

いばふーる通信

社会福祉法人 大石福祉会
介護老人福祉施設 **いばふーる**
TEL 077-536-3111
<http://www.liverpool.or.jp/>

2014・9月号 Vol. 109 9月に入り残暑が来ず、梅雨が来た？



歌声喫茶、毎月第4週の木曜日が開店日！

【新地域支援事業】 「健康講座（生き生きと健康に！）第5回目」

8月のテーマ “五十肩を予防しよう！” 8月3日・17日



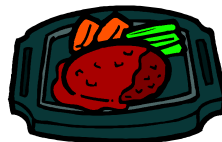
今回は「五十肩を予防しよう」というテーマです。参加者の半数ぐらいの方が、五十肩を経験された方で、大変興味深く学んでいただきました。

肩は全身の関節の中で最も大きく動く関節です。肩に関わる骨は、上腕骨・肩甲骨・鎖骨でつながっているように見えますが、実は筋肉でつながっているだけです。肩甲骨は、鎖骨で支えている以外は宙に浮いたような状態で常に筋肉で支えています。だから働いている筋肉が凝りやすくなるのです。肩こりのメカニズムとして、持続的な緊張により筋肉の中の循環が悪くなり硬くなる状態です。肩こりがひどくなると「頭痛」がするというのを聞きますが、これは筋肉の膜が頭皮までつながっているからなのです。

肩こりの方に多い猫背の正体を検証、猫背を直すストレッチをしました。腕の上下運動・内外運動・回転運動するには肩甲骨が大きく関わっています。肩こりに大きく関わっている、筋肉のストレッチ・トレーニングをしました。

8/30・31

にじのまち・ほしのまち 食事会



8月30・31日ににじのまち、ほしのまちにて食事会イベントを開催しました。ダイニングテーブルにはテーブルクロスをひき、食事は職員手作りの煮込みハンバーグ、ほうれん草の白和えなどをご準備しました。食事イベントは毎回とても好評で、普段は食が進みにくい方も、この時ばかりは、お箸が進みました。

認知症研修 応用編（第2回目）『認知症の“人の気持ち”』講師：渡辺哲弘氏（きらめき介護塾）
～認知症（疾患）と人に焦点をあてて考えよう～ 8月18日（月）



（今回も職員レポートより抜粋）

前回の研修でも認知症の方については、全てのことが分からなくなるわけではなく、分りにくくなっただけであることを学んだ。

たとえば、私たちが問題と感じる行動をとったとしても、それは、分りにくくなってしまった中で、その人なりに何とか目の前の環境に適応しようとして一生懸命考え、自分なりに正しいと思うことをした結果であって、決して私たちに迷惑をかけようと思ってやっているのではないということをもまず理解しなければならない。今回の研修では新たに、自分のした行為そのものは忘れてしまっても、その時の「快」「不快」の感情は残るということを知った。例えば、少し前のことでも直ぐ忘れてしまうからといって、適当に対応し、その場をやり過ごそうとしても、その時、相手を感じた不快な感情は残るため、その後不穏状態になり悪循環となってしまうこともある。確かに現場でも、業務に手を追われ、十分に認知症の方への対応が出来ていないと、その方の表情が徐々に険しくなり、スタッフに怒りをぶつけられる場面を目にすることがある。それが、まさに感情が残るということである。講義の中でも、「認知症の方でも理由なく怒ったりしない。怒らせる人がいるから怒るのである。」との話があった。精神ストレスは心身に悪影響を与え、認知症を悪化させることにも繋がりがねないので、そのことを十分に理解し、私たちは認知症の方と関わっていかねなければならない。認知症の方の記憶障害は本当に複雑だと改めて実感したが、最も基本的な事として、相手を1人の人として誠意を持って関わることを大切にすればいいのではないかと考える。そして、専門職として疾患を理解したうえで、その人の思いを汲み取り、行為を認めて、その人が安心して生活が出来る関わりや環境作りをしていかなければならないと考える。

地域防災について考え・・・そして実践へ・・・!!

① 避難行動要支援者登録 7月中

平成22年4月に学区自治連合会と「災害時における相互の援助と協力についての協定書」「災害時に要援護者の避難施設として、医療・介護施設を使用することに関する覚書」を締結しましたが・・・・・・・・。

学区内では過去2年間に亘り、風水害が発生しており防災活動においても連携を進めているところです。実際に災害発生時の避難活動として、避難行動要支援者をどのように受け入れるのか。有事に備え非常食および日常生活品や必要機材の備蓄をしておりますが、実際に適切なものか。実際に避難用支援者の町別実在者数や避難支援時のニーズ等、必要情報の把握が出来ていませんでした。そこで、自治連合会長（自主防災会長）が中心となり、避難行動要支援者の調査・登録をして頂きました。

② 要支援者の受け入れ態勢の協議 8/1



8月1日（金）午後2時より、自治連合会長、学区社協、民生委員及び医療・介護事業所の責任者が集まり、各町から集まった避難要支援者名簿を基に、協議しました。避難要請があった場合、どの事業所に避難していただくのがベストなのか、避難ルートは土砂災害の危険エリアはないか、基本家族の送迎であるが、独居の場合の対応はどうするのか、必ず常用されている薬は3日分を持参いただくなど・・・・、いろいろな意見が出ました。まずは第1回目として、有意義な意見交換が出来ました。



学区で作成された防災ポスターです。

③ 「台風11号」 8/9 「土砂災害警戒情報」発令→「避難準備情報」発令→避難



台風11号は「強い台風」の勢力を保ったまま近畿に近づく。8月9日（土）午前10時ごろより、雨脚が急に強くなる。避難行動要支援者の受け入れを想定して、準備（備蓄食料品、寝具関係など）にかかる。間もなく、土砂災害警戒情報が発令され、続いて避難準備情報が発令される。自治会からの要請を受け、夕方までに5名（介護者1名を含む）の避難行動要支援者を受け入れる。

④ 反省会 8/26



8月26日（火）午後2時より、学区自主防災会、社協、防災コーディネーターが集まり、検証そして今後の課題について意見交換を行いました。今回避難された方は、独居、高齢者夫婦、要介護者の方でした。スムーズに対応することが出来たのは、「避難行動要支援者の事前登録」、「8/1に開催した事前対策会議」の成果でした。結果的には、被害もなく幸いでした。

最大の成果は、独居、高齢者世帯の方々の不安を取り除くことができたこと、また、遠隔地に居住されている親族の方々から、「ひたすら心配していた時、自治会の方から福祉避難所に避難したよ。」と電話もらった時には、ホッとするとともに、地元の皆さんの方の活動が本当にありがたいと思いました。という旨の感謝の言葉をいただいたことは、嬉しかったとともに励みになりました。

⑤ 学区自主防災訓練に参加 8/31

学区自主防災訓練に参加し、地域との連携をより深めました。〔新しくオレンジ色のビブスを新調しました。〕

