅頭の生地に牛乳や卵を入れてこねていたのですが、牛乳を入れ過ぎてシャバシャバになったと大騒ぎになり、「じゃあ、半分は粉を足して予定通りの蒸し饅頭に、もう半分はホットケーキにして南瓜あんのどら焼きにしましょう。」と失敗もまたよしともう一品メニューが増え、ホットケーキを焼くいい匂いがブロックに広がりました。

このような認知症ケアとしての「料理療法」の様子を「読売テレビ「関西情報ネット ten」の「GO!GO!若一調査隊」というコーナーで取りあげて下さり、若一光司さんと中谷しのぶさんが取材に来られ、11月18日の番組の中で放送されました。若一さんたちは、90歳代の女性ご入居者の見事な手裁きに非常に驚かされていました。

ご入居者に料理をしてどうであったかインタビューをされたり、レクリエーションとの違いやどのような効果があるかなどについてのインタビューを受けました。

放送では、ご入居者の笑顔がみられる映像が見られました。

厚生労働省の調査によると、65歳以上で認知症とされる人は2012年時点で約462万人に達し、予備軍(軽度認知症)も400万人と推計されるそうです。65歳以上の実に4人に1人にあたる数字です。現在、あらゆる分野で認知症予防に取り組んでいますが、料理をすることも認知症予防やケアに役立つと考えています。

これからもご入居者に笑顔になって頂けるよう取り組みたいと思います。



地域サポート型特養推進室から【24時間見守りサービスの概要】

- 対象者：65歳以上のご高齢者で一人暮らし、高齢世帯、家族同居世帯の方*介護認定がある方も、介護認定がない方もご利用できます。
- 対象地域：西宮市すみれ台、北六甲台、山口町上山口・下山口・名来・中野・金仙寺・船坂
- 利用料：月額606円(みまもりケータイ貸与費)
- お届けする3つの安心サービス(追加料金はかかりません)
 - 訪問見守りサービス
 - 相談支援サービス
 - 緊急援助サービス



苦情相談窓口の注意事項

苦情相談は苦情受付担当者を窓口として苦情相談受付ボックスにて受け付けております。ユニットの介護・看護職員でなく、苦情受付担当者にお申し出下さいようお願い申し上げます。ご協力の程よろしくお願い致します。



五穀豊穡や健康をもたらすとされる歳神様を招く目印として飾られる角松ですが、地域や家によって少しずつ竹の切り方や配置に違いがあるようです。巻頭の写真で掲載していますが、セントポーリア愛の郷の玄関先の角松ですが、警備員の南東さんの手作りで、なんと高さは約2メートルあり、近くで見るとその大きさは圧巻です。セントポーリア愛の郷にお越しの際には是非ご覧ください。