

はくちょう便り

～No.33～



いつもお世話になりありがとうございます。このお便りを読んでもうありがとうございます。今年も例にもれず、職員の皆さんとともに本年の抱負を述べました。ズバリ“いろんなことに挑戦する”です。

とりあえず、食わず嫌いをやめることからはじめようと思っています。ボク自身、デイサービスセンターの目的は、在宅生活の継続支援だと考えています。そのためには、在宅生活を継続させる意味をご本人、

ご家族さま、そしてそのことを支援させて頂いている我々が共通認識として持ち、何より、自分たちの役割を共通理解しておくことが最も大切だと思います。いろいろな事情で、自らの生活を犠牲にしながら介護をされているご家族さまや、ぎりぎりの生活を独りで継続していくには、相当の覚悟とご苦勞が必要だと思います。それでも家で暮らしたいと思える気持ちづくりにお役に立てればと心から思います。そして、その苦勞を一つでも減らすことが我々の使命だと考えています。

小さなことしかできませんが、役割は大きいと気持ちを奮い立たせ頑張っていきますので、どうぞご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

小林 政毅

家族交流会にも癒しが必要！！



2月10日に太陽公園内のレストハウスワンにて今回で12回目となる家族交流会を開催しました。今回は、アロマでリラックスと題し、アロマボランティアサークルカモンから5名の皆さまのご協力を頂き、ハンドトリートメントやハーブティーでリラックスして頂きました。



今までは、介護や医療にまつわる話題の提供が多かったのですが、今回はあえて介護から離れてリラックスの時間とを思い企画させていただきました。

30名近くのご参加いただき、大好評で、皆さまの話も弾んでおられました。かえって“らしくない”ことの方が力が抜けていい結果になったと勉強になりました。

これからも継続的に開催していきます。はくちょうご利用の方以外でも介護をされているご家族さまであればどなたでも参加可能ですので、ご興味があればぜひご連絡下さい。

今年もまだまだやれるデイ作品展示会に出展しました！！



2月3日（水）～7日（日）に開催されましたまだまだやれるデイ作品展示会に出展・見学に行きました。今年は、卵の殻を貼り付けた“秋の金閣寺”の壁画や“ねぶた祭り”をテーマに作った作品や、手芸クラブで作った作品など多数の作品を出展いたしました。

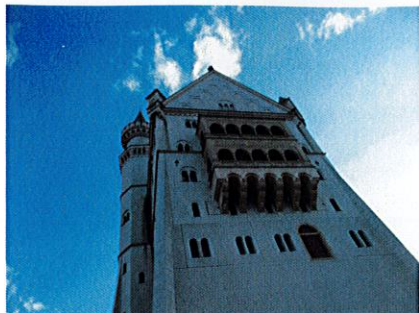
この“金閣寺”の壁画は半年をかけコツコツ仕上げました。利用者

の皆さんと見学に行ったときに、利用者の皆さんが誇らしげに、自分たちが作った作品を見学されているのが、嬉しく印象的でした。

出来上がりは圧巻で、はくちょう玄関横の壁に展示していますので、はくちょうへお越しの際にはぜひご覧くださいませ！！

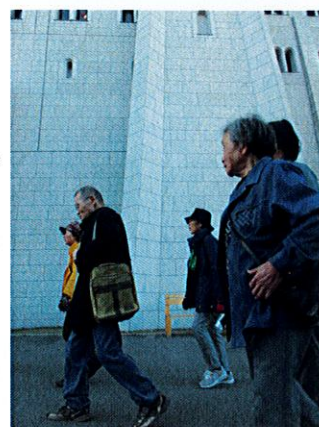


今日の外出先はどこでしょう！！



はくちょうでは、毎日少人数で外出を行っています。
 行先は様々で、喫茶店や、薬局・スーパーなど、利用者さまの希望を聞きながら、生活リハビリも兼ね、行っています。
 ひとり暮らしでなかなか買い物ができない方や、たまにはラーメンも食べに行きたい・・・などの声を参考に外出先を決めています。

写真は、太陽公園が誇る世界に羽ばたく??
 白鳥城へ行った時の写真です。少々風が強く、移動距離が長いのが難点ですが、トリックアートも見ごたえ十分です。写真をお見せ出来なのが残念なくらいです。
 外の空気を吸って気分転換！！器具を使ってリハビリもいいですが、何よりもの最高のリハビリかもしれませんね。



脳若返りプログラムの効果を発表します！！

脳若返りプログラムって？

		1回目(H27.6)	2回目(H27.12)	前回比較 (%)
1.時間の見当識	5点	3.38	3.74	111
2.場所の見当識	5点	3.74	3.82	102
3.即時想起	3点	2.92	2.92	100
4.計算	5点	1.69	2.59	153
5.遅延再生	3点	1.87	2	107
6.物品呼称	2点	1.97	1.92	97
7.文の復唱	1点	0.95	0.85	89
8.口頭指示	3点	3	2.79	93
9.書字指示	1点	0.9	0.9	100
10.自発書字	1点	0.67	0.74	112
11.図形模写	1点	0.9	0.92	103
合計 (30点満点)		22	23.41	106

今は大丈夫だけれどこれから認知症にならないか不安...と思われている方や、初期認知症を対象とした認知症予防・認知機能の呼び戻しに特化したプログラムのことです。
 認知症予防に効果的な運動プログラム（二重課題や有酸素運動を取り入れた）を毎回行い、定期的に認知機能の評価テスト（MMSE）を行い、主体的に認知症予防に取りこんでいただくというものです。

※参加希望者39名分のMMSE(認知機能の評価テスト)平均値



脳若返りプログラムの一風景です。

集計をしていて気付いたことは、もともとの点数が15点以上の方の点数の伸びがかなり大きく、もともとの点数が10点以下の方への効果は薄かったということです。
 大切なのは、認知症予防を主体的に取り組んでいただくこと、なるべく早くに取り組んでいただくことです。
 この脳若返りプログラムを行うにあたり、もっとも職員が心掛けていることは、“笑い”です。笑いこそもっとも大切な心のリハビリなのかも知れませんね。