

# 職員研修

令和5年5月24日  
令和5年6月2日  
令和5年6月23日



## ユマニチュードを全員で学びます

私たちおふくろの家の介護職員は誰もが入居者の幸せを願い、少しでも楽しく快適に過ごしていただければと思っています。

ベテランになると少しの時間で入居者の気持ちを察して動くことができ、先手先手で動けるのでゆとりを持って介護が出来ますが、新人は誰かの介護に当たっているうちに次に人からお呼びが掛かり、待たせてしまって怒られて・・・余裕を持って介護に当たることが出来ないことがしばしばです。

認知症があり、話をしてくれない利用者がいます。話して貰えないのは自分に問題があるのではなく、その利用者にも問題があると思ってしまったらその先はうまくいきません。

大切なことは、利用者を大切にしようとしていることではなく、（これは大前提ですが）利用者が、自分は大事にされていると感じることなのです。

それは気持ちではなく技術だというのがユマニチュードの考え方だと思

ます。

勉強会ではユマニチュードの技術の発案者であるフランスの体育学の専門家イヴ・ジネストさんがその技法でかわることで、ケアに抵抗してケアを受け入れなかった患者さんが驚くような変化を見せた動画を共有しました。

友人同士でも部屋に入るときにノックして許可を得てから入るのが常識です。介護施設でも、入居者とかかわろうとしたときにそのための準備をして当たり前ですが、余裕のないケアスタッフは、その時間を取るゆとりもないのです。

実はそのいくつかの手間が入居者をリラックスさせ、そのあとのケアがしやすくなるのに、まだまだ十分な対応ができていませんが、入居者の皆様が元気で幸せに過ごせるように、昨年結成されたユマニチュード学会の認証制度に挑戦しゴールド認証を取ることを目指します。応援してくださいね。

# 金魚草

第10号  
きんぎょそう  
2023年7月10日

社会福祉法人 淳涌界  
おふくろの家  
愛知県弥富市又八2丁目128-1  
TEL 0567-67-7201

## ユマニチュードの4つの柱

### 見る

水平に見る  
正面から見る  
近くから見る



### 触れる

広い面積で触れる  
ゆっくり優しく触れる  
感覚が低い部分から触れる



### 話す

優しく穏やかに話しかける  
ケアの内容を実況する



### 立つ

1日に20分  
立つ時間をつくる



## あいち診療所おふくろ

	月	火	水	木	金	土
午前	畑	村岡	村岡	村岡	畑	村岡
午後	畑	村岡	村岡	村岡	村岡	

診療時間 午前 9:00 ~ 12:00

午後 4:00 ~ 7:00

休診日 土曜日午後・日・祝

### 要予約

【在宅医療】 毎週水・金 午後1:00~3:00

【もの忘れ外来】 毎月第1・3・5金 午後2:00~4:30

【精神科】 必ず事前にお問合せください

TEL 0567-67-7202

### 時間外診察

電話での相談に24時間対応します。通院中の方(処方日数内)で、体調に変化があり相談したい場合は、いつでもお電話下さい。

### 発熱・下痢の時

来院前に必ずお電話下さい。待ち時間が少なく診察できるように致します。

### 予防接種

事前予約にて受付していますので必ずお電話下さい。

## 「あいち診療所おふくろ」の花たち



## 広報部より

私たちは梅雨に降る雨を“うつつうしい”とすることがあります。しかしよく考えてみれば、日本は国土の70%が森林で、これらの木々に水を灌いでいるのは雨雲です。そして山々に降った雨水は川となり、私たちの飲み水となります。川の水を通して山の植物から流れた微生物は海の生物の栄養となり、それが魚介類として私たちの食料となるわけですから、単に雨というのではなく、

“恵みの雨”と言うべきだと思います。

世界中には、雨水が降らないことで、飲み水に恵まれな

い多くの国があります。実際に国土全体において水道水を安全に飲める国は世界に12カ国しかありません。「世界の水資源：国土交通省」

このことを考える時、日本の国土は一年中、水という自然の恩恵を受けていることに感謝の思いが湧きます。



社会福祉法人  
じゅん ゆう かい  
淳涌界  
http://jyunyukai.jp

おふくろの家 特別養護老人ホーム 短期入所(空床利用型)	〒498-0004 愛知県弥富市又八2-128-1	TEL (0567) 67-7201 FAX (0567) 67-7203
あいち診療所 おふくろ	〒498-0004 愛知県弥富市又八2-127-2	TEL (0567) 67-7202 FAX (0567) 69-7202
訪問看護ステーション いも〜れ	〒498-0006 愛知県弥富市佐古木7-33-2 リバーサイド加賀102号	TEL (0567) 67-7204 FAX (0567) 69-7203
いも〜れ奄美 訪問看護ステーション	〒894-1531 鹿児島県大島郡瀬戸内町 大字手安字瀬戸田原809-2	TEL (0997) 76-3770 FAX (0997) 76-3771



## 糖尿病の 予防について



あいち診療所おふくろ  
院長 村岡 敦



野菜を多く使った食事



あいち診療所おふくろの  
トレーニングマシン

暑さの続く季節、皆様いかがお過ごしでしょうか。口が渇き、たくさん水を飲むのは糖尿病の症状かもしれません。

いまや国民の10人に1人が糖尿病の時代、予防のため生活習慣を見直すことが大事です。

- (1) 食事は量を控えて野菜を多めに。  
→管理栄養士にご相談ください。
  - (2) 運動は週3～4日以上、1日30分程度の散歩などで筋肉を維持し、適正体重をキープ。
  - (3) ゆっくり入浴してぐっすり眠る。
- 以上に気をつけて健康を守りましょう。皆様のご健康とご多幸をお祈りいたします。

## 高齢者の熱中症対策

### 読む栄養



管理栄養士  
谷口 英司

梅雨があけるといよいよ夏本番の暑さがやってきます。そこで注意したいのが熱中症です。高齢者は体内の水分が若年者よりも少なく、暑さやのどの渇きに対する感覚も鈍くなります。また、体に熱がたまりやすく、暑さに対する体の調節機能が低下します。部屋の中でもしっかりと熱中症対策をして暑い夏を乗り切っていきましょう。

#### ① エアコンを上手に使いましょう。

過去の都心での熱中症死亡は8割が65歳以上でそのうち9割はエアコン不使用でした。

#### ② こまめに水分補給をしてください。

1日あたり1.2Lを目安に(1時間ごとにコップ1杯)。入浴前後と起床後はまずは水分をとってください。



## 1階～4階フロアからのお知らせ

令和5年6月、田んぼに張られた水が、綺麗な青空を映す季節がやってまいりました。カエルやサギで、賑やかになりましたね。



### 職場体験

6/14～6/16迄、弥富北中学校から、職場体験で中学生が1F～4Fに3名来られました。利用者様の昔話を聞いたり、歌を歌ったり、折り紙を折ったりして過ごしました。

### 七夕

7月7日の七夕に向けて、利用者の方々に1人1人の願いを短冊に書いていただき、七夕飾りを作り楽しく過ごしました。



## 4階フロアの職員紹介



5月から4Fフロアに移動なり、私達以上に利用者様も見慣れないスタッフが来てとまどった事と思います。それから2ヶ月が過ぎ、利用者様の笑顔が見られるようになりました。一日も早く、地域の皆様と交流できる事を楽しみにしています。

4F主任 川中カツ子