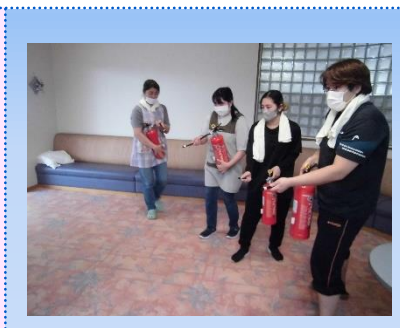
湘南広報誌
ひだまり
130号
2024.３月号

夜間想定避難訓練

2月21日（水）、夜間想定避難訓練を行いました。夜間帯は夜勤者5名と宿直者1名の少人数で初期対応をしなければならない為、職員一人一人の役割と職員同士の連携がとても重要となります。訓練では、初期消火活動、消防への通報、避難誘導についてそれぞれ職員が再確認を行いました。避難訓練後は反省会を行い、訓練を振り返り改善点などがないかを話し合いました。今後も継続して改善点を検討し、定期的に訓練や勉強会を実施して参ります。



ひなまつり

今年も一般棟、専門棟それぞれにひな人形を飾りました！

職員紹介

しょうじょう さとみ
猩々 智美　所属：リハビリ室　職種：理学療法士

病院勤務で培ったスキルを活かし、痛みや動き辛さで悩んでいる方の一助になればと思っています。利用者様や職員の運動意識の高さにお応えできるようがんばります！

オムツについて

利用者様の排泄について、トイレに座ることができる利用者様は極力トイレの使用を促します。この場合はサイズにあったリハビリパンツを使用していただいています。

オムツ使用の利用者様については、日中はテープ式のオムツからリハビリパンツに変えて、リハビリがしやすく、動きがスムーズになるように工夫しています。利用者様一人一人の排泄パターンに合わせ排泄時間の把握をして、皮膚トラブルや不快感を改善し、快適に過ごすことができるよう、個別にアセスメントを行なっています。

夜間帯では日中より大きいサイズの一晩安心パッドを使用し、ゆっくり睡眠をとって頂く様にしています。また、排尿があり不快を訴える場合は、その都度オムツ交換もします。

利用者様の変化する状況にも合わせ、快適に過ごして頂けるよう見直しをしています。ご家族の皆様からも不明な点やご相談などございましたら、面会等で来所された際にぜひお聞かせ下さい。

（認知症専門棟主任　小坂 達也）

各種パット

オムツ

リハビリパンツ

HAPPY VALENTINE'S DAY!

2月14日はバレンタインデー♪
当日のおやつはプチスイーツバイキングで、新メニューにバレンタインらしくチョコクレープとココアムースが加わりました。

スティービー＆OK2様にお越し頂きました！

2月22日（木）、スティービー＆OK2の皆様にお越しいただき、歌や楽器演奏、手品などを披露していただきました。新型コロナウイルスが流行ってからはボランティアの受け入れを中止しておりましたが、数年ぶりの来訪に利用者の皆様もとても喜んでいました。

リハビリコラム　～おやつについて～

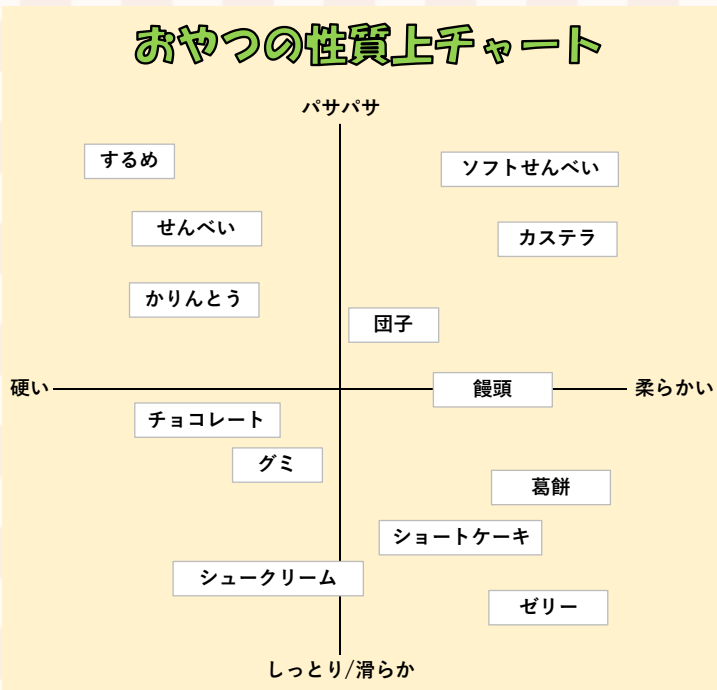
当施設では、お食事やおやつについて入居者様に安全に楽しく召し上がって頂くため、定期的に見直しを行っており、今回はおやつについて検討しました。

おやつと一言でいっても沢山の種類があります。高齢者にとって『食べやすいおやつ』とは、どういったものか、お口の機能面から考えて検討がされました。

加齢によっておこる口腔の変化は、①歯が抜ける、②唾液が出にくくなる、③舌や口唇などの筋力が低下する、④味覚や感覚が低下するなどがあります。そのため、年齢とともに段々と【噛む（咀嚼）力】と【飲込む（嚥下）力】が低下していきます。

食べ物を飲込むためには、飲込むのに適した硬さと滑らかさになることが必要です。そのためには【噛む（咀嚼）力】が重要となってきます。噛み合わせに問題があったり、唾液の量が少なくなると、食べ物を噛み砕き、柔らかく、すべりの良い状態にすることが難しくなってしまいます。例えばカステラは、硬さは柔らかいですが、口に入れた直後はパサパサして滑らかさは少ない状態です。皆さんは何度か咀嚼することで飲込みやすい状態に変化させています。牛乳と一緒に食べたり、カステラ自体がシロップや洋酒に浸み込んだものの場合、飲み込みやすい状態になるのが格段に速くなります。牛乳やシロップが口の中の水分（唾液）の代わりになってくれるからです。

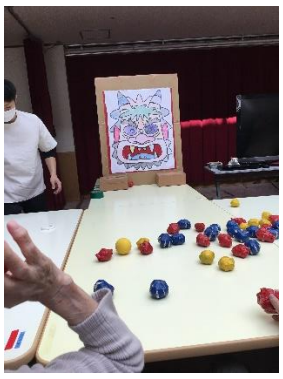
このようなお口の機能面を踏まえながら、おやつ選びを行っています。一概に、やわらかく、しっとりしたものばかりが良いわけではありませんが、今後も入居者様のお口の状態とおやつの状態を確認しながら、皆様に安全に楽しんでいただけるように関わっていきたいと思います。（言語聴覚士　湯浅 豪郎）



福

節分集会

２月某日、節分集会を開き、一年を健康に過ごせるようと願いを込めて豆まきをしました。
悪い鬼を追い出した後はおやつタイム。
歳の数だけ豆を食べるとすると、皆さんお腹いっぱいになってしまう（食べきれない人も・・・）のでサクサクと口当たりのいいお菓子を食べました。

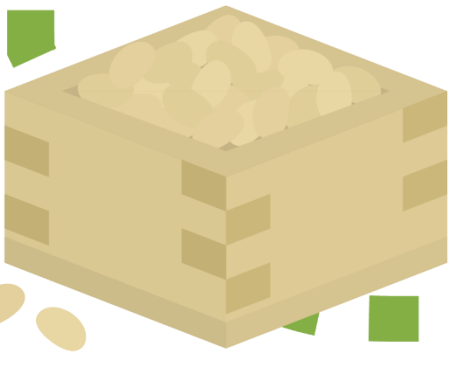


一般棟

節分会

専門棟ホールで節分会を行いました。
青鬼の口へ鬼は外！と元気よく豆をまきました。
その後は、鬼と記念撮影しおやつやジュース、甘酒におしるこを提供し皆さんとても喜ばれていました。

専門棟



発行　介護老人保健施設プライムヘルシータウン湘南

- 通所リハビリテーション事業
- 訪問リハビリテーション事業
- プライムヘルシータウン湘南居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション湘南
- レンタルサービス湘南

〒052-0012 伊達市松ヶ枝町 157 番地 110／TEL 0142-22-1200
ホームページ http://www.koseikai-wel.or.jp/