

ユマニチュードから考える 認知症に優しいまち

2019年6月16日 於NHKハートフォーラム
(研修報告 加藤)

講演は二部構成で、
一部は、特別公演「家族のためのユマニチュード」の考案者・
イヴ・ジネストさんの福祉ビデオシリーズ
「優しい認知症ケア ユマニチュード」の映像を交えた講演。
二部は「トークセッション〜イヴさんと考える“認知症に優しいまち”〜
でした。

一部、ユマニチュードとは「見る」「話す」「触れる」「立つ」を4本の柱として、愛情を伝える技術であり、愛情や感情は薬よりも強く、脳の機能が低下しても最後まで残り重要であるとのことでした。

<p>「見る」 目線の高さを同じにして正面からゆっくりと相手を見つめる(25 cm位)。見つめ合うことによってオキシトシンが分泌される。オキシトシンは“愛と信頼のホルモン”と言われている。</p>	<p>「触れる」 触れることは慎重にしなければならない。驚づかみ、指先だけで触れると“攻撃”のメッセージが伝わる。広く、ゆっくり、包み込むように。</p>
<p>「話す」 話しかけるときは、優しく、穏やかに。見ない事と話さない事は相手に対して存在しないという事になる。</p>	<p>「立つ」 上半身を垂直にしないと空間と時間の認識ができなくなってくる。</p>

二部では、20年前に認知症を発症した方、医療者、ジャーナリストによるそれぞれの視点からの認知症の現状を伺いました。身体拘束や薬の話(薬の組み合わせによっては悪化する場合もある)、味覚の話(糖分は1/3、塩分は1/12しか感じなくなる。香辛料を適度に効かせた料理も効果的)等々、興味深いお話が盛りだくさんでした。また、会場では座席の隣の人同士が1分間見つめ合うというデモンストレーションを行いました。初めは恥ずかしくても、見つめ合うことで何かが通じ合うのか、涙を流す人も多くいました。会場内が「愛」にあふれたすてきなひと時を過ごすことができました。

※興味を持たれた方は、ぜひイヴさんの書籍等をご一読ください。
参考図書:イヴ・ジネスト著「ユマニチュード入門」医学書院・「ユマニチュードという革命」「家族のためのユマニチュード」誠文堂新光社

おしゃべりカフェを開催します! 毎回好評です。ぜひご参加ください。

老後には
いくら位必要なの?

日時: 11月2日(土) 10:00~12:00
ライフプラン講座「公的年金で不足する老後資金」 講師: 中央ろうきん世田谷支店 山口郁子さん
参加費: 無料
場所: あやとりデイルーム(生活クラブ館徳丸2階)

同時開催 玄米サークル 12:30~14:00 「あやとり玄米サークル」メンバーによる玄米のお食事
参加費: 300円
お申し込みは、電話(5922-3560)またはFAX(5922-3561)で



賛助会員並びに、ご寄付を頂きありがとうございました。

野中様・中島様・山口様・今澤様・玄米サークル様

他にも介護用品等たくさんの方から頂きました。有意義に使わせて頂きます。

編集後記

今年の夏前半は傘の出番が多く、暑い日が短く、お盆が明ける頃にはゲリラ豪雨が續くなど、令和元年は異常気象でした。季節の変わり目、皆さまどうぞ体調を崩されませぬように。 広報委員会一同



NPO・ACT たすけあいワーカーズあやとり
 〒175-0083 板橋区徳丸 2-30-16
 生活クラブ館徳丸 2階
 E-mail: actayato@oak.ocn.ne.jp
 TEL: 03-5922-3560
 FAX: 03-5922-3561
 HP: http://act-ayatori.com/



あやとり



発行日: 2019年9月25日
 編集・発行: たすけあいワーカーズあやとり
 広報委員会
 発行責任者: 今澤てる子



第21回通常総会が開催されました

理事長 今澤てる子

日頃はあやとりの活動にご理解ご協力戴きありがとうございます。

5月25日に第21回あやとり通常総会が開催されました。

メンバー全員で一年を振り返り、目標を確認し合い、各議案が承認されました。昨年度は、訪問介護・通所介護・子育て支援の事業を継続して行っていく中でメンバー不足という課題はありましたが、みんなで協力し合い経営面でも経費削減等々を実行し、成果が見られた一年でした。



今年度の理事。左から金井・今澤・川島・守屋・木村

今年度は、理事改選の年でもあり、2名が入れ替わって5名が承認されました。新体制となり、新たな気持ちで活動をスタートしています。

あやとりには事業の他に5つの委員会(地域・学習・中長期・対価検討・広報)があり、委員会の活動を通して組織の充実を図り、地域への「たすけあいの輪」が広まるよう努めています。

これからも地域福祉の一端を担う者としての自覚を持ち、より一層地域との連携を深め歩み続けたいと思います。今後ともご支援賜ります様よろしくお願い申し上げます。



運営推進会議を開催しました

地域密着型サービス事業所における運営推進会議は、板橋区より年に2回の開催が義務付けられています。利用者家族や地域の方々にご参加いただき、活動報告や事例を発表し、あやとりのデイサービスを知っていただくための良い機会となっています。来所されている利用者さんの家族構成、居住環境、身体的状態を含め自宅で安全に生活するには何が必要なのか、あやとりが実際にどのような支援を行なっているのかを情報共有しました。利用者家族同士共感する事も多く、お互いの状況を語り合う事で情報交換の場にもなっています。



今回は当日のデイサービスの昼食を召し上がっていただきました。参加下さった皆様には気軽に発言して頂ける雰囲気の中、終始和やかな会となりました。

(デイ管理者 小玉美紀)

口腔ケアのお話

あやとりのデイサービスでは、利用者さんが長く自分の歯で食事ができるようにとの思いから、昼食後の歯磨きやうがいのお手伝い、ご自分で歯磨きできる方の見守りなど利用者さんに合わせた口腔ケアを行っています。また年に1回、日本訪問歯科協会の紹介の歯医者さんによる歯科検診も行っています。今年は7月4日と5日の2日間で15人の利用者さんが受診しました。

検診結果をご家族やケアマネにお知らせし、口腔管理に役立てています。今回は、取り外しが難しい義歯の外し方のコツや、口角炎について教えて頂き利用者さんの口腔衛生の向上に結びつきました。お口の細菌が時に病気の原因になることもあります。

今後も利用者さんの口腔ケアを大切にしていきたいと思います。



8月31日定例会終了後、デイサービスでお世話になっている日本訪問歯科協会から介護福祉士でもある協会認定講師の茶木先生をお招きし、学習委員会主催の口腔ケア勉強会を行いました。タイトルは、「10年長生き10歳若返り「人生100年時代」」

歌って踊れる！
人気講師の茶木先生



新メンバー紹介

老々介護が当り前の時代になりました。団塊世代が全員75歳以上になることにより、介護者不足が一層深刻化する2025年問題に、当事者の一人として介護の世界での一助を目指すことにしました。健康に恵まれており、古稀過ぎながら、あやとりの新人です。



福島隆さん

ボランティア紹介

家庭的で温かい雰囲気の中、その人らしさを大切にきめ細やかな支援をしているあやとり。両親が大変お世話になりました。今は娘の私がボランティアとして貴重な体験をさせていただいております。少しでもお役に立てればと思っておりますので、どうぞよろしくお願い致します。



西野直子さん



谷田貝順子さん

3月半ばからボランティアとして参加させて頂いております。介護に関しては経験もなく、未知の世界でしたがその都度スタッフの方々に親切に教えて頂いて務めております。これからよろしくお願致します。



利用者さんのケア方法のみならず、メンバーも口腔衛生について改めて学ぶ機会となりました。口腔内の機能、衛生、手入れの仕方、食べ合わせと栄養の関係や爆笑クイズ、そして、口腔リハビリでは、丁寧な解説とともに、すぐケアに取り込めそうな体操を教えて頂きました。茶木先生の演出に、メンバーは終始大笑いでしたが、実はこの笑いこそ、口腔ケアの大事な一つだそうです。

人生終わるまで、美味しいものを食べる機能を維持し、笑って過ごせたらどんなに素敵なことでしょうか。

(学習委員会 笹井衣子)



あやとりは、みんなで話し合い、決定し、運営していく「ワーカーズコレクティブ」です。

あやとりには38名のメンバーがいます。みんなで力を合わせ、訪問介護、デイサービス、乳幼児一時預かり「おやこ舎」と三つの事業を行っています。

自分の持っている資格を活かしたい！ やってみたい！ やれそう！ 子どもが好き！ 人が好き！と本人の希望を第一に考え、事業に関わっています。

また日々のお仕事が円滑に行えるよう、訪問会議、デイ会議、おやこ舎会議を毎月行っています。利用者さんの様子を話し合ったり、ひやりハットで気持ちを引き締めたり、色々な意見を出し合う機会となっています。そして月に1回メンバー全員参加となっている定例会では、各事業からの報告も行い、重要な情報共有の場となっています。

現在、親の介護など様々な家庭の事情に追われている仲間もいますが

「令和元年。あやとりメンバーみんなで頑張っています！」

訪問メンバー



定例会議



デイ会議



おやこ舎会議