

ふくじ草の会だより



度重なる台風の影響におびえた10月でした。皆様には被害は無かったでしょうか。停電や断水が長引いたストレスは大変なものだったと。被害に遭われた方には、心よりお見舞い申し上げます。今回避難所に関心をもちましたが、「令和元年度版 あいかわ行政区・自治会ハンドブック～災害に備える～」(令和元年8月愛川町区長会・愛川町発行)という小冊子(各戸配布されていると思います)が大変便利です。

福寿草の会
愛川町介護者の会
第154号
2019年11月5日
連絡先 愛川町社会福祉協議会
Tel 046 (285) 2111

介護セミナー 10月29日
噛んだり、飲み込んだり
難しくなってきたらどうする?

講師 地域栄養ケアPEACH厚木
管理栄養士 江頭 文江 先生

- ◎ おいしく食べるには —
・おいしい料理、心身の健康、食べる機能
- ◎ 加齢に伴い、食に関する身体機能の変化
・唾液の分泌が減り、噛む機能・飲み込む機能・消化吸収・排泄機能が衰えるなど
→ 食事量が減る → 低栄養状態
- ◎ こんな症状に注意しましょう!
・食事中にむせる ・咳が出る ・痰の量が増えた
・のどあたりに食べ物が残ったような気がする
・食事中や食後に疲がからんだような声になる
・鼻水が出る ・食欲がおちた
・食事内容や好みが変わった
・食事にかかる時間が長くなった
・食事をすると疲れる ・痩せてきた、体重が減った



11月のつどいは
11月19日(火)

12:30~13:30 昼食・懇談
13:30~15:30 話し合い
場所: 町福祉センター3階会議室
▷ 昼食から参加の方は、12日までに役員または小沼(285-4166)までお申し込み下さい。(昼食代は500円です)
お待ちしております



- ◎ 噛みやすく、飲み込みやすい食事
軟らかい --- きざみ食で小さくするだけでなく、固さに注意
さらさらしていない } 付着性があった方がむせにくい。
適度な粘性がある } い。トロミをつける。
まとまりやすい } じつなぎ"を利用しよう
 } (小麦粉、マヨネーズなど)
* トロみ調整食品 --- 液状のものに トロミをつけて、飲み物などが喉へゆっくり送りにまれるようにする

- ◎ いつまでもおいしく食べるために
・口腔ケア
・口腔清掃 --- うがい、歯みがきなど
・口腔リハビリ --- 口の周りの筋肉をきたえる
・安定した姿勢 --- かがと、背中をつける、など

9月のつどいから 医療ソーシャルワーカーのお仕事



愛川北部病院 地域連携室 医療相談室長 三嶽様(医療ソーシャルワーカー・社会福祉士)に、愛川北部病院の概要・医療ソーシャルワーカーのお仕事などについて、お話を伺いました。

- 1) 愛川北部病院の概要
- ・一般病棟 (50床) 一般的な病気の治療
平均在院日数 21日以内
 - ・地域包括ケア病棟 (50床) 急性期の治療を終了後に、在宅や施設への退院を目指す病棟
入院期間 同じ病名で60日
 - ・医療療養病棟 (50床) 急性期の治療を終了し、療養を目的とした病棟



- 2) 医療ソーシャルワーカーの仕事
病院などで、患者さんや、その家族の方々の困り事の解決を援助する「相談員」の役割を担っています。
- ・退院後の自宅での生活相談や介護施設などの紹介
 - ・医療従事者への希望などを窓口となって伝えることもできます
- ▷ 会員からの感想や意見
- ・医療ソーシャルワーカーとは、どんな人か、がわかり、相談にのって下さると知り、心強いです。
 - ・国の政策や最近の病院事情は患者・家族にとっては厳しくなっているように思います。また、医療従事者への待遇ももっと良くなってほしいです。

住所・切手・投函不用の手紙です。
もうすぐ一年が経つわね。
記憶力・集中力が欠け、探し物が苦手になっちゃったの。途中で、探し物は何だっけ?
探してるのは物だけじゃなくて、いつ? 変ねえり、本当? 私が? うそ? うそ? というのも含まれるから、大変なの。
頭が空っぽだから、いつもモヤモヤ、ホッと。ジグソーパズルの最後のピースが、パチッと。はまった時の、あの快感。そうそう、それ!! それか今はないのよ。
頭の中で「パチッ」「ポタッ」のは、もう無理なのね。
今だから解るの。あのころのあなたのいらだち。
広いベッドでの一人寝はいもんよ。どんなに転がっても、落ちこまないももん。
じゃあ、またね。
追伸
何気ない夫婦の会話の心地良さが恋しい。あなたへの手紙、いっぱいたまってるわ。
雅子より

あなたへ

