

グループホームいしい  
小規模多機能ホームいしい

# 心の便り



グループホームいしい・デイサービスいしい

松山市北井門3丁目14-28

TEL089-956-1213 FAX089-956-0577

info@ishii-c.jp

小規模多機能ホームいしい・住宅型有料老人ホームいしい

松山市北井門2丁目9-15

TEL089-948-9777 FAX089-948-9778

sh-ishii@plum.ocn.ne.jp



## 平成28年8月号

### 統括施設長あいさつ

立秋を前にしてまだ暑い日が続いておりますがいかがお過ごしでしょうか

当ホームでは、平成22年度より美しいまちづくりの推進のため、事業所や自宅周辺など身近なところを定期的に清掃することを目的としたプチ美化運動の清掃活動を入居者様と一緒に実施してまいりました。

平成28年7月10日（日）第41回市民大清掃結団式において表彰式に出席させていただきました

平成28年度「プチ美化運動」優良団体として賞状をいただくことができました。

少しずつではありますが、今後も入居者様と一緒に活動を続けていきたいと思っております。

まだまだ、出来ていないこともあります、入居者様の「その人らしい生活を」大切に思い寄り添いながら歩んでいきたいと思っております。

今後ともよろしくお願ひ致します。

河本 幸恵



### 7月の行事

- 06日 パンの移動販売（しほやさん）
- 07日七夕
- 08日 カットサービス（1F）
- 11日 音楽療法
- 12日 トミーケア様交流会
- 13日 T.I 様誕生日  
職員会
- 15日 園芸療法
- 20日 パンの移動販売（しほやさん）
- 27日 職員勉強会  
（認知症の基礎知識・介護職員の心得）

### 8月の行事予定

- 03日 パンの移動販売（しほやさん）
- 06日 白山神社盆踊り
- 08日 音楽療法
- 10日 K.K 様誕生日  
職員会
- 15日 S.K 様誕生日
- 17日 パンの移動販売（しほやさん）
- 20日 夕涼み会

# ★ ★ 音楽を楽しもう ★ ★



7月11日（月）は音楽療法がありました。  
7月7日が七夕だった事もあり、最初の1曲目は『たなばた』を皆で歌いました。先生が「7月7日は何の日でしょう？」と季節見当識や回想を促す質問をすると「何の日？」と顔を見合わせるようなこともありました。

しかし、たなばたの曲が流れると皆様に馴染み深い曲だったようで、とても声が出ていました。「懐かしいね～」と笑顔が見られました。

身体機能を活性化させ、血行促進を図るために『真っ赤な太陽』を振り付きで歌いました。

「誰の歌でしょう？」という質問に「ひばりよ！」さすが美空ひばりさん！とても人気があります。

少し、難しい振り付けでしたが何とか最後まで踊りきった皆様の顔はやりきったぞ！という感じがうかがえました。

好きな歌を大きな声で歌うのは、とても気持ちがいいですね。



# 短冊に想いをこめて

7月7日(木)にみんなで七夕飾りをしました。  
短冊1枚1枚に気持ちをこめて願いを書いて  
いきました。

『健やかに過ごせますように』とO.M様。

「ちょっと字を間違えちゃった。」と言いながら  
も想いを込めて一生懸命書かれていました。

『おしゃれな時計が欲しいです』とM.T様。時  
計が好きで時計の広告を見つけるといつもニコ  
ニコとしながら眺めています。

『みなさまの願いが叶いますように』職員一同  
心から祈っています☆



## happy birthday



7月13日(水)はT.I様のお誕生日でした。  
ケーキを前にしてピースサインをされる  
T様。とっても嬉しそう!!  
T様への誕生日プレゼントはズボンでした。  
ウエストがゴムでとっても楽チン。  
お洒落が好きで洋服もたくさん持っている T  
様。このズボンをはいてもっとオシャレをし  
てくださいね。



# プチ美化運動

グループホームいしいでは、プチ美化運動に参加し、決まった曜日に近隣のゴミ拾いを入居者さまと一緒にを行っています。

市民大清掃の7月10日に授賞式に出席させていただき松山市から、このような立派な表彰状をいただきました！

ホームの玄関に大切に飾らせていただいています。今後もプチ美化運動を入居者さまと一緒にがんばっていききたいと思います。



## カフェへ行こう



7月29日（金）は、1階と2階の入居者さまと一緒に近所の喫茶店へ行きました。

メニューをみて「何がいいかな？」「モーニングもやりよる！」と食欲旺盛。みなさま時間をかけてじっくりと選ばれていました。

「私はチョコバナナワッフル！」とO.M様。前は巨大パフェでしたが、今回はワッフルに挑戦です。食べ応え十分な大きなワッフルを前に「おいしそうですね～」と笑顔。全部食べられるかな～と心配しながら見ていましたが、その必要はなかったようです。ペロッと完食されていました。やっぱり甘いものは別腹ですね(\*^\_^\*)

他の方もケーキやコーヒーフロートなど好きなものを注文され「美味しいね～」

「昔、うちの近所にね～」と会話が弾んでいました。

また、みんなで美味しいものを食べに行きましょうね☆



# 認知症の基礎知識

## 認知症とは

後天的な脳の器質障害により、これまでに得てきた知識等が持続的、比較的短時間でレベルが下がって日常生活にも支障が出る病気です。症状は慢性的に続き進行し6ヶ月以上継続するのが特徴です。

## 認知症の症状

認知症の症状は、一般的には、認知症の人に共通してみられる中核症状と、さまざまな要因によって現れると考えられているBPSD(認知症の行動・心理状態)の2種類に分類されます。

## 中核症状の具体例

- ・記憶障害  
物事を記憶する力が低下。特に、直近の出来事について覚えていられなくなる。
- ・見当識障害  
見当識(いつ・どこ)が低下。日時がわからなくなったり、迷子になったりする。
- ・実行機能障害  
実行機能が低下。計画を立てたり、手順を考えたりすることができなくなる。
- ・理解・判断力障害  
理解・判断能力が低下。物事を順序立てて考えられなくなり、料理や洗濯といった家事ができなくなる。

## 認知症原因疾患（四大認知症）

- ・アルツハイマー型認知症
- ・血管性認知症
- ・レビー小体型認知症
- ・前頭側頭型認知症

## BPSDとは

一般的には「認知症の行動・心理症状」

- ・粗暴な行為(暴言や暴力)・介護拒否
- ・被害妄想・物盗られ妄想
- ・昼夜逆転・夜間せん妄
- ・徘徊・帰宅願望
- ・失禁
- ・異食・物集め
- ・不潔行為・弄便
- ・性的な言動
- ・抑うつ状態

## 出現の原因

- ① 体調不良(脱水・低栄養・便秘・慢性疾患の悪化・急性の病気・怪我等)
- ② 環境や人間関係の変化
- ③ 活動性が低い(寝たきりや閉じこもり)
- ④ 本人にとって不快な状況(周囲のかかわりが適切ではない等)

**ストレス・不安・不快感二次的な要因が影響していることも考えられるため要因にあわせた対応をする事が認知症介護の基本**

# 介護の心得

## ・守秘義務を守る

事業者及びサービス従事者は、訪問介護サービスを提供する上で、知れえた契約者及び、その家族に関する事項を、第三者に漏らしてはならない。

## ・個人を尊重し、威厳ある日常生活が維持できるように支援する

共感的態度で受容し、利用者の意思を尊重し、日常生活を支援する。介護者の価値観や社会的通念を押し付けることなく、利用者の長年築き上げた生活歴を、理解しようと努力し、その人らしい生活が送れるよう支援する。

## ・介護される側の心理を理解する

介護が必要になった利用者の心理を理解し、共感的態度で接し安心して生活が送れるよう援助する。出来ていたことが出来なくなる情けなさ・不安感・羞恥心・苛立ち・希薄になる社会性などを理解しそれに配慮した態度で接する。

## ・介護の適した服装・身だしなみを心がける

清潔感のある身だしなみを心がけ、機能的にすぐれた服装を選ぶ。事故を防ぐためにも、爪は短く切り、余計な飾りはつけない（ピアスや指輪等）動きやすい服装を選び、ボタンやファスナーが介助時に邪魔にならないか配慮する。介護・調理の際、ロングヘアーは邪魔にならないよう束ねる。

## ・安全面への配慮と健康管理を心がける

サービスを提供する際は、安全面に配慮した環境を整え、危険を未然に防ぐ。利用者の健康管理はもとより、介助者自らの健康管理を心がける。利用者に起こりやすい異常の早期発見に務める。転倒や誤嚥などの危険を未然に防ぐよう、環境を整え、予測と予防をふまえた介護を心がける。介護者自らが感染症の媒介とならないように、予防に努める。良い介護をするためには、まず介護者自身が、心身共に健康であるよう心がける。

## ・より良いサービスが提供できるようスキルアップを図る

講習会や研修会には、積極的に参加し、スキルアップを図る。

利用者、介護者お互いの安楽の為にも、知識や技術の向上を心がける。

## ・チームワークであることを理解し、関係者・関係機関との連携を図る

同僚や家族、各社関連機関との信頼関係を築き、連携プレーを心がける。

独断で判断し行動することなく、関係者へ報告・連絡・相談する。

## バイテックス7原則（ケースワークの原則：援助関係を形成する技法）

- 1 個別化の原則（利用者を個人としてとらえ、その人らしい生活：暮らしを援助する）
- 2 意図的な感情表質の原則（援助者は利用者の考えや感情（肯定的な感情も、否定的な感情も）を自由に表現できるように働きかける）
- 3 維持された情報関与の原則（介助者は自身の感情を自覚し吟味しながら、専門的対人関係の中で適切に反応するとともに、援助者自身の感情に押し流されないよう自己統制する必要がある）
- 4 受容の原則（援助者は利用者の人格を大切にし、その尊厳を認め、行動の背後にある感情を含めて、あるがままの言動を暖かく承認する）
- 5 非審判的態度の原則（援助者は利用者の言動を、援助者の価値基準や社会的通念によって評価し非難してはならない）
- 6 自己決定の原則（援助者は利用者の意思に基づく決定ができるように援助していく。決定権は援助者ではなく、利用者本人である）
- 7 秘密保持の原則（利用者から信頼関係を得る為には、秘密（プライバシー）を守らなければならない）
- 8 専門的援助関係の原則（援助者は、個人的な興味・関心から、利用者に関わる事を慎まなければならない）

# 小規模多機能ホームいいい

編集文責：広報委員  
渡邊道夫

## 7月の行事

- 02日 カットサービス
- 06日 パンの移動販売（しほや）
- 11日 音楽療法
- 13日 職員会、E・Mさん誕生日
- 20日 パンの移動販売（しほや）
- 25日 園芸療法（きゅうりの収穫）
- 26日 避難訓練
- 27日 勉強会（介護の心得・認知症の基礎知識）
- 30日 D・Mさん誕生日

## 8月の行事予定

- 03日 パンの移動販売（しほや）
- 04日 O・Kさん誕生日
- 05日 カットサービス
- 06日 白山神社盆踊り
- 08日 音楽療法
- 10日 職員会、F・Kさん誕生日
- 17日 パンの移動販売（しほや）
- 20日 夕涼み会
- 26日 運営推進会議



## 暑い夏を唄って楽しもう



7月の音楽療子は、夏の曲を中心に唄いました。まずは、「たなばた」を唄いました。先生が弾かれるメロディーに合わせて、皆一斉に唄われていました。続いて「夏の思い出」では下肢運動をしながら唄いました。「夏といえば何を思い出しますか？」の問いかけに、T・Kさんは「海や川で泳いだよ」と仰られました。

「花火」ではジャンケン指体操を交えて唄いました。皆、楽しそうにジャンケンしながら、唄われていました。「知床旅情」では楽器を使い、マラカスの組とスズの組に分かれて、リズムを取り合いながら唄いました。K・Sさんは曲に合わせて、楽しそうにマラカスを振られていました。





# 避難訓練をしました



7月26日は消防避難訓練を行いました。職員の誘導のもと、利用者様も落ち着いて安全に避難することが出来ました。「こけたら、いかにから、ゆっくり急いで行きますよ」の職員の声かけに、I・Mさんは「はいはい、そうしましょう」と仰られ、慎重に歩かれました。訓練後、職員間にて消火器の使用方法や避難経路についての再確認を実施しました。



# キュウリを収穫しました



7月の園芸療法はキュウリを収穫しました。今年のキュウリは豊作で、大変大きく育っていました。M・Yさんは、大きなキュウリを手になされて、「こんな大きなキュウリ、見たことないよ」と驚かされていました。また、普通の大きさのキュウリもたくさん収穫され、K・Sさんは「みずみずしくて、美味しそうね」と、ニコニコされていました。収穫されたキュウリは、早速、お昼ごはんのサラダの中に入れられました。皆、穫れたてのキュウリを口にされ「これは新鮮で美味しいね」と大変満足されていました。また、大きなキュウリについては、中の種も大きく沢山あったため、取り除くのに手間がかかり、その割には大味で、あまり食用には適しませんでした。





# 日光浴をしました



T・Kさんは、天気の良い日は、ほぼ毎日のように、ベランダに出られて、日光浴をされています。太陽エネルギーを体いっばいに受けられるせいか、毎日元気に暮らしていらっしやいます。いつも「ポカポカして、気持ちいいよ。」と仰られます。



# 誕生日おめでとうございます



7月13日は、E・Mさんの誕生日でした。誕生日プレゼントに、コップと靴下、そして櫛が贈られました。「あー、これ欲しかったんよ」と早速、鏡を見ながら櫛を頭に付けられました。そして「うん、これは使い易くていいわ、良く似合ってるし」と、大変喜ばれていました。



7月30日は、D・Mさんの誕生日でした。誕生日プレゼントに、腕抜き、買物バッグ、バンダナが贈られました。特に腕抜きについては、大変気に入られ、早速、腕を通されながら、感触を確かめられていました。「この腕抜き、デザインも良くて、使い勝手もいいから大切にに使わせていただきます」と大変喜ばれていました。



# 今日は洗濯日和でした



今日は、長かった梅雨も明けて、久しぶりの快晴で、T・Kさんも張り切って洗濯物を干して下さいました。ひとつひとつ、丁寧にシワを伸ばしながら、干していかれました。「今日はとってもよく晴れているでしょ。こんな日だと、洗濯物もよく乾くよ。」と、眩しそうに空を見上げながら仰られました。



## 今月の一句

