

春の訪れとともに気をつけたいこと。

春の陽気が近づき、暖かい日が増えてきました。この時期は体調を崩しやすい季節の変わり目でもありますのでご注意ください。

① 気温の変化に気をつけましょう。

暖かい日もあれば、急に冷え込む日。日中と朝晩の温度差もあります。脱ぎ着しやすい服装を心がけ、体温を適切に調整できるようにしたいものです。

② 花粉症対策で感染症予防にもつなげましょう。

外出時にマスクやメガネを着用すること、帰宅後に手洗いやうがいをするのは花粉症対策だけでなく感染症対策にもつながります。花粉症で直接免疫力が下がることはありませんが、睡眠不足やストレス、体力消耗から免疫力が低下しないようにしたいものです。



ご家族懇談会(運営推進会議)を開催しました。

3/4(火)介護保険事業のデイサービスで運営推進会議を兼ねてご家族懇談会を開催し、「怒りの感情をコントロールするってどういうこと？」をテーマに学び、グループワークで意見交換を行いました。年々、認知症状のある方への理解は進んでいると思われませんが「分かっているのに怒れてしまう」というお話も多く聞いており、在宅介護の負担軽減につながるように怒りが生まれるメカニズム、アンガーマネジメント、自律神経を整えることについて情報提供を行わせて頂きました。意見交換ではアンガーログという書式を用いて個人ワークを行い、参加者には共感や肯定感を表すことをルールとして発表して頂きました。在宅介護での困りごとやストレスは簡単に解消されるものではないと思われませんが、話を聞いてもらえる場、気持ちを吐き出す場があることで孤立感を和らげる大切な場面であると再確認しました。



◎お薬情報の提供にご協力下さい。

皆様の状況を適切に把握して行くため、お薬情報(お薬手帳又は薬局から配布される薬の説明書)の提供をお願いしています。服薬情報の変更がありましたら、「連絡ノート入れ」に情報を入れて頂けると助かります。なお、ご提出頂きました情報は大切に管理させていただきます。



相談援助実習の受入れを行いました。

静岡福祉大学の学生さんが2/25より8日間の実習活動に来てくれました。皆さんの相談をお受けできる福祉従事者を目指して、コミュニケーションの取り方、多職種連携や意思決定支援などについて学ばれています。温かな声掛けにより緊張しながらも多くの体験をさせて頂きました。