

健康と介護の まちかど相談

平成 28 年
冬号

在宅介護支援
はじめの一步
〒470-0116 日進市東山 1-117
TEL 0561-72-5028
FAX 0561-72-5091



いつまでも住み慣れたこの地域で暮らすために

私たちは高齢になればなるほど、一人ではできることが限られてきます。日ごろからご近所さんと親しくお付き合いをして、困ったときは助けて！と声を上げることができるようにしておきたいものです。

日常生活の中で、人とのつながりを大切にしておけば、自然に生活の広がりができます。広がりがあれば、また楽しい時が過ごせます。気持ちが明るくなります。

はじめの一步は、皆さんと一緒にこの地区のつながりを大切にしていきます。



ケアマネジャーの
介護保険ひとくちメモ
by 居宅介護支援はじめの一步

「肺炎」について

「肺炎」は高齢者にとって重大な感染症で、1年を通じていつでもかかる可能性がある病気です。原因としては病原性のものと、歯垢や食物の誤嚥によるものがあります。特にこれからの季節、風邪をこじらせたりして体力が低下すると肺炎になりやすいので注意が必要です。長引く咳、高熱、胸痛、息苦しさなどの症状があるようでしたら、肺炎を疑いましょう。ただし、高齢者の場合、熱が出ないこともあるので注意が必要です。予防として日常的には、マスクの着用、外出後の手洗い・うがいの励行、歯磨きなど口腔内を清潔にするなどのほか、免疫力が落ちないよう規則正しい生活をする、持病の治療に努めるなども重要です。



●はじめの一步句会より
秋刀魚焼くやっとな今年も一人前
富士の山湖上に映えて夏花火
秋の月窓に見上げる君と見る
帰り道コスモス眺め母思う
いも食べておなら鳴るなり元氣よく
孫が来て帰れば寂し秋の暮れ

毎日を生き生きと

訪問ヘルパーの
ちょっといい話
by はじめの一步訪問介護



気がつけば1年が終わろうとしています。歳を重ねるにつれ、1年が短く感じられるのはなぜだろう？人間は空間が広い方が、時間がゆったり流れているように感じるそうです。例えば体が小さい子供は、その分大人より空間が広いので時間を長く感じる傾向があるとか。そういえば、子供のころは何かと待ち遠しい思いをしたものですね。

広い部屋に一人でいるのと、誰かが一緒にいるのでは、同じ時間も違って感じます。ヘルパーと一緒にいる時間を楽しみにしていただきたい、そう願いつつ、来年もご利用者様のために頑張りたいと思います。

良いお年を。

総合事業

「元気デイ」がはじまりました！

はじめの一步トレーニングデイでは、10月より「元気デイ」という名称で総合事業のサービスを行うデイサービスを開設しました。

マシンを使ったトレーニングのほか、機能訓練を意識した体操を中心とした内容となっています。営業時間は火・土の午後1時～3時30分となります。

ご利用につきましては、各地域の包括支援センターにお問い合わせください。

デイサービスのご案内

いきいきデイ (月～土) 9:15～16:30
トレーニングデイ午前 (月～土) 9:00～12:10
午後 (月水木金) 13:00～16:10
元気デイ (総合事業) (火・土) 13:00～15:30

デイサービスの良さって 何ですか？ (ご利用者様の声より)

いろいろな人と
お話ができる。

食事がおいしい。
自分で作らなくてよい。
季節感のあるものを
出してくれる。
行事の時のお弁当が
懐かしい味。

自分ではできない
リハビリができる。

書道や音楽、絵画などの
教室が楽しい。



デイに行くとボケない。

家族が安心してくれる。



生活支援コーディネーターについて



日進市では、10月から旧中学校区域(中部・東部・西部)に各1名、生活支援コーディネーターが配置されるようになりました。住み慣れた地域で支え合い、楽しく元気で過ごして行くために、足

りない社会資源の掘り起こしやマッチングのお手伝いをするのが、生活支援コーディネーターです。はじめの一步には、中部地区担当の生活支援コーディネーターが常駐しています。

有限会社はじめの一步

- 居宅介護支援はじめの一步
- はじめの一步訪問介護
- いきいきデイはじめの一步
- トレーニングデイはじめの一步
- 元気デイはじめの一步

職員募集!!

はじめの一步では事業拡大のため職員を募集しています。短時間でも働いてみたい方、ご連絡ください。募集職種：介護福祉士さん、ヘルパーさん、運転手さん、調理師さん、理学療法士さん

お問い合わせは 電話 0561-72-5028

