



つばめ だより

〒569-0015 高槻市井尻2丁目37番8号
TEL 072-660-3600 (代表) FAX 072-660-3601
<http://www.kyousei-fukushi.or.jp/warouen/>

発行元：社会福祉法人 恭生会 和朗園・佐和

発行月：平成30年08月 VOL. 64



和朗園では、そんな暑い夏の過ごし方として納涼祭があります。少しでも涼を感じてもらえるようにと、冷たい、かき氷やスイカを食べながら、職員や利用者の方々の出し物を楽しめます。

恒例となっている南中ソーランに、学童の子供たちも加わり、より一層賑やかになりました。

江州音頭の掛け声に、身も心も踊りだし、暑さを忘れることができました。

連日、暑い日が続きますが、いかがお過ごしでしょうか？

今年も熱い和朗園の夏

放課後ひろば 和っはっは



放課後ひろば

和っはっははに2度目の夏休みがきました。去年にも増して、元気いっぱいの子ども達です。地域の方や利用者との交流を増やしていこうというこ

とで和朗園の畑に地域の方と野菜を植えたり、特養では利用者の方との交流で一緒に音楽を楽しんだりしています。利用者の方からもすごく好評で今後もこのような取り組みを続けて行きたいと思っています。

また学童での教室として英語教室や茶道教室も始めました。いろいろな先生方に来ていただき、どの教室も子ども達にとっても好評で楽しく取り組んでいます。

学童に関するお問合せは
【660-3600】
平田までお願い致します。
お気軽に電話下さい。



和朗園 認知症ケアの取り組み

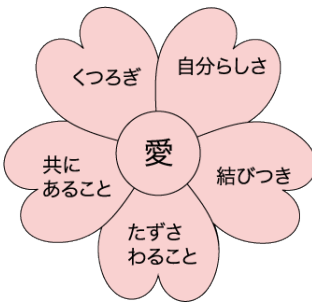
現在、和朗園では認知症の人へのより良いケアを目指して、新しい取り組みを行っています。今回は、その中からDCM（認知症ケアマッピング）についてご紹介させていただきます。

DCM（認知症ケアマッピング）

DCM（認知症ケアマッピング）とは、認知症をもつ人々が過ごす施設などで、どの程度よい状態かよくない状態か、また、どのような行動をしているのかを観察評価する方法です。観察評価の結果から、1人ひとりのケアを見つめ直し、認知症をもつ人々が「私は必要とされている」と実感できるように行う「パーソン・センタード・ケア」が実践できることを目的としています。

引用文献／パーソン・センタード・ケアと
認知症ケアマッピングについて／www.dcm-oh.jp

DCM（認知症ケアマッピング）の観察者をマップパーと呼び、和朗園には2名在籍しております。一回のマッピングを行うために、数日を要する取り組みのため、年に数回の実施となりますが、今年度は特別養護老人ホームやグループホームを中心に取り組み予定です。



パーソン・センタード・ケアにおける認知症の人の心理的ニーズ（5つの花びら）を満たすことを目指す取り組み

バリデーション

バリデーションとは認知症高齢者とのコミュニケーション法です。そしてその方法はお年寄りの感情に焦点をあてていきます。この「感情に焦点をあてること」に大きな意味があります。認知症の高齢者は、症状が進行しても「感情は残る」と言われています。バリデーションで最後まで失われない感情レベルにアプローチをしてコミュニケーションを行うことを可能とする方法の一つです。

引用文献／バリデーションへの誘い／都村尚子
／全国コミュニケーションライフサポートセンター

現在和朗園には、認定バリデーションワーカーの資格を取得した職員が2名在籍しております。「利用者様の言葉や行動の意味を知りたい」「言語によるコミュニケーションが難しい方へのケアを考えたい」などの介護職員の思いから、バリデーションの実践へとつながっています。実施期間や頻度はご利用者様によって異なります。まだ取り組み始めたばかりですが、ご利用者様がより良い暮らしを送れるよう、継続して行っていくと思います。

伝えたい！ケアハウス！

ケアハウスの相談員の竹内と申します。
地域の皆様から、ケアハウスって何ですか」という質問を多く頂きます。

皆様の生活を支える制度のひとつとして、活用して頂きたいと思い、ケアハウスについて説明させて頂きたいと思います。

ケアハウスの取り組みは『食事付ワンルームマンション』と言い換えることができます。

毎日のお食事とお風呂を提供いたしております。外出は自由に行えます。和朗園に併設されていますので、医療・介護の専門職があり、生活や健康の不安や質問などがあればすぐに相談することもできます。

ケアハウス佐和は自立型のケアハウスですのでご入居の条件は、

- ① 60歳以上の方。
- ② 一人暮らしは不安であるがご自身で食事・入浴・掃除が出来る方。
- ③ 月々のご利用料金をご負担いただける方。

ご利用料金につきましては、収入に応じて市から補助金が出ますので、食事付きで月々96,090円〜181,390円でご入居いただけます。

ケアハウス佐和への見学・お問合せは（660・2700）竹内までお願い致します。気軽に電話ください！



防災避難訓練

毎年、年二回実施している夜間想定防災避難訓練を実施しました。

和朗園内の消火設備は消火器、散水栓、熱感知器、スプリンクラー等が設置されています。消火器や散水栓での初期消火を避難訓練後に実際に中庭で使用してみました。

火災での死亡原因の多くが一酸化炭素中毒による窒息死です。今回の避難訓練でも職員の人数が少ない夜間想定で、ご利用者が煙を吸わなくて済む場所へ迅速に避難できるように、参加した職員は避難の方法や注意点など多くの事項を確認しました。

万が一、火災が起こった時には落ち着いて行動することが大切ですが、常日頃より火災が起こらないよう防災に対する意識を高めていく事が大切です。



栄養だより

夏にカレーが食べたくなる

今年は35度を超える暑い日が続き、食欲が落ちる季節です。

カレーには食欲をそそる「香り」と「辛味」という刺激が含まれています。カレー特有の香りは「クミン」というスパイスが中心で、この



香りによって腸の動きを良くし、消化を助ける作用があります。カレーには米・肉・野菜などたくさんの食材が使われています。1皿で炭水化物・たんぱく質・ビタミンなどをまんべんなく摂ることができます。

さらに、辛味成分が消化器の粘膜を刺激し、腸の働きも促され、栄養の吸収力を高めてくれます。

食欲が落ちて栄養が不足しがちな夏でもカレーのスパイス効果で胃腸を元気にし、栄養分を効率よく摂ることができます。

そして辛い物を食べると体温が上がり汗をかきます。

じっとしていても暑いのに汗をかくなんと、打ち水と同じように汗が蒸発する際に肌表面の熱を下げてくれます。



この効果によって、食後は涼しく感じます。

カレーに使われているスパイスは漢方薬として日本に伝わり、薬として利用されていま

した。

その後、カレーは海軍によってイギリスから西洋料理として日本に伝わり、食品として扱われるようになりました。

夏バテは冷房や冷たい物の取りすぎによる体の冷えがあります。冷えに加え、暑い屋外と冷房の利いた室内を行き来しているとその温度変化に体が付いていけず、その結果、

倦怠感やイライラ、めまいや吐き気などの不調が生じます。

体がだるい、食欲がわかないなどの夏の暑さに疲れた体にカレーは効果的です。



年間行事予定

楽しい人生を送っていただく事を念頭に、四季折々の行事を実施し、施設内だけではなく地域や関係機関と共に交流を図れるよう活動します。また、安全に楽しんで頂けるよう配慮し、行事を行っていきます。

2月	12月	10月	9月	8月
節分	ゆず湯 餅つき会 門松作成	カルタ大会	敬老会	流しそうめん

