

夢コープニュース



〒420-0851 静岡県葵区黒金町 12-5 丸伸ビル 6F
TEL (054)275-1100 / FAX (054)275-1133
MAIL honbu@yumecoop.jp / URL http://www.yumecoop.jp/

事業所
リレー
つうしん



this month
9月

どうぞの家

今年の夏も連日「命にかかわる暑さ」になっています。

フロアの東側の大きな窓に、毎年日よけのすだれを掛けています。今年ご利用者がおりがみで折った朝顔、金魚、セミの飾りつけをしてくださ



いました。とても涼し気で、熱中症対策もバッチリです。



5月に種をまき、まだかまだかと楽しみにしていた「百日草」が咲きました。夏から秋までの百日という長い間咲き続ける草花だそうです。百歳を目指しているご利用者にピッタリの花ですね。

定例理事会 8月22日(火) 承認事項

- ① 一般事業主行動計画について

7月度活動結果報告

夢コープ職員数	339名	実働数	330名
事業	活動時間数		
くらしの助け合い	2,280.25 時間		
介護保険 訪問系サービス	4,405.50 時間		
障害福祉サービス	1,846.25 時間		
居宅介護支援	要介護	総合支援	
	465名	203名	
施設名	開所日	当月利用者数	利用者数/1日
どうぞの家	26日	21名	6.15名
夢コープふじ	26日	12名	5.65名
夢コープいた	15日	28名	6.20名

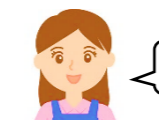
交通安全スローガン

無理しない 睡眠不足は 事故のもと



♪おすすめ簡単レシピ♪

野菜のゆかり和え

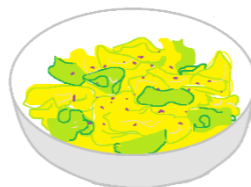


ヘルパーさん

ご利用者宅で、もう一品！

材料

- キャベツ 適宜
- きゅうり 適宜
- かいわれ大根 少々
- ゆかり 少々



作り方

- ① キャベツは千切りにしてさっとゆでる
 - ② きゅうりは小口切り
 - ③ 野菜とゆかりを和える
 - ④ ③を盛りつけかいわれ大根を飾る
- ※ちりめんじゃこをトッピングにしても！

先日、初めて本格的なマッサージを体験しました。足裏から始まり、頭までしっかりと施術をしてもらいました。1対1で対応してもらうことに最初は緊張しましたが、マッサージの箇所が変わるたびにこれから何をするのかの説明があり、少しずつ安心でき、最後はすっかりリラックスして優雅な時間を堪能しました。

仕事柄、どうしてもご利用者とヘルパーの関係を連想してしまいます。初めてマッサージを利用して、改めて気づいたことを忘れずにいたいと思います。

開始前、初めて会った人に手を当てられることに少し抵抗がありました。手を当てる前に、「これからこういうことをしますよ」と言ってもらい、とても安心できました。

途中で、力の入れ具合の適切さや痛みの有無を聞いてくれ、こちらから言いにくいことを伝えるタイミングを提供してくれます。

ここを動かすとこの筋肉に繋がっているなどと説明もあり勉強になりました。

何より一番、「人の手の柔らかさと温かさ」を感じました。手のひらに接した箇所から優しさが伝わってくるようでした。

ヘルパーとしてご利用者に触れる時、この抵抗感を理解していただろうかと反省。これはヘルパーにとってもすごく大切なこと。こんなに安心感が違うなんて！

身体介護中のヘルパーは、忘れてはいけませんよね。言いたくても言えない人は多いはず。

ご利用者に伝えられるよう、体のしくみも知っておきたい。

ヘルパーからもご利用者に同じように優しさが伝わっているよね。

理事長 杉井 初世

認知症の「なぜ？」 「どうして？」新 シリーズ



事例 4. 仲よし夫婦が食べるお茶漬けの正体は？

対応のポイント

栄養ドリンクとお茶の見分けがつかず、栄養ドリンクをかけてお茶漬けを食べています。また牛乳をたくさん買ってしまったり、前日の話を忘れてしまったりと記憶障害もあります。

しかし、夫婦がお互いを信頼し、自立した生活が送れているので問題はないと言えます。安心して過ごせる時間を増やすことが大切です。身近に安心できる人がいて慣れ親しんだ生活ができていれば「安穩」と呼ばれる精神状態になり、認知症でも行動・心理症状に悩むことなく生活できるようになります。

＼ ミーティング やります！ 聞いて話して繋がろう！

昨年までミーティング＝研修というイメージでしたが・・・
今年から「ミーティング」は皆で集まって、話し合いをする場です
(年2回開催予定)

コロナの事もあって、ここ数年仲間に会える機会が激減していましたね。
もともと夢コープは、地域の人と人を繋いで助け合おうという
思いで始まりました。
今でもその気持ちを大切にしていきたいと思っています。
その為には、まず、少し希薄になっていた仲間のつながりを強く
したい。

それには・・・
顔を合わせて話をする時間が何より必要。
なかなか会えなかったこの間、感じていたこと、考
えていたことありませんか。
あなたの一言が夢コープの小さな一歩になるかも
しれません。

まずは、仲間がもっとつながって、そして地域とも・・・

第1回のミーティング (9～10月実施予定)

- 皆の思う夢コープのいいところって何?
- その魅力を地域の人に伝えて、
つながりを広げたい

こんなことを話したいと思っています。



年に1回あなたのからだの「健康チェック」

ヘルパー・スタッフの皆さんが元気に働けるように、「特定健診」相当の健康診断と胸部エックス線撮影の受診を夢コープではお勧めし、「奨励金」を出しています。勿論この健診で全てのチェックができるわけではありませんが、元気な方であっても一年に一度健康に目を向けるきっかけにさせていただきたいです。

「特定健診」とは生活習慣病の予防のため、対象者（国民健康保険に加入の40歳～74歳）の方にメタボリックシンドロームに着目した健診

【健診項目】 診察等：問診、診察、身体計測（身長・体重・BMI・腹囲）

尿検査：尿糖、尿たんぱく

血液検査：脂質、血糖、肝機能、腎機能、貧血検査

※75才以上の方には後期高齢者医療制度の健康診査が受けられます。

(特定健診とほぼ同じ)

また、がん検診など様々な検診も市町の助成対象になっているので、積極的に受診しましょう。尚、「検診」は健康な方を対象としているので、自覚症状など気になることがある場合は保険診療で受診します。



自転車用ヘルメット 正しくかぶろう！

- ① 眉毛から指1、2本分おでこが出る程度に水平にかぶる。ヘルメットが前後左右に傾いていないかしっかり確認する。
- ② あごひもがきつすぎると事故時に頸動脈が絞められることもあるので、あごとの間に指1、2本分の隙間ができるよう長さを調整し、ねじれないように締める。
- ③ あごひものV字部分の根元が耳元にくるように調整する。



⚠ あごひもを外したままかぶるのは言語道断！
親は子供がきちんとかぶれているかチェックしよう。

