

10月の報告

～おやつバイキング～

天気が良かったので外で行いました。青空の下で音楽を聴きながら、楽しいひとときを過ごしておられました。日光浴は、骨粗しょう症の予防や免疫力アップ、心の安定など様々な効果があると言われていきます。今後も天気の良い日は外での活動を増やして行きたいと思っています。



～お米のもみとり、脱穀作業～

稲刈りを終え、乾かしていた稲を、手作業でもみとりし、すり鉢とボールを使って脱穀して頂きました。「これどうすんの?」、「へえー、こんなやり方したことないわ。」とお話しながら、根気のいる作業ですが、皆さん集中してやって下さっていました。色々な作業を通して、やりがいや達成感、楽しみを感じて頂き、持っておられる能力の維持を目的に今後も色々な活動をしていきたいと思っています。



11月の体操(歩行編)

足の筋力が弱く、膝や足首の関節の動きが悪いと、うまく歩くことが出来ず、転倒しやすくなります。実際の体操では、歩く時に膝がカクッと膝折れしないように、膝を伸ばし、足首やつま先、かかとを動かし、歩く時にしっかりと足が踏ん張れるように、足全体の筋力を鍛える運動を行っています。また長時間椅子に座り、同じ姿勢を続けていると、血液の循環が悪くなり足がむくんでいきます。足を動かすことで血流が良くなり、足のむくみを解消する効果もあります。皆さんがいつまでも転倒せずにスムーズに歩けるように取り組んでいきます。



膝を伸ばしてつま先を上げ、足全体の筋肉を鍛えています。早いスピードで上げるとより効果的です。



立ち上がる時、立っている時に、親指に体重をかけると身体のバランスが取りやすくなるため、立位姿勢を保つ体操を行っています。

食事をすることが苦痛になっている方

【事例内容】

認知症の入居者 B さんは食事介助が必要です。介護職員は忙しさを理由に、立ったまま食事介助を行っていました。あるとき、B さんが食事や水分をとるときに「むせる」傾向があったので、食事形態をソフト食からミキサー食に変更をしました。しかし、B さんは食事介助をするときに、口を開けるとか手で払いのけるようになってしまいました。なぜ B さんは食事をすることが嫌になってしまったのでしょうか？食事介助するときに職員は、入居者さんの食事が「食べてもらうだけの作業」にならないようにしなければいけません。

ステップ① 現状の理解と確認事項【現場の目線】

- ・入居者さんが食事しやすい姿勢になっているか
(座っている姿勢で歪み・傾きのない姿勢になっているか)
- ・呼吸がしにくかったり、口があけにくくなっていないか
- ・咀嚼できる状態か、また嚥下しやすい状態か
- ・職員の食事介助の仕方はどうだったか など



食事の際に苦痛が伴う介助姿勢になっていないか、上記の内容を確認してみましょう。

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】

- ・なぜ B さんが口を開けなくなってしまったのか、原因を考えましょう。
食事をするとときにむせることが苦しいのか、口腔内の違和感(痛み・異物感)があるのか
食事介助するタイミングと B さんの食べようとするタイミングがずれているのか
体調不良がみられ食べたくないのか
- ・食事形態を変えるときは慎重に行いましょう。
咀嚼・嚥下機能のアセスメントも行ったうえで、食事の見た目や使用している食器、配膳方法なども入居者さんが混乱をしないように、環境を変えることなく食事できるように配慮しましょう。

ステップ③ 実践可能な内容を取り上げ、経過をみる

介助する職員が「食事をとってもらう」ことだけに目を向けると、B さんに対して苦痛が伴う介助になってしまいます。入居者さんからすれば、食事の環境と食事の形態(見た目)が変わってしまうことで、食べ物だと思っていないものが口に運ばれてくると思い、手で払いのけてしまうといった行為につながってしまうでしょう。入居者さんがスムーズに食事が食べられるように、事前の準備や食事をする環境への配慮ができれば、入居者さんの負担や不快になってしまっていることを軽減でき、安心した「食事」につながります。食事が「食べてもらうだけの作業」にならないように、入居者さんの「尊厳」を大切に食事介助を行いましょう。

おやつ作り

11月	10日	(木)	たこやき
11月	14日	(月)	おはぎ
11月	22日	(火)	ホットケーキ

お誕生日会

11月	9日	(水)
11月	23日	(水)
11月	28日	(月)



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

社会福祉法人 近江ちいしば会 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