

ケンゆのかわだより

発行者:介護老人保健施設ケンゆのかわ／編集:ケンゆのかわ広域活動委員会／発行:令和2年10月

ケンゆのかわ施設理念

地域を支え、地域と共に歩む 老健施設でありたい

基本姿勢

- 1.ご利用者様の尊厳を守り、その人らしく生活することを支援します。
- 2.在宅復帰、在宅生活支援をすすめ、地域に根ざした老健を目指します。
- 3.安心・安全・信頼される介護サービスを提供します。
- 4.笑顔で心に寄り添う介護を実践します。
- 5.職員がやりがいを持てる職場づくりを行います。

ケンゆのかわでは、老健施設として理念があるべきとの考えから、全職員の声を基にして、1年間に亘り検討し令和元年11月に施設理念を定めました。

当施設の理念と介護保険制度の基本理念に基づき職員一人ひとりが役割を常に自覚して良質な介護サービスの提供に努めてまいりたいと存じます。

施設長 老松 寛

ひだまりカフェ（認知症カフェ）開催

令和2年8月8日（土）ケンゆのかわ1階フロアで、ひだまりカフェ（認知症カフェ）を開催致しました。今回は湯川1～3丁目にお住いの方を中心にご案内させて頂き、16名の地域住民の皆様にお越しいただきました。入館時には感染症対策としまして、道外在住の方と2週間以内の接触がないかを確認し、検温、手指消毒、マスク着用の上、入館にご協力いただきました。



認知症カフェとは、1980年に京都市で発足した「認知症の人と家族の会」や、ヨーロッパ諸国のアルツハイマーカフェ、メモリーカフェ、オデンセハウスなどが起源とされています。

今回の当施設の「ひだまりカフェ」は、認知症に関心のある地域の方に集まっていただき、お茶とお菓子を楽しみながら交流する中で、認知症についての理解を深めていただくことを目的に開催させていただきました。



はじめに相談員よりケンゆのかわの施設紹介をさせて頂き、その後、理学療法士による「認知症と認知症と間違えやすい症状」の講座、認知症予防運動プログラム「コグニサイズ」を行いました。

コグニサイズとは、体を動かしながら頭も使う高齢者向けの体操です。

最初は簡単でしたが動作が徐々に難しくなり、参加した皆様と一緒に職員も必死になって体操させて頂きました。

また、ひだまりカフェ開催にあたり、かいせい様、クッキーハウス様のご協力でパンの販売が行われ、好評により完売しておりました。

おなかも満たされた所で、ケンゆのかわ職員によるクラフト体験講座が開かれました。

毛糸でコースターを作成しましたが、参加者の皆様がとても器用で感服致しました。



当施設内にある函館市地域包括支援センターゆのかわに協力を得て、実施させて頂きましたひだまりカフェですが、これからも定期的開催を予定しております。地域の皆様へ交流の場を提供し、認知症に対しての理解を一緒に深めていきたいとケンゆのかわ職員一同考えております。

フェイスシールドの作り方

【準備するもの】

- クリアファイル A4サイズ 1枚
- 輪ゴム 1本
- 厚紙（縦3.5センチ×横26センチに切ったもの）2本
- ホチキス
- ハサミ

1. クリアファイルは1枚になるように切り4つ角を丸くハサミでカットする。
2. クリアファイルを縦に置き、上部の左右両端から7～8センチ程ずつ厚紙をホチキスで2か所ずつ止める。この時、額に当たる面に凹凸が来ないように止める。
3. 厚紙の両端を2～3センチ程内側に折り、片方には輪ゴムを通しホチキス止めする。折った方にゴムをひっかけるようにして止めて装着する。



新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルス感染症は、飛沫感染、接触感染で感染します。感染症の多くは、『手』を介して体内に侵入することが多いと言われています。「鼻をかむ、触る」、「くしゃみ・咳を手で覆う」ことにより手にたくさんのウイルスが付着します。その手で手すりやドアノブに触れるとその場所にもウイルスが付着し、別の人がある場所に触れた手で眼や鼻、口を触ったり、食事することで感染が広がります。感染予防には「手洗い」がとても重要です。また、体調が悪い時は外出を控え、やむを得ず外出される場合にはマスクを着用した方が良いでしょう。

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。

外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗います。

正しい手の洗い方



感染予防には3つの密（1.密閉空間、2.密集場所、3.密接場面）を避けることが重要とされていますが、「動かない」（生活が不活発な）状態が続くことにより、心身の機能が低下して「動けなくなる」ことが心配されます。健康の維持や転倒予防のためにも、日頃からの運動が大切になります。

- ・人混みを避けて、一人や限られた人数で散歩する
- ・家の中や庭などでできる運動（ラジオ体操、スクワットなど）を行う
- ・家事（庭いじりや片付け、立位を保持した調理など）や農作業などで身体を動かす
- ・座っている時間を減らし、足踏みをするなど身体を動かす

日頃から感染予防と適度な運動を心掛け、体調良く過ごしましょう。

編集後記

新型コロナウイルス感染症により仕事上、私生活でも大きな影響を受けながら、かつて経験したことのない日常を過ごしております。家族や友人と当たり前で過ごせる日常が早く戻ることを切に願います。

今年度も出来るだけ皆様に当施設の情報をご提供できる様、広報誌を作成致しますのでご一読いただければ幸いです。（広域活動委員会 事務員 松葉）