

あやとり

あやとりは、介護サービス利用者と介護サービス相談室を結ぶ機関紙です。

第77号

発行;那須塩原市

介護サービス相談機関

「介護サービス相談室」

発行日:2023年3月25日



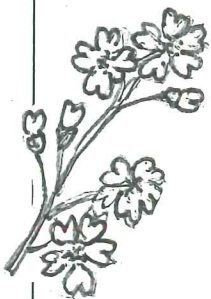
那須塩原市の桜だより

春になると各地から桜の便りが届きます。今年こそ桜の木の下でお花見ができたら良いですね。

✿ 市内の桜の名所 ✿

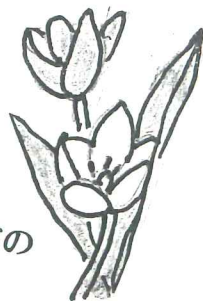
- ・ 黒磯公園
- ・ 東那須野公園
- ・ 烏ヶ森公園
- ・ 乃木神社参道
- ・ 塩原八幡宮
- ・ 塩原温泉実美桜など
- ・ 那珂川河畔公園
- ・ 千本松牧場

御衣黄桜(ギョイコウザクラ)をご存知ですか。鳥野目河川公園に咲くギョイコウザクラは、その他の桜より遅く咲き始め、八重咲の薄緑の花を咲かせます。グリーンの花弁に薄いピンクが混じり何とも言えない雰囲気です。



市ホームページ





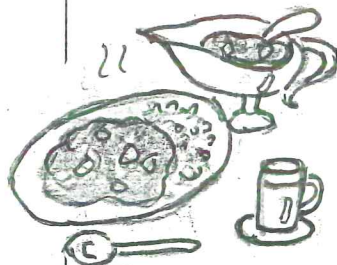
介護サービス相談員の活動から

コロナ禍での市内の事業所や在宅の皆さんの感染対策と生活の工夫、楽しみなどのお話をオンライン訪問や電話などでお伺いしました。

利用者の方々の声(オンライン訪問)

○ 車椅子利用者です。施設では読書や皆さんとお喋りをして楽しく過ごしています。どの食事でも満足ですが特に魚料理が好きで、五目御飯やカレーライスの日も楽しみです。昨日は施設の周りを職員と一緒に散歩をして気持ち良くなったので、夜は良く眠れました。(入所)

○ 半身麻痺になり、最近は家で転ぶことが増え、入所しました。ここは「安心、安全」で、朝起きてから寝るまで何も言う事はありません。職員には何でも相談出来て幸せです。ここが私の「終の棲家」です。(入所)



家族の方の声

○ 長期間泊りを利用していた母が入院し、面会もままならないうちで退院を勧められ困っていた時、施設で今まで通り看てくれると言ってくれました。亡くなるまでの数週間、家族にもできない優しい介護を続け、看取りもしてくれました。その時のことを思うと、涙が出る程感謝しています。

(小規模多機能)

職員の方々の声

○ 「味覚祭」でけんちん汁を出しました。入所者の皆さん、食が進み、喜んでもらえました。体になじんだ食べ物皆皆さんを元気にしてくれるようです。完食でした。(入所)

○ オンラインに参加している利用者さんの中には、「画面を見ながら話をした」と家族に自慢する方もいます。施設側では外出もままならない中、外からの刺激は有難いので今後とも宜しく願っています。(ショートステイ)

○ 天気の良い日はせめて施設の庭でお茶を飲んだり、散歩をしたいと思います。近所の皆さんは「高齢者施設と関わりたくない。声がうるさい」との事で出来ません。地域密着型の施設なので地域と交流したいと思います。ご理解頂けず残念です。(地域密着型デイサービス)

介護サービス相談員が感じたこと

○ オンライン訪問の時、職員さんと利用者さんのやり取りで日頃の様子がお伺えます。ほのぼのとした姿に癒されます。

○ 「全国介護サービス相談活動事例報告会」の研修ではオンライン活動は23自治体。栃木県では那須塩原市のみです。各施設職員の皆さまには、ご負担を掛けていますが、オンライン訪問は職員の皆さまのサポートで成り立っています。有難うございます。



居宅サービスの種類

居宅サービスとは、自宅を中心に利用するサービスです。さまざまな種類がありますが、今回は「自宅に訪問してもらう」サービスをご紹介します。

【自宅に訪問してもらう】

訪問介護

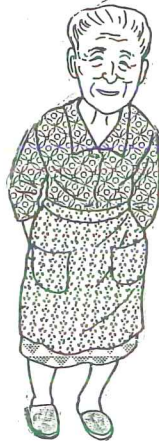
ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、身体介護や生活援助を受けます。

《生活援助》

- ・ 住居の掃除、洗濯、買物
- ・ 食事の準備、調理など

《身体介護》

- ・ 食事や入浴、排せつなどの介助
- ・ 着替えやシーツの交換など



訪問看護

医師の指示書に基づき、看護師などに訪問してもらい、床ずれの手当や点滴の管理をしてもらいます。

居宅療養管理指導

通院が困難な方で、医師の指示書に基づき、医師、歯科医師、薬剤師、歯科衛生士などに訪問してもらい、薬の飲み方、食事など療養上の管理・指導を受けます。

訪問リハビリテーション

理学療法士、作業療法士、言語聴覚士などリハビリの専門家に訪問してもらい、自宅でリハビリを受けられます。



訪問入浴介護

自宅の浴槽では入浴が難しい場合、専用の浴槽を自宅に持ち込み、看護師や介護職員の入浴介助を受けます。

定期巡回・随時対応型 訪問介護看護（地域密着型）

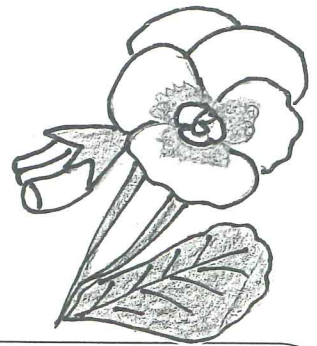
密接に連携をとっている介護職員と看護師が医療や介護を必要とする利用者に「定期巡回」「随時対応」という形で、日中・夜間などの時間帯でも利用できます。

* 要介護1～5の方

* 各種サービス利用をご希望の方は、担当ケアマネジャーにご相談下さい。



ある日の相談室



【電話相談】

骨折で入院、退院後は週2日のヘルパーを利用していました。体調も良くなったのでサービスを止めたら、人との関わりが無くなり毎日が寂しい生活です。ケアマネジャーに連絡したくても、家が散らかっていて書類がどこにあるのか見つからない。これから先が不安です。どうしたら良いですか。
(利用者さん)

担当ケアマネジャーさんの連絡先が分からな時には、高齢福祉課やお住いの地区の地域包括支援センターに問い合わせ、今後についてケアマネジャーさんと良く相談して下さいね。

【来室相談】



老老介護していた妻に先立たれ一人になると、急に気力・体力共に衰え不安になりました。そんな時、妻宛に届いていたあやとりの「住み慣れた我が家で一人暮らし」の記事を読み安心しました。今後、私もヘルパーを利用したいと思いました。
(ご家族)

あやとりを読んで頂き有り難うございます。住み慣れた我が家で暮すため、サービス利用をお考えなら介護認定の申請をお住いの地区の地域包括支援センターに連絡できるように電話番号をお伝えしました。

【来室相談】

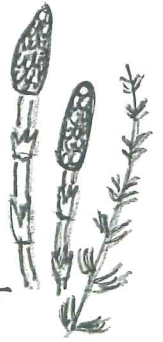
最近ニュースで高齢者世帯の火事が多く、他人事とは思えません。ガスを消し忘れ鍋を焦がしたり、予約を忘れる事も増えました。友人や姉妹も高齢になり、世話になるのも心苦しく気楽に頼れません。一人暮らしなので食事の支度も大変になってきました。高齢者が安心して暮らせる施設はありませんか。
(利用者さん)

「お住いの地区の地域包括支援センターに、ご自分の今後の暮らし方などについてご相談下さい。」と伝えました。ご本人の希望により、相談員が地域包括支援センターに連絡して、日程を打合せ自宅に訪問して頂くことになりました。

◇ 地域包括支援センターは高齢者やご家族、地域住民のなどの身近な総合相談窓口です。

危ない

転倒に注意しましょう



高齢者の怪我の多くは、住宅の中や庭で起きているそうです

*加齢 *病気 *運動不足 などが転倒の大きな原因とも言われ、骨折すると、寝たきりになってしまう人も少なくありません。家の中では居間、茶の間、リビングでの転倒率が一番多いと言われています。

家の中で

- カーペット、こたつ布団、コードなどに足が引っかかり、転びそうになった。
- 小さな段差でつまずいた。
- 手すりの端に袖口、上着を引っかけた。
- 浴室で滑りそうになった。
- 夜、トイレに行こうと立ち上がった時にふらついた。

庭や外で

- 段差やくぼみに足をとられ、バランスを崩した。
- サイズに合わない履物で、転びそうになった。
- 杖の先にあるゴムが気づかない内にすり減って、すべって転びそうになった。
- 少しの下り坂でも、押し車が、急に速くなって慌てた。

あふんかたつ



ふらふら



あふんかたつ

転倒予防のポイント

- 毎日の生活の中で、なるべく体を動かすようにしましょう。
- 床に物を置かないなど、転ばないための「整理整頓」を心がけましょう。
- 天気の良い日は、なるべく太陽にあたりましょう。
- 段差のある所や手すりの端などに、目立つ色のテープを貼っておくと分かり易いです。
- 身の回りの事や家事などが難しくなってきたら、関係機関に早めに相談をしましょう。

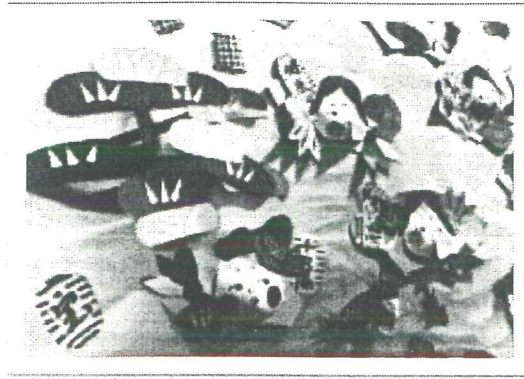
*65歳以上で、一人暮らしの人や高齢者のみの世帯には「緊急通報装置」の貸し出しもしています。

読者の広場

百才に残りの人生詠らかに

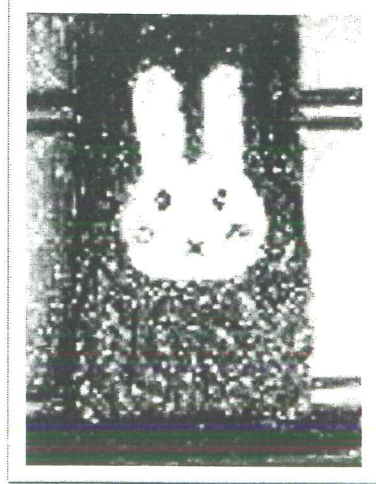
百一歳 色々なことに挑戦しています。

市内在住 川越マツヨさん



利用さんの共同作品

【茶話本舗デイサービス那須塩原】



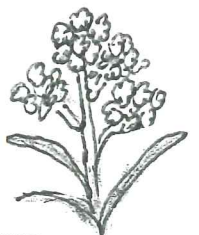
薄紙で干支の貼り絵を皆で作りました。

【デイサービスセンター安暮里】

【デイサービスあおほ】

利用者の皆さんの作品です。

雪かぶる茶臼岳の朝の空
武能



送迎バスに乗る時、家の前からうすら雪がかぶった茶臼が見えた時の様子。

しめず路地遅く咲いたよ母子草
としお

十二月、寒いのに秋の母子草を見つけ、愛くるしい気持ちになった。



中学生が雑巾を縫って来訪してくださる時に、中学生に贈りたいと書いた。

～ 相談室からのご案内 ～

那須塩原市民及びご家族で介護の相談のある方は、相談室へお電話、メールをどうぞ

☎ 0287-73-0056 (9:00～16:30)

✉ soudan730056@gmail.com

〔迷惑メール防止の受信設定をしている場合は、設定解除をお願いします。〕

所在地 〒325-0042 那須塩原市桜町 1-5

介護サービス相談室

編集後記

春のお彼岸が過ぎて桜の季節になりますね。那須塩原市内の桜の名所をご紹介します。

前回に引き続き、居宅サービスの種類の中から、「自宅に訪問してもらおう」を取り上げました。お役に立てば幸いです。

皆様からのご意見、ご投稿をお待ちしています。

