

鳥取ふれあい共生ホーム

てるひ

照陽の家だより

令和元年6月15日

〒683-0812

米子市角盤町3-124-3

TEL 0859-21-8151

令和の時代が始まり1ヶ月が過ぎました。皆様いかがお過ごしでしょうか？今年もまたそろそろ入梅の季節となり新茶や青梅の爽やかさに気持ち洗われるこの頃です。さて、2019年は次期改正にむけて「介護保険の見直し作業に入る年」と厚生労働省からの説明があったのは周知の通りです。「集い・互い・知恵」をキーワードとしてさらなる地域作りが求められる訳ですが、この度、運営推進会議において地域課題として以前より挙がっていた「集いの場」を運営推進委員、地域の方々と照陽の家が連携し今月から「地域支え愛ほっとガーデン トミさんの家」を開所する事になりました。しばらく空家になっていた民家を県外在住の家族様のご好意により使用させて頂き、いきいきサロンや会議を開催する中で家から出て人と出会い、お話、笑い、介護予防、認知症予防に効果があがればと考えます。人生100年時代、社会参加を通じて介護だけに関わらず生活課題全般についてみんなで考え「人としての生活」が少しでも幸福な時間であるよう努力したいと思います。

施設長 三代 富士子



外観



リビング



茶室

ひなたぼっこ保育園の日常



アゲハの幼虫が葉っぱを食べる姿に夢中でした。早くちょうちょうにならないかなあ～！



ひまわりを植えました。



照陽の家は住み慣れた地域において、高齢者の方、お子様、地域の方、誰もが集い、多様なサービスや活動の中で支え合う拠点です。



照陽の家の日常



こどもたちとちまき作り



風船パレー

体操

倉吉の鳥取看護大学から今年も実習生5名が来所されました。地域の方との交流も大きな目的で「町の保健室」を開催。角三支え愛ほっとガーデンに20名の地域住民が集合され和気あいあいと、また真剣に講義に参加して頂きました。



鳥取看護大学生による町の保健室



児童文化会センターのバラ展

照陽の家には訪問看護ステーションハートケアがあります。

訪問看護とは看護師がご自宅を訪問し看護ケアを提供し療養生活を支援するサービスです。

訪問看護ステーション ハートケア

高齢者の脱水予防について

脱水を予防するには、体に必要な水分を定期的に摂取する必要があります。しかし筋力が衰えてトイレまでの移動が億劫になったり、失禁の経験があったりすると、トイレに行く回数を減らそうと自分で水分の摂取を控えてしまう人がいます。なかなか自発的に水分補給をしない場合もあるため、水分が多い食事メニューにしたり、デザートにみずみずしいフルーツを出したりするなど、本人が進んで水分を摂取したくなるよう工夫をしてみましょう。直ぐに手が届く場所にいつも飲み物のペットボトルを準備しておくのもおすすめです。

高齢者の脱水症を防ぐには、周囲のサポートが必要不可欠です。

リオ会議の演説で脚光を浴び「世界でもっとも貧しい大統領」として有名なウルグアイ元大統領のホセ・ムヒカ氏。優しさと強さとが重なりあったムヒカ氏の言葉をお届けします。

今月の言葉 **大切なのは助け合うこと。それが創造力になるのです。**

～ホセ・ムヒカ～