

ふく いつ福しませんか



石見さくら会居宅介護支援事業所

☎0855-95-3262



2月になりました。今年の立春は4日で暦の上では春が始まっているようですが、気持ちの良い暖かい春が来るのはもう少し先のようなですね。さて、先月は認知症の方への関わり方や援助の方法として「基本的な接し方」をお伝えしましたが、今回は「ケアの原則」を2回に分けてお伝えします。この「基本的な接し方」と「ケアの原則」を踏まえて、来年度からは認知症の方の多様な症状による具体的なシーンと、その対応の方法をシリーズでお伝えしていきます。まずはそのための『基礎』を一緒に確認していきましょう！

ケアの原則①

尊重し、
ありのままを
受け止める

認知症の方の行動や状況がどのような意味をもつのか分からなくても、**置かれている「事実」**だけそのままだに認知（意識）することが必要です。それはつまり、相手に対して「期待」や「要望」を持たない**「無条件の関わり」**と言えます。相手に対し、どんな状況でも受け止めることができ、「関心」を持つゆとりがうまれので、関係を悪くすることはありません。

ケアの原則②

説明や行動の
手順を
繰り返し伝える

認知症の方のほとんどが発症する症状として、記憶障害があります。そうした方は「**自己喪失感**」から自信を失い、あるいは恥ずかしい気持ちや他者に知られたいくない気持ちを経験しています。そしてケアする側は、それをあからさまに指摘するのではなく、**さりげなくフォロー**するように声かけをすることが重要です。「声かけ」とは、単なる呼びかけではなく、**気軽にサポートする、言葉によるガイド**のことです。

ケアの原則③

感情に共感し
いまを明るく
過ごす

認知症の方の「いま」を喜んでいる「さま」をありのままに受け取り、その「**喜び**」を「**共にする**」ことが必要です。ケアをする側もどんな**困難な場面**であっても、相手に**ユーモア**を持ち接することができなければ、ケア自体を前向きに進めることは難しいかもしれません。認知症の方にとって心地よい時間を作ることは、ケアをする側にとっても相互作用があると思われます。

ケアの原則④

適度に受け入れ
つつ、現実へ
ゆっくりと導く

認知症の方をありのままに受け止めることも大切ですが、状況によっては、現実をゆっくりと説明した方がよいこともあります。これは「**今**」を「**知らせる**」という**援助方法**の一つです。時間と空間の認識に障害が出てくると、目の前にある「現実」を受け入れにくくなります。そこで、病状を見ながら「**声かけ**」によって「**事実を伝えてみる**」と納得してくれることがあります。

ケアの原則⑤

できない部分
だけを
手助けする

認知症の方に限らず、高齢者への一般的なケアとして、**出来るだけ自分のことが行えるよう関わる**ことが重要です。他者の力を頼みにすることで、出来ていることも出来なくなったりすることがあります。それでは自立の喜びは失われます。いったん低下した自立能力を元通りに回復することは難しいですが、**ゆっくりでも対象者が困らない程度**のことが出来るよう**お手伝い**することが大切です。

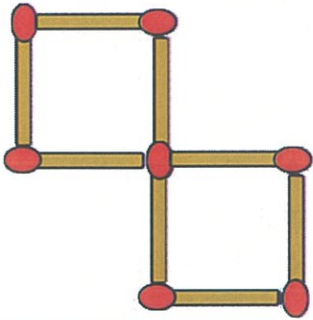
今月の脳トレ

挑戦して脳の活動を高めましょう！！
25分集中したら、5分休憩しましょう。

皆で脳トレに
チャレンジ！



頭を柔らかく体操



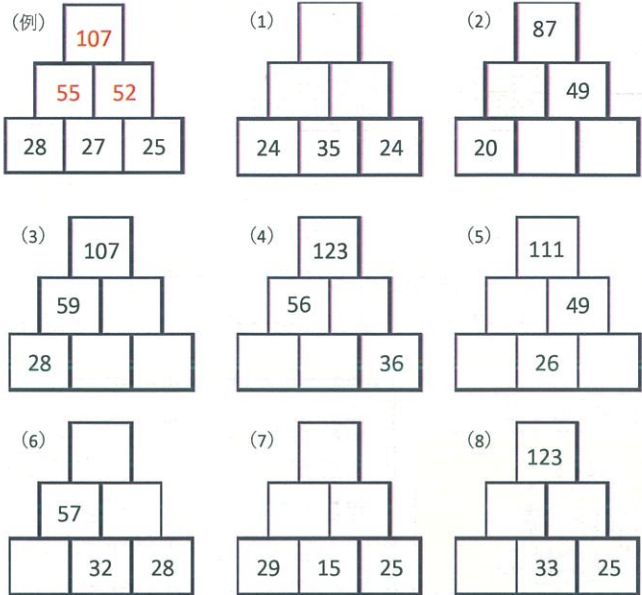
マッチ棒を4本追加して四角形を6つ作ってください。

【ヒント】

二次元ではなく、三次元で考えると...

計算ピラミッド (パート2)

隣どうしの数を足すと、上のマスが答えになります。



いったい何を表してる？

【ヒント】

アクシデントがあった時に...

以外と難しい?! スポーツの競技漢字クイズ

次の熟語はあるスポーツの名前を表す言葉です。それぞれ何のスポーツを指すのか当てましょう。

【例】

蹴球⇒サッカー

① 羽球

《ヒント》
羽が付いた球を打ち返す。
カタカナ6字

② 籠球

《ヒント》
アメリカが発症の地。
カタカナ8字

③ 撞球

《ヒント》
「撞」は「つく」と読む。
カタカナ5字

1月号の答え

新春！寅年間違い探し

微妙なところもありますが許してください。



あるなしクイズ

ある なし
花 草
葉 茎
芽 根
蝶 トンボ
紙 ペン

↑
ひらがなにすると体の一部を表します。

ある なし
日本 四国
上海 徳島
現実 架空
会社 学校
牛乳 緑茶

↑
漢字を入れ替えても違う意味になります。

計算ピラミッド (パート1)

