



えいさんこう

映山紅

～夏号～ 発行日:令和6年7月15日

発行者:ケアホームちどり広報委員会

ご利用者の皆さんの様子



みなさんでレクリエーション



大きな虹とお花ができました



たこ焼き美味しい～



あまりの美味しさにピース！



綺麗に焼けてる、グッド！



ホットケーキ美味しい！



やっぱり外の空気も美味しいね



天気が良いから気持ちいいですね



綺麗なお花が育ちますように



栄養士さんのお手並み拝見



ネギは多めがいいかな



青空の下は気持ちいいですね

令和6年度 家族会開催



5月18日に家族会を開催しました。昨年度の事業報告と本年度の事業計画の発表、本年度の介護報酬改定の説明、その他さまざまな取り組みについてお話させていただきました。

本年度の事業計画として、

- 「思考力の向上」
- 「認知症ケアの発展」
- 「委員会活動の再編」

の3つを発表させていただきました。一人一人が考えながら働く「思考力」、認知症のご利用者に対し適切な対応ができる質の高い「ケアの発展」、他部署が協力し合い、施設としての総合力の底上げを図るための「委員会活動の再編」を図ってまいります。

本年度の介護報酬改定におきましては、新型コロナウイルス感染症や大震災発災時の対応を含め、地域の医療機関との連携強化や緊急時の対応を含めた新たな加算が新設されています。また昨今「2025年問題」としてニュース等でも取り沙汰されているように、超高齢化社会を見据え、厚生労働省より食事に関する「機能訓練(リハ)・口腔(歯科)・栄養の一体化」を推進し、誤嚥に伴う肺炎等を予防し、出来るだけ長く自分の口から食事摂取できるように新たな加算が新設されています。きたるべき時代に対応できるよう、当施設においてもそうした新たな加算について積極的な取得を目指していきます。

ユニットでの季節ごとのイベントや、食事レクリエーションなどについても、家族会にていくつか紹介させていただきましたが、昨年度まではまだまだ新型コロナウイルス感染症の影響もあり、ご利用者の皆さんに十分に満足して頂けるものとはなっていないようにも思います。本年度はユニット自治会制度を導入予定としており、自治会長役のご利用者からユニットとして実施して欲しい事、困っている事などなんでも話していただき、出来るだけ希望に沿ったイベントの開催や、ユニットの改善などに繋げていきたいと思っています。



～医務室より～

早朝は過ごしやすく、散歩に快適ですが、日中は30℃を超える気温で、クーラー、扇風機が手放せません。植木も水やりを忘れるとすぐに枯れてしまいます。

施設では、6/18に食中毒研修や、7/2には、大塚製薬講師で熱中症研修を行いました。

ご利用者の皆様にも、熱中症、脱水対策に、毎日14時の体調報告時には、水分制限ない方は、800mlを目標に起床時より水分補給に気を付けています。

温暖化が進み毎年平均気温が上昇傾向です。ご家族様もくれぐれも体調にはお気を付けください。

ケアホームちどりの職員は、感染対策から、業務中は必ずマスクし対応に当たっています。

★家族様へのお願い★

面会時には、下着、洋服、タオル、バスタオルの補充をお願いします。自宅に廃棄するタオルがありましたら、ご協力ください。



～ユニットスタッフより～

春から夏に季節が移り、昼間は暑くなってきました。今は天気がよく、気温が高くない午前中に、ご利用者の皆様と一緒に施設横を散歩しております。

施設の隣には畑があり、畑の横を一緒に散歩していると、「なんか野菜ができてるね」「若いころは百姓してたから懐かしいわ」等、ご自身の若い頃の思い出を楽しそうに話していただけます。

またフロアでは、テレビを見ながら「昔はこんな便利なものなかったからね」「私が若い頃はこんなのが流行ってたのよ」など、昔の事をたくさん話していただけます。ご利用者の皆様との何気ない会話の中で、昔の思い出やこれまでの人生を垣間みれる事も多く、これからももっとご利用者の皆さんの事を知って理解し、より良い信頼関係が築けるように

関わっていきたいと思いました。



雪割草・鈴蘭ユニットより

～管理栄養士より～

とても暑い日が続いていますが元気に過ごせていますか？暑い日が続く、料理を作るのがしんどい、冷たいものばかり飲食していませんか？

料理を作るのが面倒くさく偏った食事が続くと、代謝が悪くなり身体のだるさを感じるが増え、更には免疫力が低下し夏風邪をひきやすくなります。また、冷たいものばかり飲食していると内臓が冷え、代謝が悪くなり身体の不調に繋がると言われています。夏の体調不良の予防のためには、適切に冷房を使用し、栄養バランスを意識した食事をされるのがオススメです。

例) そうめん



そうめん+海苔+ネギ、冷奴

そうめんのように冷たい食事の時には常温のお茶

他にも、最近は管理栄養士監修の栄養バランスの良いお惣菜やパウチ食品も多くあるので是非、参考にしてみてください。

また、野菜の値段高騰が続いていますが体の調子を整えるには必要不可欠です。茄子、キュウリ、トマト、スイカなど夏野菜を食べることも意識してみてください。

～機能訓練指導員より～

今回は熱中症について取り上げたいと思います。熱中症とは、高温多湿の環境下で脱水・体温上昇・臓器血流低下・多臓器不全により生じる身体の異常であり、重症な場合は死亡や重篤な後遺症につながるため、予防・早期発見・応急処置が重要です。めまいや筋肉の痙攣、倦怠感、発汗多量、頻脈といった症状がみられた場合には熱中症の可能性がります。

日本体育協会のガイドラインにおいては、気温35℃以上では「運動は原則禁止」とされています。普段運動をされている方でも、いつもより軽め・短時間で休憩の回数を増やし、休憩時には衣服をゆるめ風を入れて体温を下げるようにする必要があります。

ケアホームちどりでは、居室やユニットフロアの廊下などで機能訓練を実施することが多いですが、ご利用者の中にはご自身で居室の室温管理が難しい方も大勢いらっしゃいます。また高齢者の場合、夏場の高温でも温度を感じにくくなっていることもあります。そのため、その日の気温に合わせて居室のエアコンの温度設定を変更したり、薄手の服装に着替えてもらったり、運動前後の水分補給を促しながら、熱中症のリスクを減らしながら機能訓練をすすめています。

～相談員より～

ケアホームちどり生活相談員の森嶋です。

急なお知らせとなりますが、この度6月1日付でケアホームちどりを離れ、同じ大阪エリア内にありますデイサービスセンター智鳥へ異動することとなりました。

ケアホームちどりは開所半年後より約5年間お世話になりましたが、自身初めてのユニット型特養での勤務となり、様々な面でたくさん勉強をさせていただきました。

合わせて、ご入居されている皆様や家族様からも日々色々なことを教えていただき大変感謝しております。

引き続き、皆様に信頼いただける法人・事業所になることを目標に頑張っていきたいと思っております。ありがとうございました。

晋栄福祉会 生活相談員 森嶋 淳

～インターネット情報～

ケアホームちどりでは、ホームページやInstagramでも情報発信を行っております。是非一度ご覧ください。

○ホームページ URL

<https://www.chidori.or.jp/facility/carehomec/>

○Instagramアカウント

carehomechidori

編集後記

7月に入り、いよいよ夏が来たなあ～と感じております。夏は海水浴や夏祭り、花火など楽しいことが盛り沢山ですが、熱中症に気を付けつつ、夏の思い出をたくさん作って元気に過ごし、仕事も頑張っていきたいと思っております。ケアホームちどりでも夏のイベントがたくさんあるので、ご利用者の皆さんに楽しんでいただけるようにしていきたいと思っております。(田村)