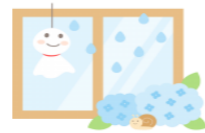




6月のおひさまだより



雨の日が多いため、部屋で絵本を読んだり折り紙やブロックをして過ごす子どもたち、友達との何気ない会話やふれあいも以前より増えています。この静かでゆったりとした時間を通して、新しい友達関係が広がっていきそうです。気候変化もありますが、体調管理に気をつけながら、楽しんで過ごしていきたいと思います。



ヤギとウサギの赤ちゃんが可愛かったよ



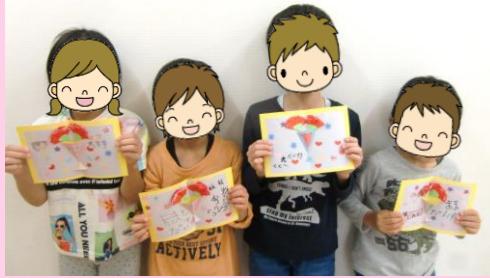
じゃが芋堀り



砂場で泥んこ遊び



お母さんありがとう!



4月生まれ めでこっ



5月生まれ おめでとう



おたんじょうび おめでとう!



AED研修を受けました(職員)



今月の歌

- ・かたつむり
- ・雨だれぽったん
- ・メダカの学校
- ・カエルの歌
- ・時計のうた



6月4日は虫歯予防デー

歯みがきの習慣づけが、虫歯予防の第一歩。おひさまでには昼食後歯みがき指導を行なっています。ご家庭でも、毎食後すぐに磨く習慣をつけ、必ず最後は大人が確認するようにしましょう。



食中毒に要注意

これから湿度と温度が高くなり、食中毒が多く発生する時期になります。細菌は2時間程度で増殖していきます。おひさまでには、これからの季節、ご飯は冷蔵庫に入れています。



ひゅーまんだより 令和5年6月号

ヒューマンホールディングス株式会社が若菜に移転して、早くも5年が経過しようとしています。

現在、もみの木とつばきのデイサービスには総勢224名の利用者様にご在籍頂き、元気に通って頂いております。数多くの事業所がある中から、弊社のデイサービスを選んで頂き、誠にありがとうございます。

今後もサービス向上を目指し、職員一同 誠心誠意努めて参ります。

これから梅雨を迎え、寒暖差が激しくなりますので体調を崩されませんよう、どうぞご自愛ください。

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.143

三島柔道整復師のリハビリ講座

こんにちは、柔道整復師の三島です。
今回は「腰と肩甲骨に効く簡単に出来るストレッチ」を紹介します。
自宅でも簡単に出来ますので、ぜひ毎日の日課に取り入れてみてください。



腰のストレッチ

1



椅子にまっすぐ座る

2



上半身を捻るように腕を後方に伸ばす
※左右それぞれ8回ほどを目安に実施

左手を見たま
体を捻ります

肩甲骨のストレッチ

1



椅子にまっすぐ座る

2



上半身は動かさず腕を後方に伸ばす
※左右それぞれ8回ほどを目安に実施

顔はまっすぐ
前を向いたまま

新職員紹介

看護職員 重藤 麻美



5月22日よりシニアコミュニティつばきの看護職員として勤務しています、重藤麻美と申します。利用者様に笑顔とまごころを提供して参ります。早く仕事を覚えてつばきの一員となれる様、頑張りたいと思います。

2023年5月勉強会

今月は「在宅介護の虐待」についての勉強会を行いました。



在宅での介護で虐待が起こる一番の理由は、虐待者の介護疲れやストレスです。介護は食事・入浴・排泄の介助など、身体的に負荷がかかるものが多く、肉体的な疲労がやがて精神的疲労にも繋がっていきます。いつまで介護が続くかわからない状況で、外部との交流が減ったり、過度の疲労から追い詰められ、虐待に発展することもあります。また、介護に時間を使うため収入が減少するにも関わらず、介護

もみの木ケアプランセンター

費用は増加するなど、経済的な不安から虐待に繋がることもあります。私達は介護される側の辛さ、介護する側の辛さを長年間近に見てきました。だからこそ「利用者様やご家族に楽しく生活して欲しい」と心から願っています。そのために今後も知識を深め、最善のサービス提案ができるように努力していきます。

令和5年5月の勉強会は「事例検討」でした。相談支援専門員はさまざまな障がいを抱える児童から高齢の方までを計画相談支援という方法で支援しています。常に利用者様やご家族のニーズをくみ取り、その気持ちに寄り添ったサービス等利用計画を作成し、支援を行なうことに努めています。

もみの木相談支援センター

それでも、利用者様のニーズを十分にくみ取れていなかったり、ご家族とのコミュニケーションがうまく図れなかったりすることもあります。また、社会資源の活用が十分にできていない場合もあり得ます。相談支援専門員同士が事例検討を行うことは、事例のアセスメントや支援の方向性を再確認することや、必要な社会資源の情報交換を行うことなどに繋がりますので、支援の質の改善・向上を図るために今後も定期的に行っていきたいと思っております。



シニアコミュニティもみの木では、飯塚市役所で行われた「自立支援と重度化防止を目指した研修会」に参加して学んだ内容を、職員に周知するための勉強会を開催しました。飯塚市の要介護・要支援者の性別・年齢・疾患別のデータから直近の状況を確認しました。そのデータによると、骨折等で入院中に介護認定申請をした方は、約1年程で自立まで復帰できる可能性がある。シニアコミュニティもみの木とのことでした。しかし退院後の対応を誤れば、自立までの回復に至らないどころか、重度化していく恐れもあります。

私達デイサービスの目標は、利用者様がご自宅で自立した生活を送ることです。自立支援のためには「週3回以上の外出」「利用者様がご自宅で行えるリハビリの提案」「リハビリを楽しみながら行うための工夫」が大切だとわかりました。今後も積極的に学びの場に参加し、見聞を深めてサービス提供に活用していきます。



シニアコミュニティつばき

今月は「排便ケア」について勉強しました。



排便のメカニズム・・・①食べる ②胃で消化する ③小腸で栄養を吸収する ④大腸で水分を吸収し蠕動運動で便を送り出す ⑤直腸で便を溜めて排便する

高齢になるにつれて、便秘の人は増加します。その要因として筋力低下や食欲の低下・薬の副作用や便意の感じにくさなどがあります。便秘は生活の質を下げただけでなく寿命も縮めてしまうことが明らかになってきました。

便秘による腹痛や腹部膨満感などが食欲低下を招き、栄養状態が悪化して様々な機能が落ちることで、心筋梗塞や脳卒中、寝たきりなどのリスクが高まると考えられています。普段から便秘の方は薬を使用してコントロールすることはもちろん、腸の働きを助けるための活動（体操、腹部を温める、マッサージするなど）を行って、「痛くない排便」が出来る様なサポートを行っていきたいと思っております。

おひさまでは「事故予防」について学びました。事故を未然に防ぐ第一歩は、事故の起こる状況を知り、その対策を講じることです。まさかこんなところか？と思うようなケースも多く、そういった事例を学ぶと、施設の危険な個所にも気づきやすくなります。事故が多発するのは休み明けの月曜日、疲れが出る金曜日など、時間帯やタイミングがあります。また自由遊びから散歩など、活動の切り替え時にも起きやすくなります。また、事故発生時に複数の職員が対応に追われると、他の児童に目が行き届かなくなり、新たな事故を引き起こすことも想定できます。事前に職員間で事故対応時のシミュレーションを行っておくことも非常に大切です。



おひさま

子どもの主体的な活動を尊重していると、時には小さなけがをすることがありますが、その経験が危険を察知する能力を育み、大きな事故を回避することに繋がります。おひさまでは6月から11人の子ども達が利用します。施設でどのような安全対策をしているのかを保護者の方と共有しながら、子ども達の成長を見守りつつ、今後も職員一同 気を引き締めて事故予防に努めていきたいと思っております。