



今年度も猛威を振るっているインフルエンザ。新たにコロナウイルスの流行。今後も感染への対策が必要となってきます。そこで、ひだまりの家での感染症予防をご紹介します。

- ① 手洗い・うがい・マスクの着用の徹底…入居者様、面会に来られた御家族様、職員、業者などひだまりの家に入出入りする方々に「感染症を持ち込まない」「感染症を広めない」という目的で行っています。また、面会に来られた御家族様の体調確認を行っています。
- ② 湿度管理…ウィルスは乾燥に強いので、加湿器などを利用し、湿度を40%以上に保つことが望ましいとされています。ひだまりの家では、洗面器等に水を張って居室に置かせて頂いたり、洗濯物を居室に干させて頂いたりしています。
- ③ 手すりやドアノブの消毒…入居者様や職員が使用する手すりやドアノブの消毒を一日一回、行っています。
- ④ 勉強会の実施…全職員が感染症について共通認識し、対応できるよう、勉強会を実施しています。感染症ごとのマニュアルを作成し、実際に現場の職員が対応できるように模擬訓練を行っている施設もあります。

グループホームであるひだまりの家では、認知症の方々が生活されています。認知症の方々が感染症にかかると、「感染症を広めない」という行動が難しくなる場合があります。そのため、「感染症を持ち込まない」ということを意識し、予防に重点を置き、ひだまりの家に入出入りする方々に協力してもらえるように促しています。特に職員の出入りが毎日あるため、職員が感染症を持ち込む可能性が高くなりますので、ひだまりの家の職員、一人一人が日頃から予防を心がけています。



RUN伴

RUN伴（ランとも）は、今まで認知症の人と接点がなかった地域住民と、認知症の人や家族、医療福祉関係者が一緒にタスキをつなぎ、日本全国を縦断するイベントです。今年のテーマである「点と点をつなぐ」様々な思いを胸に参加者の方々がタスキを繋げて行きました。参加した職員の応援に出掛けられた入居者様。参加者の方々へ手を振られたり、温かい声援を送って下さったりと、参加者の大きな励みになったことと思います。



☆クリスマス会 12月22日(日)☆

入居者様と職員が料理に腕を振るい、クリスマス会ではバイキングをしました。ちらし寿司、チキン、かぼちゃサラダ…などなど。「お肉を取って!」とおかわりされる入居者様も。「んめっ」とべろりと完食されていました。3時のおやつには、職員の手作りケーキが出てきました～!「食べたよ(ドヤッ)」とまっさらなお皿を見せる入居者様も♪素敵な笑顔が見られました♪

餅つき大会

皆様が楽しみにされている行事の1つである餅つき大会。よいしょ～!と和気あいあいの楽しい時間となり、あんこやきなこ、お雑煮風などお好みのお餅を召し上がられました。



介護予防体操とは？ パート3

前は、頭の体操、指体操についてご紹介しました。
今回は、口腔体操、唾液腺マッサージについてご紹介します。

○バタカラ体操…「バ」「タ」「カ」「ラ」の4文字を発声します。やり方としては、「ババババ、タタタタ、カカカカ、ララララ」と3回繰り返し行います。この時、①「バ」は、口をしっかりと閉じて発音すること、②「タ」は、舌を上あごにくっつくように発音すること、③「カ」は、のどの奥を意識して発音すること、④「ラ」は、舌をまるめるように発音することが大切です。このバタカラ体操は、食事の前に行うことをおすすめします。

目的：誤嚥の予防
効果：嚥下機能の向上・唾液分泌量のアップ
※どちらも目的と効果は一緒！

- ① 耳下腺…耳たぶのやや前方、上の奥歯あたりの頬に人差し指をあて、指全体で優しく押します。酸っぱい食べ物を想像すると、スーッと唾液が出てくるところです。5～10回繰り返します。
- ② 顎下腺…顎下腺は、顎の骨の内側のやわらかい部分です。指をあて、耳の下から顎の先まで優しく押します。5～10回繰り返します。
- ③ 舌下腺…舌下腺は顎の先の尖った部分の内側、下の付け根にあります。下顎から舌を押し上げるように、両手の親指でグーッと押します。5～10回繰り返します。

ひだまり日記

○月×日

「髪の毛を染めたい」と職員に声を掛けてくださった入居者様。後日、床屋に行かれ、髪の毛をセットしている際、「真ん中には分けなくて、斜めにセットしてほしい」と希望を伝えている姿がありました。入居者様の髪型の好みを知った一日でした。

ボランティアへ来てみませんか？

ひだまりの家では歌や踊り、演奏等のボランティアへ来て下さる方を募集しております。
事前にオリエンテーションを行いますので、初めての方でも安心してお越し下さい。



募金活動を行いました！ひだまりの家では『地域とのふれあいを大切にした暮らし』を理念の一つに掲げています。入居者様と地域の為に何が出来るのか日々考え、公園などの草むしりや道路のゴミ拾いなど行っています。テレビを観ると災害などが多く、ひだまりの家でも何かできないかと考え一つの答えが見つかりました、募金です。入居者様と協力して畑で野菜を作り、草が生えたら草むしりを行い、トマト、キャベツ、トウモロコシ、ジャガイモ、大根、白菜など春から秋にかけて栽培してもらいました。収穫した野菜は入居者様のさじ加減で袋に詰めて頂きりんごの里の事務所前にて、何でも一袋100円で販売させていただきました。野菜が売れた際に入居者様は、「もっと買って行って～♪また持ってこないかね♪」と嬉しそうにされていました。売れた金額は約5300円になり、赤い羽根に全額募金させていただきました。今回入居者様と畑仕事を一緒に行い、改めて思ったことがあります。それは入居者様は無限の社会資源であること、若い時から行っていることは身につけていますし、忘れていません。私たち職員に畑や草むしりのやり方など教えて下さいました。今年も畑で野菜を作り募金をしていきたいと思えます。

編集後記

新年おめでとうございます。
昨年、年号が平成から令和に変わり、気持ち新たに過ごしてきた一年だったと思います。本年も昨年の気持ちを忘れず、努めて参りますので、よろしくご協力をお願いします。 大塚

発行・編集／認知症対応型共同生活介護

グループホーム ひだまりの家

広報委員会(佐藤・大村田・三好・大塚)

〒019-0703

秋田県横手市増田町吉野字梨木塚 101-1

TEL 0182(55)1414

FAX 0182(45)5577

ホームページ <http://yokote-fukuzuyukai.jp>

是非、御覧下さい！

