



1月の活動報告

～ 絵馬作り ～

今年の抱負を考えて、絵馬に書いて頂きました。「楽しく過ごせますように！」「健康でいられますように！」など、お一人お一人書いて頂き、シールや折り紙を使って、飾り付けをして下さいました。文字を書くことが難しくなっている方もおられ、職員が利用者さんの気持ちをよく聞き、代筆させて頂きましたが、長年にわたり何度も書いてこられたご自分のお名前は、自然と手が動くご様子で、文章を考えたり文字を書くことが難しくなっていた方も、ご自分の名前はしっかりと書いて下さいました。文字を書く時には、足にも力を入れしっかりとした姿勢を保つ事が重要です。そして、指先に力を入れ文字を書くことで、脳を活性化させ、認知症の予防にもなります。日常生活の向上を目的に、レクリエーションなどの活動を通して、取り組んでいきたいと思ひます。



2月の体操(移乗動作の体操)

年齢を重ねると下肢筋力が低下し、「立ち上がる」、「身体の向きを変える」時に身体のバランスが取りにくくなったり、バランスを崩しやすくなり、転倒してしまうことがあります。ベッドから車椅子への移動、車の乗り降り、トイレの便座やお風呂の浴槽などへ移動することを「移乗する」と言ひます。移乗を身体に負担なくスムーズにするためには、「立ち上がる」、「身体の向きを変える」動作が大切です。

実際の体操では、手足を大きく動かし足踏みをし、身体の方角を変える体操や、足を引き、お辞儀をするように前かがみになり、お尻を突き出すようにしてお尻を自然とあげて立ち上がる体操を中心に行っています。皆さんがお家でもスムーズに移乗して頂けるように取り組んでいきます。

お尻を前へ突き出すように、お辞儀をするような姿勢になって椅子から立ち上がります。



大きく腕を振り、足踏みをしながら身体の方角を変えていきます。



消化器官の病態により閉塞がみられる方の食事について

【事例内容】消化器官が普通食を食べると閉塞して詰まる可能性がある病態であるため、ペースト食を食べるようになられたグループホーム入居者のA様。最近、食欲の低下がみられ活動量も減少し活気のない状態が続いています。食事の摂取量も減少しており、体重の減少も見られています。パンが好きな方ですが、固形物を摂取するには閉塞の可能性があり提供するのが心配です。何かA様の好きなものを食べていただける良い方法はないでしょうか？とグループホームの職員さんから相談を受けました。

ステップ① 現状の理解と確認事項【現場の目線】

- ・食事の摂取量が低下、元気がない
- ・嚥下機能に問題はないが、消化器官が閉塞して詰まる可能性のある病状
- ・好きな食べ物はパン
- ・好きなものは進んで召し上がられる
- ・ペースト食は残されることが多い
- ・食堂からの食事提供にパンのペースト食は対応してもらえない



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】

消化器官の閉塞が起こらないようにすることが最優先。食事の形態はペースト食が必須で、エンシュア(高カロリー栄養剤)を処方され飲んでおられるので、栄養状態の確保が可能であると判断しました。A様に食べたいという意欲を持っていただくために、A様の好きなパンをペースト状にしたパン粥を作ることを提案しました。食堂からは、パンのペースト食やパン粥は提供をしていないので、グループホームの職員さんに作り方のレクチャーを行い、A様が好んで召し上がってくださるか、実際に提供をしました。

ステップ③ 実践可能な内容を取り上げ、経過をみる

グループホームの職員さんと一緒に作ったパン粥を、A様は「美味しいなあ」といって完食されました。このことで、好きな味のペースト状の食事は好んで食べられることが分かりました。パン粥の提供を継続できるように、グループホーム職員の方全員にパン粥の作り方を覚えていただきました。その後、ご家族様が持参くださった、クリームパン等の味のついたパンもパン粥にすることで召し上がられ、食事の摂取量は相談があった時よりは改善し、A様の活動量も戻ったと報告を頂きました。今回の事例のように、好きな食べ物がペースト状であっても、味わえるものであれば食事の摂取量は増え、それをきっかけに他のペースト食に関しても食べようとする行動に繋がることが分かりました。認知症の方の食事提供は、様々な要因が重なり合って実際の問題点が見えにくく、解決策を探るのが難しく思えるかもしれません。しかし、何かきっかけを見つけることで、改善に結びつくこともたくさんあります。まずは、入居者様の様子をしっかりとみて、何かできそうなことに取り組むことが必要なのかもしれないですね。



おやつ作り



6日(月) たこやき
16日(木) 八つ橋
24日(木) ホットケーキ

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