



8月のおひさまだよ!



眩しい太陽の陽射しと共に本格的な夏がやってきました。水遊び、夏祭り、本社訪問など子供たちにとっては、お楽しみの多いこの季節。たくさん遊び、いっぱい食べ、しっかり休息、水分補給など体調管理に気をつけながら、暑い夏を元気に過ごしていきたいと思います。



七夕飾り



がんばって作ったよ!



今月の歌
手のひらを太陽に
お化けなんてないさ
とんぼのめがね
うみ

みんなの願い事届きますように...



今月の行事予定

8月9日(火) 夏祭り
ヨーヨー釣りやゲーム
お化けスライム等
楽しいこといっぱいあります!

8月22日(月)
本社訪問



みんなで修業中



楽しい水遊びで夏を楽しもう♪

夏の健康

8月は生活リズムが崩れがちです。夏バテせず元気に過ごせるようにしましょう。

- 栄養のバランスのとれた食事をしましょう。
- 水分補給にはお茶を飲みましょう。
- 冷たいものは控えましょう。
- 戸外では必ず帽子をかぶりましょう。
- 炎天下では長い間遊ばないようにしましょう。
- 戸外から帰ったら、うがい手洗いしましょう。
- 汗をかいたらふき取り、着替えましょう。
- 早寝早起きしましょう。
- 毎日お風呂に入って体をきれいにしましょう。

新型コロナウイルス第7波が猛威を振るい日に日に感染者が増加しています。

いつ、どこで、誰が感染するのか未知ですが、引き続き手洗い、うがい、消毒、検温などの感染対策をしています。また、場面に応じたマスク使用で熱中症の対策も行っていきたいと思います。

ひゅーまんだより 令和4年8月号

暑い日々が続いています。新型コロナウイルスの感染者が日に日に増加しており、心配事の多い夏ですが私たちに出来ることは、感染予防の正しい知識を持ちそれを地道に実践していくことです。

また、免疫力を上げることは感染予防はもちろん感染時の重症化を防ぐためにも大切です。

- 旬の美味しいものを食べる
- たくさん笑う
- ぐっすりと眠る
- 適度な運動を毎日行う

気軽にできることもたくさんありますので夏を元気に過ごしていきましょう。

ヒューマンホールディングス株式会社

〒820-0082 福岡県飯塚市若菜256-77

もみの木ケアプランセンター
シニアコミュニティーもみの木
もみの木相談支援センター
電話：0948-26-8338

シニアコミュニティーつばき
電話：0948-29-5366

〒820-0001
福岡県飯塚市鯉田1140-2

おひさま
電話：0948-21-0777

もみの木 つばき

検索

VOL.134

岡部柔道整復師のリハビリ講座

こんにちは、柔道整復師の岡部です。今回は「指折り体操」をご紹介します。手は「外部の脳」「第2の脳」と呼ばれ、指先を活発に動かすと多くの刺激が脳に伝わり、リラックス効果も得られます。大掛かりな準備はらず負担をかけず気軽にできますので、ぜひ毎日の習慣にしてみてください。



①から⑥まで、右手は曲げる、左手は伸ばす動きをしていきます。次に、⑥から①まで先ほどと逆の動き（右手は伸ばす、左手は曲げる）をしていきます。

<応用編>慣れてきたら『数字を数えながら』『一人しりとりをしながら』『歌を唄いながら』など指折り体操を行い、運動と頭を同時に鍛えてみましょう！



弊社では、ご提供する介護・障がい福祉サービスに対する皆様からの謝礼、贈り物等につきましては、固くお断りいたしております。何卒ご理解の上、ご了承下さいますようお願い申し上げます。

代表取締役 花元 照美



2022年6月勉強会

ケアマネジャーは利用者様やご家族からお話しを聞く際やサービス提供事業所に必要な情報を説明する際などに、必ず会話をを行います。その会話がケアマネからの一方通行のものでは、相手の方との信頼関係は築けません。今回は、ケアマネの業務には必要不可欠な「意思疎通のとれる会話力」について、事例を交えて学習しました。



- ①これから話そうとする内容や目的を明らかにしてから話し出す
- ②利用者様の言葉を受け入れる
- ③利用者様が沈黙した時は、次の言葉を待つ

信頼関係の構築には「この人は私のことを肯定してくれている」という実感の積み重ねが必要です。利用者様の心の声にも耳を傾ける姿勢で関わっていくことで『安心して任せられる』と思って頂けるケアマネを目指していきます。

もみの木ケアプランセンター

今月は「完了感コミュニケーション」の中でも実践のポイント（利用者様のプライベートな情報を尋ねる・アセスメントの際にご家族の話も聞く）について勉強会を行っています。私たちは業務上、利用者様の自宅にうかがって話を聞く事が多くあります。話を正しく伝える事や、聞きたい事を引き出すためには、利用者様が話しやすい環境（アイコンタクトをとる・顔と身体をご本人に向ける等）を整える事や会話の取掛かりになるような言葉選びが非常に大切な事を学ぶことが出来ました。また、利用者様本人に望んでいる生活を聞くだけでなく、ご家族の方が今、何に困っているのかを聞くことも非常に重要です。

もみの木相談支援センター



支援を行っていく上では耳が不自由な方等もいらっしゃるため、その際は筆談等を用いてコミュニケーションを取るなどし、今回の勉強会で学んだ内容を、その方に合った形で支援に活かしていけたらと思います。

今月は重症化しやすい「高齢者の熱中症の原因や症状、予防法と対策」シニアコミュニティーもみの木についての勉強会を行いました。夏場は室内の温度が外の気温以上に高くなることもあり、室温の管理や水分補給をしっかりと行わないと、室内でも熱中症になる可能性があります。めまい・立ちくらみ・足がつるといった初期症状が進むと頭痛・だるさ・吐き気の症状が表れ、さらに重症化すると意識障害・全身の痙攣・全身が熱くなる高体温などが起こり、死につながることもあります。



高齢になると暑さや喉の渇きを感じにくくなります。喉が渇いていなくてもこまめに水分をとる、自宅でエアコンを使う（扇風機では温度管理ができないため）など、利用者様に積極的に声掛けを行い、ご自宅でも熱中症予防の意識をもって頂けるよう努めていきたいと思っています。

シニアコミュニティーつばき 今月は「送迎業務中の事故やトラブル発生時の対応」について勉強会を行いました。デイサービスの職員は、送迎に行く機会が多くあります。送迎中に、事故や利用者様の体調の急変などが起きた場合、慌てず冷静に対応できるよう、職員がすべき行動や注意事項などを改めて確認しました。



また、普段は上司や同僚に確認をとって判断する事項でも、送迎中は職員1名での対応が多いため、その場で個人判断をしてしまいがちです。

そこで、送迎中に実際に起こった事故やトラブルの事例を検討し、その際の正しい対応方法を確認しました。介護保険のルール上、送迎時に行ってはいけない事柄（自宅以外の場所へ送るなど）もありますので、そちらも併せて復習し、帰宅時まで安全に利用して頂けるように日々努力していきたいと思っています。

今月は「子供の夏の事故と対策法」について学習しました。水に溺れる・花火で火傷を負うなど、夏に起こりやすい子供の事故。一瞬の出来事で命を落とすことにもなりかねない子供の事故の防止策について学びました。



水の事故・・・水の事故で多いのは海や川ではなく家庭の浴槽です。縁から中をのぞいて転落し、深さ30cm程度の残り湯でも溺れます。

※必ず大人が付き添う、風呂の残り湯は溜めない

火傷・・・ライターなどをいたずらして火傷や火事の原因になることがあります。※花火で遊んだ後もライターは子供の手の届かない場所に置くようにする

おひさま

おひさまでは7月より水遊びを開始しています。夏休み期間中はいつも以上に子供の行動に注意が必要です。今回の勉強会の内容を理解したうえで、子供たちの行動に目を配り、危険予測を行ってご家族とも連携をとりながら、夏を安全に過ごせるようにしていきたいと思っています。