

ニコニコ

夏号
Vol.11

利用者様の生活、当施設の運営方針等をお知らせする広報誌です



和やかな春

新緑がまぶしい季節、施設では楽しい行事が続きました。新茶会では、職員が茶娘の衣装をまとい、ご利用者の皆さまへ香り豊かな新茶をお届け。

「きれいだね」「お茶がおいしいね」と笑顔が広がりました。また、ボランティアの皆さまによるオカリナ演奏会も開催。大小さまざまなオカリナのやさしい音色に、会場は温かな雰囲気になりました。さらに調理レクでは、施設の畑で育ったほうれん草を使い、利用者様と一緒に味噌汁作りを実施。協力して作った味噌汁は格別の味でした。



専門知識を地域へ発信

4月17日夕方、地域貢献活動として、地域のケアマネジャーや多職種の方々に向けて講演会を行いました。当施設の作業療法士が中心となり、「認知症の方が見ている世界」というテーマで、認知症の方々の聴覚や視覚といった五感を実際に体験していただきました。

例えば、認知症の方々の聴覚は、“他者の会話が早送りになって聞こえている”と言われています。実際に私たちも2倍速の会話を聞こうとすると、内容を理解するのが難しく、更にスピードについていこうと相当な集中力を使います。そのため、認知症の方との会話は“ゆっくり、2～3語でシンプルに”といった工夫が必要となるのです。

今後も定期的にこのような体験や講演を行い、地域の方々の健康や生活がより良いものになるよう、老健としてできることを模索していきたいと考えています。次回は8月頃、「熱中症に負けない身体作り」をテーマに、管理栄養士と作業療法士が講演会を行う予定です。

(作業療法士)



熱中症予防と水分補給



手作り経口補水液

	水1L	水500mL
砂糖	大さじ 4・1/2 (40g)	大さじ 2・1/3 (20g)
塩	小さじ1/2 (3g)	小さじ1/4 (1.5g)

- 経口補水液は脱水時の補給を目的とした飲料です。スポーツドリンクのような日常的な水分補給には適しません。
- 塩分・カリウム制限のある方は医師にご相談ください。
- 材料は正確に計量し、作り置きはせず当日中に飲み切りましょう。

参考：厚生労働省 熱中症予防のための情報・資料サイト／大塚製薬

けた飲み物やゼリー状飲料を提供し、安全に摂取できるよう配慮しています。

高齢になると、喉の渇きを感じにくくなったり、トイレを気にして水分を控えたりすることで、水分不足になりやすくなります。脱水症や熱中症を予防するためには、喉が渇く前からこまめに水分を補給することが大切です。特に、起床時や就寝前、入浴の前後などは意識して水分を摂るよう心掛けましょう。

今回は、ご家庭でも緊急時に活用できる経口補水液のレシピをご紹介します。市販品を常備しておくこともおすすめですが、いざという時のために作り方を知っておくと安心です。
(介護課)

暑い季節になると、熱中症や脱水症への注意が必要になります。当施設では、入所ご利用者の皆様に1日1Lの水分摂取を目標(*)として、1日5回の水分補給時間を設けています。また、水分摂取量を記録し、十分な水分が摂れているかを日々確認しています。

週3回は「ジュースの日」、日曜日は「喫茶の日」を設けており、喫茶の日には、コーヒーやココアなどお好みの飲み物を楽しんでいただいています。また、嚥下機能が低下している方には、とろみを

※水分調整が必要な方や小柄な方は、別途目標値を設定する場合があります

シリーズ 委員会のご紹介 褥瘡委員会

褥瘡（床ずれ）とは？

寝たきりや車椅子の使用などにより、同じ場所に長時間圧力がかかることで、皮膚の血流が悪くなり傷ができてしまう状態のことです。

当施設では、褥瘡の発生を未然に防ぎ、すでにある傷を一日でも早く治すために「褥瘡委員会」を設置しています。委員は医師、看護師、介護士、理学療法士、管理栄養士などで構成されており、多職種が連携しながら活動しています。月1回のラウンドやリスク評価、環境調整、栄養管理、スキンケアなどに取り組み、「つくらない・悪化させない・治す」

を合言葉に、褥瘡ゼロを目指しています。気になることがございましたら、お気軽にスタッフまでお声がけください。



4月30日、夜間に火災が発生した想定防災訓練を実施しました。少人数での対応となる夜間。初期消火や通報、利用者様の避難誘導など、職員一人ひとりが役割を確認しながら訓練を行いました。万が一の際にも落ち着いて行動できるよう、今後も継続して防災意識の向上に努めてまいります。

(BCP委員会)

介護老人保健施設
みんなの笑顔

☎ 03-3921-2525

✉ info@kawamitsu.or.jp

🌐 <https://www.kawamitsu.or.jp/home.php>

