



医療法人社団 徳耀会

Medical Corporation Tokuyokai

令和4年6月192号 発行
徳耀会 医科・歯科・介護

医科・歯科・介護通信

季節を楽しむ

心療内科 精神科 京野先生

なかなか気候が安定しない日々が続いておりますね。
新型コロナウイルス感染症のため依然として遠出を控えている方も多いのではないのでしょうか。
私も最近とんと遠出が出来なくなっているのですが、その代わりに身近なところで季節を楽しむことを心がけております。散歩の折に草木の移ろいを感じたり、旬の食材を用いてちよっと手の込んだ食事を作ったりしています。春ですと筍のアク抜きをして炊き込みご飯を作ったり、これからの季節ですと空豆や枝豆、玉蜀黍といった旬の食材を使って、どんな料理を作ろうかと考えるだけで気分が明るくなってくるのを感じます。旬のものは安くて美味しいものが多いですし、同時に季節を感じることが出来るのでとてもお勧めです。

認知症の向き合い方

心療内科 精神科 榎本先生

高齢化に伴い、認知症を患う方は増えているように感じます。
認知症では物事をうまくこなすことができなくなっていくますが、初期である場合はご本人はそれを自覚されていません。また、ある程度進行された方でも、その事実関係は忘れてしまふものの「うまくいかなくてもどかしい」「怒られて苦しい」など不快な感情は比較的長く心に残ります。
頭ごなしに叱る、訂正するよりは、共感し、寄り添う姿勢が大切になります。介護に疲れているといった口調が荒くなりがちですのでご注意ください。
本人ペースに合わせて、本人が穏やかに過ごせるよう対応を工夫することが重要だと考えます。

入れ歯の素材

歯科医師 森先生

皆さん、入れ歯はどのような材料で出来ているか、ご存じでしょうか？主にレジンと呼ばれるプラスチックのようなものを使います。（部分的にチタンなどの金属が使われる事もあります。）
しかし、昔の入れ歯は木で出来ていたのだとか。日本では、江戸時代には既にあり、特に柘植の木は「高級品」だったようです。
どの木材でも、口の中で使うには痛そうなのですが…

ブラッシング指導の重要性

歯科医師 山本先生

歯を磨く上で歯ブラシを使用されている方々がほとんどだと思いますが歯ブラシのみの場合汚れの除去率は熟達された方でも60%くらいだと言われています。そのため歯ブラシで磨きにくい部分（歯と歯の隙間）に合わせる様々な補助器具が存在し、歯間ブラシやデンタルフロス、ワンタフトブラシなど用途に合わせて使用することが理想です。
使用する道具によっては練習が必要であったり慣れるために時間がかかることもあるためブラッシング指導がとても重要になります。

基本的対処方針

竹内 理学療法士

5月23日、政府は新型コロナウイルス対策の指針である「基本的対処方針」改訂の声明を出しました。今回の改正は、マスクを外しても良いとする場合の具体的な例が提示されており、人との十分な距離がとれる、特に屋外では必ずしもマスク着用が必要ではないという結論に至っています。夏場はマスク着用が熱中症リスクを高めることが分かっていますが、2020年の本格流行から現在までに、私達個人が自ら考えて行動することが、総合的に国民全員の健康を守ることに繋がります。



介護コラム

榎本施設長より



まん延防止が徐々に解除されました。オミクロン変異株が増加しています。いつ時人数も減少気味ではありますが、いつ、どこで、どんな形で感染するかは、はかりしれません。

又、限られた場所のみ、マスクを着用と言われておりますが、暑い時、マスクを着用することで、脱水症状を起こしやすくなります。十分に水分補給致しましょう。グループホームゆとりあでもこまめに水分補給を心がけております。利用者様ひとりひとりに対応として、手洗い・うがい・消毒・マスク着用・室内換気に注意を払っております。

ご家族様も、利用者様とお逢いしたい、話がしたい、様子が知りたいと思っていらっしゃると思いますが、もう暫くお待ち頂きたいと存じます。この暑さに負けず、グループホームゆとりあスタッフ一同励んでおります。どうぞご理解の程、引き続きご支援ご協力賜りますようお願い申し上げます。

グループホームゆとりあ
施設長 榎本悦子

山口介護職員より



六月の旧暦は水無月。水無月の「無」は「無し」ではなく、「の」にあたる助詞で「水の月」という説があります。梅雨の雨に濡れたアジサイが色鮮やかに咲き、作物には恵みの雨が降り続く頃です。ムシムシ・ジメジメと不快な日も多い時期ですね。ゆとりあでは、これから訪れる暑い夏を乗り越える為、日々体を動かし体力作りに取り組んでいます。

金看護師より



さわやかな初夏を迎え、柔らかな日差しが若葉に降り注ぐ頃となりました。皆様もコロナ感染の対策を続けつつ、木々の香りや木漏れ日などを楽しんでみては如何でしょうか？

今月は、入居者様の食事の様子を一部ご紹介致します。

ゆとりあの入居者様は、認知症の方々なので自主的な黙食は難しいです。なので、現在は以前のようにテーブルを挟んでの向かい合っでの食事を止め、皆様に廊下側向かって座って頂き食事をするなどとお話しせれる際に飛ぶ飛沫（唾）や咳や嘔せたりした際に起こる新型コロナの飛沫感染を予防しています。
食事中にお話を楽しむことも認知症進行の防止になると思われるのですが、コロナ感染予防を優先するとなかなか難しいところがあります。
その分、日々の生活の中で職員が入居者様にお声掛けして会話をすることで少しでも認知症進行の防止になればと思っています。

医療スタッフコラム

段塚衛生士



こんにちは、暑い時期と梅雨の時期とコロコロと変化しやすい季節ですね。体調に気をつけたいものです。

ところで、国民皆歯科健診をご存知ですか？骨太の方針として今後、私たちの生活に導入されるそうです。歯の健康を維持して他の病気の誘発も抑え、医療費全体を抑えることが狙いになっているようです。

65歳以上の高齢者は、自身の歯が多く残っている人ほど健康を維持しやすく入院回数が少ないことが明らかになっているそうです。いつ頃から始まるのか見守っていきましょう。

井口衛生士



こんにちは 歯科衛生士の井口です。訪問歯科についてお話しします。自宅で治療を受けることのメリット

歯科医が自宅にきてくれるというメリットは、患者さまが通院しなくてもいいということだけにとどまりません。たとえば入れ歯を作った場合、歯科医が直接利用者の食生活の場面などを見ることで、よりきめ細かく調整できます。また、口腔ケアの方法を指導する場合は、通院困難な方のからだの状態はもちろん、介護者がどれだけかわれるかが大切なポイントになります。訪問歯科診療ならば、通院困難な方の生活や介護の状況も理解しやすいので、より適切な口腔ケアを提案することが可能になります。もしお困りの事がありましたら御連絡下さい。



今月の私

はさん 廊下やリビングなど、毎日のようにおそうじを率先して床をきれいにして下さいました。

はさん 歌の会では「どんな歌だったか？」と聞くと、思い出しながら、皆さんと楽しませていました。

Hさん 「何か手伝いましょうか？」と率先して、家事全般の作業を手伝って下さいました。

Mさん 5/8の母の日に合わせて花束いっぱいのポスターを飾ると「楽しいね。」と喜んでいました。

Mさん 毎週日曜日の朝はパンの日。白米も嫌いじゃないけど食べなくなるそうです。

Uさん 6月に向けて、あじさいやカエルのポスターのぬり絵を手伝って下さいました。

はさん 毎度、「ごはんおいしかった〜♡」と満足されてキレイに食べています。納豆だけは苦手だとか・・・

Kさん まぜごはんを作りました。下準備やおかずの盛り付け、小分けを一緒にやりました。

Wさん 食事を終えたあとに自分の食器を洗っています。体操や歌の会にも積極的に参加しています。

はさん 食器洗いや洗濯物干しなど家事全般のお手伝いをよくして下さいます。

Yさん 「何か食べたいのある？山梨といえばほうとうが有名だけど？」と聞くと「子供のころ食べたなぁ」と思い出していました。

Kさん 5/5こどもの日に合わせて柏餅のかわりにあんこたっぷりのどら焼きをおいしく食べました。

Sさん 体操や歌の会で手足を動かし、「懐かしいね」と楽しんで歌われていました。

Hさん みなさんの「お茶入れ」担当。食事の準備の時に「お願いできますか？」と話す「よし！」と手伝って下さっています。

Hさん 毎日のように手・からだ・足を拭いてスキントラブルが悪化しないように気を付けて過ごしています。

Sさん 下の名前で「〇〇さん」と呼ぶと、「どうもすみません」「ありがとうございます」と返答されたり、穏やかに過ごしています。

Fさん 母の日に赤いカーネーションをプレゼント。「かわいいね」ととても嬉しそうでした。

Kさん 野菜切りや飾りものの片づけなどを頼むとうれしそうに色々手伝って下さいます。

令和4年6月192号 発行
徳耀会 ゆとりあ

医療法人社団 徳耀会
グループホーム ゆとりあ
120-0003 足立区東綾瀬3-13-11
http://www.tmhc.jp/
TEL 03-5616-1094
fax 03-3605-1092



Photo Selection



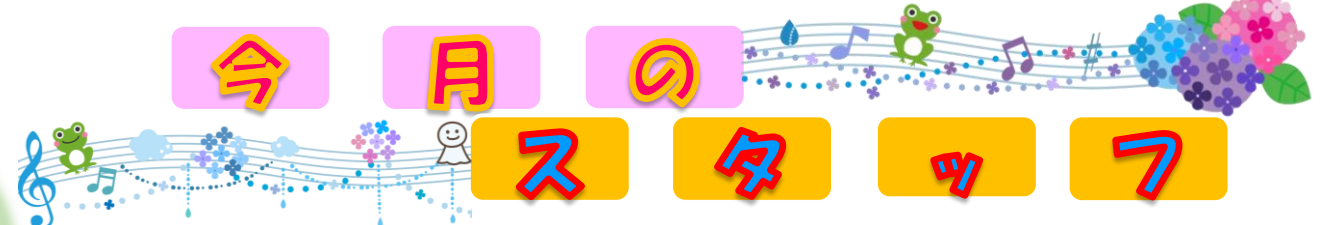
鯉のぼり



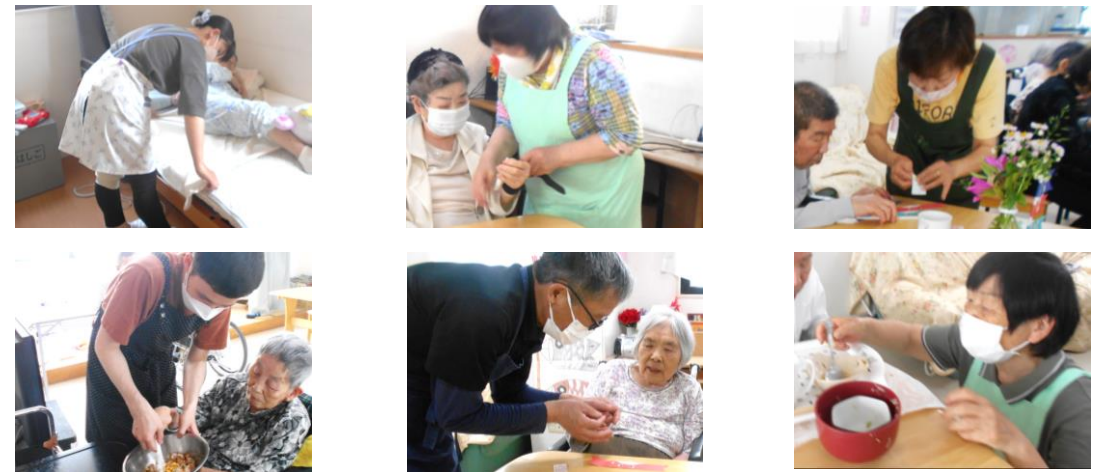


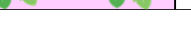
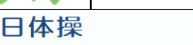
食レク





今月のスタツ



6.June.2022						
日	月	火	水	木	金	土
			1 内科 	2 体操 	3 DVD鑑賞 	4 ぬり絵 
5 歌の会① 夏の歌 	6 食レク 塩ラーメン 	7 うちわ作り 	8 ボール遊び① 	9 誕生日会 	10 心療内科 	11 うちわ作り 
12 	13 わなげゲーム 	14 誕生日会 	15 内科 	16 リズム体操 	17 歌の会② 	18 脳トレ 2+2=5 
19 父の日 	20 リズム体操 	21 ボール遊び② 	22 七夕飾り作り 	23 お茶会 	24 心療内科 	25 
26 	27 脳トレ 2+2=5 	28 あさがお飾り作り 	29 内科 	30 		

★ 毎日体操
★ 日常の食事作りは利用者様と一緒に実施する

今週の献立							
	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	玉子どじ	ウインナーのケチャップ炒め	付輪とピーマンの炒め	野菜ステーキ	がんもの煮物	千草焼き	じゃがベーバーグ
	スナップのごまだれ和え	茄子の生葉和え	からし菜の梅しそ和え	かぼちゃのサラダ	ほうれん草の錦糸和え	かぶの柚香和え	ブロッコリーサラダ
昼	しその実漬・赤	たくあん	景唐割干	きゅうりきつ煮	かつば漬・赤	野菜菜昆布	きくらげごま昆布佃煮
	御飯	御飯	カレーライス	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁	味噌汁	福神漬	味噌汁	お吸い物	お吸い物	味噌汁
	豚肉のおろしソース	タラの和風ピカタ	スープ	鶏肉のソテー 和風ソース	鯖の味噌煮	鶏肉の葱塩焼き	アジの蒲焼き
おやつ	白菜の旨煮	じゃが芋の千切り炒め	ブロッコリーのツナサラダ	大根のバター醤油炒め	金平りんごん	茄子の味噌炒め	かぼちゃの煮物
	カリフラワーのゆかり風味	ほうれん草の和え物	フルーツポンチ	菜の花のわさび和え	白菜のおかかポン酢和え	からし菜のお浸し	いんげんのピーナッツ和え
	煮(ケーキ(バナナ風味)	プリン(カップ)	今川焼き	プチシュー	ロールケーキ(コーヒー)	カステラドーナツ	グレーゼリー(カップ)
	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
晩	味噌汁	中華スープ	味噌汁	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁
	アジの焼きほし	麻婆豆腐	自身フライ&コロッケ	玉子ときくらげの炒め	ポークチャップ	自身魚の磯パイン焼き	豚肉の柳川煮
	さつま芋の甘煮	しゅうまい	もやしとベーコンソテー	ひじきの煮物	キャベツの洋風煮	さつま芋のレモン煮	小松菜のコーン炒め
	チンゲン菜の陳香和え	春雨ナムル	いんげんのくるみ和え	トマトの甘酢和え	わかめとカリフラワーのサラダ	スナップの胡麻和え	大根のしその実和え
カロリー	1392kcal	1614kcal	1563kcal	1518kcal	1388kcal	1459kcal	1456kcal