

明けましておめでとうございます
本年もよろしくお願い致します

お正月は雪もなく、初詣も行きやすかったのではないのでしょうか。あわら複合の皆様も、お正月はゆっくりご自宅で過ごされた方が多く、年が明けてにこやかに年始の挨拶をしながらフロアに入ってくる姿がとても印象的でした。今年も笑いの多い一年にしましょう。

いきいき

NO.18 平成30年1月 **だより**

あわら複合ケアサービス

TEL 0776-77-2282

あわら市二面2丁目302番地

★クリスマス会★

クリスマスの飾り付け、ケーキ作りをしました
クリスマスプレゼントももらいましたね

12月の風景



口腔ケアについて ~その4~

◎口腔ケアで予防できる様々な病気

《認知症予防》

自分の歯が20本あること

自分の歯が20本以上ある人に比べて、自分の歯がほとんどなく入れ歯も使っていない人では、認知症の発症が1.9倍になるという報告があります。歯を失う原因となる歯周病などの炎症は、直接脳に影響を及ぼす危険性が考えられます。失った歯を入れ歯で補うことはもちろん大切ですが、いかに自分の歯を保つかを意識しましょう。

何でも噛めること

何でも噛める人に比べて、あまり噛めない人では認知症の発症が1.5倍になるという報告があります。歯の動きは食べるという咀嚼(そしゃく)機能だけではありません。歯と歯をかみ合わせた時の刺激は、脳の運動や記憶、思考、意欲を司る部位の活性化につながります。合わない入れ歯は早めに治しましょう。

介護士より



あわら複合ケアサービスの紹介 ～その3～



◎どんな利用の方法があるの？

【利用者 A さんの場合】

A さんは一人暮らしで認知症があります。一人である程度の身の回りのことはできますが、大切なお薬を飲み忘れることが増えてきたのと、家に居るとじっとしていることも多くなるため、あわら複合をご利用されるようになりました。

	月	火	水	木	金	土	日
通い	○	—	○	—	○	—	—
訪問	—	○	—	○	—	—	○
泊まり	—	—	—	—	—	—	—

【通いの日】

- 9：00 職員がご自宅までお迎えに伺います
- 9：15 あわら複合到着
血圧・体温などの体調確認後、順番に入浴または足浴
体操や脳トレプリントなどをして過ごします
- 11：30 昼食前の嚥下体操
- 12：00 昼食、歯磨き
- 13：00 午睡
- 14：00 体操、レクリエーション
- 15：30 おやつ
- 16：00 職員がご自宅まで送ります



【訪問の日】

- 16：30 頃職員がご自宅に訪問し、安否確認と服薬の声掛けをさせていただきます
(滞在時間は 15 分程度です)

現在泊まり利用の必要性はないため、泊まりは利用していません。また、服薬についてはあわら複合の看護師と主治医とで連携を取り、体調管理に努めています。週末はご家族様が様子を見に来てくださっています。他の曜日でもご家族様が惣菜を買ってきてくださったり、お部屋の掃除をしてくださったりしています。

A さんは週 3 回通いを利用されることで、他の方々との関わりを保つことができ、活動量がアップしました。食事摂取量も安定し、通いの荷物の準備をしたり朝早く起きる習慣が身に付いたりしています。また、訪問することでお家での生活の様子を知ることができ、より良い生活の提案ができたりします。

あわら複合のサービスは在宅支援サービスです。在宅での生活を希望される

ご本人様と、ご本人様を支えるご家族様の支援をさせていただきます。

★あわら複合ケアサービスの精神★

- 理念 私たちはいつもあなたのそばにいます
- 目標
- ① 自宅での介護を希望されるご家族様を応援します
 - ② 日常生活でできる活動を通して筋力低下を防ぎ、脳の活性化を図ります
 - ③ 地域に密着したサービスを提供します

