福寿会グループ ニュース

ふくみみ

41
2014

「必要なときに、必要な人へ、必要なだけ、トータルにサービスを提供していく」人は必ず老いていきます。その過程で、要介護状態になることもあります。そのとき、「介護」が必要になったというただそれだけの理由で、愛着のある家や地域から離れ、病院や施設で暮らすことになったら、それは寂しく辛いことでしょう。本当に豊かな長寿社会・地域社会とは、だれもが、どんな状態になっても、安心して住みなれた家や地域で暮らし続けられることだと、私たちは考えています。

医療法人社団福寿会 理事長 福岡靖介

季節の TOPICS

協力：株式会社大塚製薬工場

「高齢者の脱水と熱中症対策」

夏本番に向けて日々気温が上昇するこの季節。心配なのは近年重症例の報告が増加している熱中症です。その裏には脱水状態が隠れているって、皆さんご存知でしたか！？

高齢者は、喉の渇きを認識する感受性が低下している上に、生理機能や体温調整機能も低下がみられるため、熱中症発症の危険性は高くなります。

高齢者の熱中症予防

①初夏から体を順応させる　②日常から家族や社会福祉関係者によるケアを行う。
③1日1回、体をしっかり冷却し体温を正常化させる。
そして最も大切なのが**「こまめに水分と塩分の摂取を行い、“脱水”を予防する」**ことです！

脱水って？

暑熱環境下では、大量の汗が出て体液（水分と塩分）が失われます。この時、失った水分と塩分を適切に補給出来ないと、脱水状態になります。体液が失われると体内を循環する血液が不足し、体内で作られる熱を体表面に運び出し、放散することができなくなるのです。

脱水は静かに進行します。日頃から脱水気味になっていないかを注意すると共に、早め早めに対処することが、熱中症の予防にも直結するのです。

EVENT REPORT

「第10回 在宅サービス研究発表会 開催」

4月26日（土）、今年で10回を数える在宅サービス研究発表会がエル・ソフィアで開催されました。今年のテーマは「地域包括システムの構築に向けた医療・介護の連携」。当日は初夏を思わせる晴天にも恵まれ、地域の介護事業者の皆様をはじめ多くの方々にご来場いただきました。参加者の方々にご協力いただいたアンケートには、第一部のシンポジウム、第二部の研究発表会共に「シンポジストの先生方のお話しが分かりやすくとても勉強になった」、「どの事業所も素晴らしい内容だった」といった充実感のある感想が多く見られ、今年も素晴らしい学びの機会だったとご好評のうちに幕を閉じました。

「祝！1周年 はくちょう祭 開催」

この4月、おかげさまで介護老人保健施設はくちょうは開設1周年を迎えることができました。これはひとえに、ご利用者様、ご家族様、地域の皆様のご支援のたまものです。心からの感謝の気持ちを込めまして、4月20日「第1回はくちょう祭」を開催しました。午前は正則学園高校ビッグバンドのジャズ演奏会と職員による相撲大会、午後は模擬店と本格的な射的などゲームを楽しんでいただきました。はくちょうの特徴である、各フロアで介護・リハビリ・看護が一緒になっておこなう生活リハビリが、相撲の応援の一体感につながっていると思いました。
本当にありがとうございます。
（施設長　土肥徳秀）

INFORMATION

福寿会 職員募集

見学を随時受け付けております。お気軽にお問い合わせください。

STAFF VOICE

私の場合、もともと訪問看護に興味があったこともそうですが、通勤距離が近く、子育てがしやすそうな環境が入職の決め手でした。一人ひとりの利用者様が心を開いてくださり、信頼関係を築くことが出来たと実感する瞬間が、私の働き甲斐ですね。

かもめ訪問看護ステーション
多田久美
看護師

お問い合わせ
☎ 03-5681-0336
本部人事課まで

あなたの町のかかりつけ医に
梅田診療所健康相談会

梅田診療所では毎月第4週の水曜日に健康相談会を行っています。費用は不要です、どなたでもお気軽にご参加いただけます！

■第一部 10：30～	管理栄養士など、毎回変わるゲストスピーカーによるお話
■第二部 13：30～	矢ヶ崎院長によるお話

●開催場所
梅田診療所1階

●お問い合わせ
☎ 03-5681-5020

編集後記

今月号から福寿会グループ社外報「ふくみみ」を全面リニューアルしました！　皆さんのご意見・ご感想をお待ちしています！

●発行・編集担当：福寿会本部
●発行所：医療法人社団福寿会　〒123-0851 足立区梅田 7-18-11
●電話：03-5681-0336　●FAX：03-5681-8080

中村
管理栄養士

訪問栄養指導でおなじみ

中村先生の「おうちで作るらくらくレシピ」

通院などが困難な方のご自宅に管理栄養士が訪問し、食生活や栄養に関する様々なご相談にお応えすると共に、一人ひとりに合った無理のない現実的な食介護プランをご提案する「訪問栄養指導」。私たちは「食事」や「食べる」ことを通して、健やかな在宅生活を応援します！

訪問栄養指導やレシピについてのお問い合わせはこちら　TEL：03-3852-8377

寒天を使おう！

暖かくなって体型が気になる方、食物繊維の摂取が少なく便秘がちな方、寒天は食物繊維が豊富で、しかも0 kcal です。現在の寒天は粉寒天が主流で、ポットのお湯で簡単に寒天を作ることができます。もっと料理やおやつにご活用ください。

牛乳寒天

【 作り方 】

❶ボールに80℃以上の熱湯と粉寒天を入れ、泡立て器で約1分間かき混ぜ溶かします。

❷砂糖を加えて溶かし、人肌（30～40℃）に温めた牛乳を加えて混ぜ合わせます。

❸容器に果物を切って並べ、❷を流し入れ、冷やし固めます。

※砂糖を合成甘味料にしたり、牛乳を低脂肪牛乳にするとさらに低カロリーです。

【 材料 】

- ●粉寒天……2g
- ●熱湯（80℃以上）…… 200ml
- ●牛乳…… 100ml
- ●砂糖…… 30g（大さじ3）
- ●果物……適量

介護制度NEWS

ここがポイント！

『高齢者くらしのガイド』

足立区が発行している『高齢者くらしのガイド』から、福祉サービスについて弓狩先生が分かりやすく解説します。

足立区にはこんな便利なサービスがあるんですよ！

相談部
弓狩幸生

地域で見守り

足立あんしんネットワーク

内容

一人暮らしの高齢者や高齢者世帯、高齢者の介護に携わる家族が抱える問題を、早期に発見し適切に対応します。地域ぐるみで支えていくことで高齢者が安心して暮らせるまちづくりをめざすネットワークです。見守りなどが必要な場合は、地域包括支援センターにご相談ください。

●費用：無料　●お問い合わせ先：各地域包括支援センター

語らいパートナー派遣

内容

不安や孤独感のある方のお宅を訪問してお話相手となる、語らいパートナー（傾聴ボランティアの方）を派遣します。

※語らいパートナーは、地域のボランティアの方です。そのため派遣の日時などのご希望に添えない場合があります。また、掃除や買物などの援助を行うことはできません。

●対象：おおむね65歳以上で一人暮らしなどの方　●費用：無料　●お問い合わせ先：各地域包括支援センター

おはよう訪問

内容

業者が毎日（土、日、祝、夏季休み、年末年始をのぞく）乳酸菌飲料を配達し、安否の確認を行います。

●対象：70 歳以上の一人暮らしで500m 圏内に親族が住んでいない緊急通報システムを利用していない方

●費用：無料

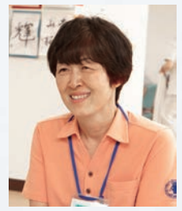
●お問い合わせ先：
社会福祉協議会
総務課（南館11階）
☎03-3880-5740

福寿会グループ紹介

FUKUJUKAI NETWORK

おしどりデイサービスセンター

私たちは、「一期一会」の気持ちを大切に、ご利用者様に新しい楽しみを見つけていただくきっかけづくりのお手伝いに努めています。従来の“施設が用意する”レクリエーションとは一風変わった生け花・習字・麻雀などの活動は、ご利用者様の声から実現しました。毎食手作りでご用意する大好評のお味噌汁や、月に一度の外食も、全てはご利用者様に日々の生活を心から楽しんでいただきたいから。これからも、ご利用者様の主体性を尊重した新しい取り組みと、それを実現するための環境づくりに職員一同チャレンジし続けたいと思っています！



おしどりデイサービスセンター所長　中野広実

伊勢崎線西新井駅からバス15分
「東京北部病院前」停留所下車徒歩３分
【営業日】月～金（祝日も営業）
【提供時間】9：30～15：30　【定員】45名
住所：〒123-0864 東京都足立区鹿浜 7-25-15
電話：03-5839-3371

一日のプログラム

9:00	送迎スタート
9:30	健康チェック（血圧・検温・検脈）　連絡帳回収・記載内容の確認
10:00	午前のプログラムの確認（集団運動訓練・個別機能訓練）入浴開始
11:45	昼食の準備、排泄・手洗い・配膳等
12:00	昼食、休憩・自由時間
13:30	午後のプログラム開始、個別機能訓練・レクリエーション・カラオケ・作業・創作活動など
15:00	茶話会・入浴終了
15:30	送迎開始、レクリエーション・談話・ＴＶ鑑賞など

福寿会ネットワーク

Fukujukai

必要なときに、必要な人へ、必要なだけトータルにサービスを提供していく