

9月の報告

～敬老会～

皆様のご長寿と日頃の感謝を込めて、今年も敬老会を開催しました。職員による出し物は、「二人羽織」と「ふるさと」「上を向いて歩こう」の2曲を手話を交えながら披露させて頂きました。終始笑いの絶えない楽しいひとときでした。これからも、皆さんが健やかに、笑顔で過ごして頂けることを心から願っております。



～稲刈り～

5月に植えた稲が、いよいよ収穫時期になりました。外のベンチに座って、片手に鎌、もう片方に稲を持ち、稲刈りをしました。鎌で稲を刈る作業は、手の力を使うだけでなく、足を踏ん張る力が必要で、全身運動になります。「稲は根元から刈らなアカン」など色々と教えて頂きながら、無事に稲刈りが出来ました。



10月の体操(転倒予防～圧迫骨折編)

年齢を重ねると骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気「骨粗しょう症」が原因で、転倒時に背骨に衝撃が加わり、圧迫骨折してしまうことがあります。圧迫骨折を予防するためには、歩いたり、体操などで手や足の骨に体重をかけ、刺激を与えるような運動を行い、転倒しても折れない丈夫な骨を保つことが大切です。また転倒しないよう、安定した姿勢で歩くためには、手や足の筋力を鍛え、身体のバランス感覚を強くすることも大切です。実際の体操では、「肩や腕を上げ下げする運動」を行い、上半身の筋肉を鍛えたり、「指先や手の根元を押し付ける運動」を行い、骨に刺激を加えて骨を強くする運動を行いました。皆さんがこれからも安心して転倒されることなく歩けるように取り組んでいきます。



手を出来るだけ高く上げることで、上半身の筋肉が鍛えられます。



両手を胸の前で合わせて、押し付けて、骨に刺激を与えています。手の根元に力を入れることが大切です。

食事の時間になっても、ごはんを食べたくない方(食事拒否)

【事例内容】

認知症の利用者 A さんは、食事の時間になってもなかなかご飯に手をつけてくれません。「食事の時間なので、食べてください」「後からお腹がすいてしまいますよ」と介助をしていた職員が何度も声をかけると、A さんは「食べない!」と怒り出してしまいました。なぜ A さんは怒り出してしまったのでしょうか?

上記の内容では、利用者 A さんのことを理解しようとしないうちに、介護職員が「食べてください」「後でおなかがすきますよ」と繰り返したことで、食事を強要することにつながり、A さんは焦ってしまいます。

ステップ① 現状の理解と確認事項【現場の目線】

- ・お腹が空いていない状況なのか
- ・気持ち(気分)が悪いのか
- ・便秘でお腹が苦しいのか(お腹の調子がよくないのか)
- ・寝不足で食より睡眠の欲が強く出ているのか
- ・職員の声かけやその時の状況はどうだったのか

上記のような原因が考えられ、なぜ A さんが食事を取りたくないかを考えましょう。

ステップ② 現状を整理し改善可能なポイントを探る【栄養士の目線】

- ・日常生活のリズムを確認して、食事と食事の時間の間隔が短かすぎないか、眠たくなる時間帯と、食事の時間帯が重なっていないかを確認をします。A さんが覚醒しておられ、空腹を感じられる時間に食事ができるように生活のペースを見直してもらったうえで、次の原因を考えていきます。
- ・身体的な不調や口腔内の違和感に関しても、言葉で訴えることが難しくなってくるので、食事をされているときの様子を実際に見て、口の動きや咀嚼(噛む)、嚥下(飲み込み)の様子を確認し原因を探ります。そして、可能性のある原因について、現場の介護職員と確認をとり継続できるケアを行い経過をみます。

ステップ③ 実践可能な内容を取り上げ、経過をみる

A さんの食べたくない原因を、認知症のせいだと決めつけるのは望ましくありません。

利用者さんの「食べない」「いない」は、「食べたくない」「今は食べられない」などの理由が上手く表現できず、自分が持っている「思い」を表現しておられるのかもしれませんが、まず、ご利用者さんの一日の流れを再検討し、「食べる、飲む」だけを繰り返す生活になっていないか。また、活動量が少なく空腹になっていないことが原因と考えられる場合は、生活動作も含め日々の活動を増やせるようにしましょう。その他にも、食事時間をずらしたり、「無理なくて大丈夫ですよ」「残しても大丈夫ですよ」などの声掛けをし、利用者さんの精神的負担が軽くなるように努めましょう。介護者による「作られた認知症の進行」にならないように気を付けましょう。

おやつ作り



10月 12日(水)たこ焼き

10月 24日(月)ホットケーキ

10月 29日(土)おやき

お誕生日会

10月 3日(月)

10月 4日(火)

社会福祉法人 近江ちいろば会 デイサービスセンター みなくちみんなの家
ホームページ <https://chiiroba.jp/> 甲賀市水口町本丸 2-54 電話 0748-76-3091

介護の事なら「ケアプランセンター みなくちみんなの家」のケアマネジャーにご相談ください。
(月曜日～金曜日) 電話 0748-76-3090 FAX0748-76-3093