青梅療育院のお知らせ　　令和２年 11 月号

発行責任者／七枝　隆志　　編集／介護老人福祉施設　青梅療育院情報委員会

《社会福祉法人 仁育会 経営理念》

地域との連帯を深め信頼される社会福祉施設としての確立と、安心と安全を守るゆとりある生活支援を目指します。

《青梅療育院運営方針》

1. 利用者から安心されるサービスの提供
1. 生活の安全を守るサービスの提供
1. 要介護度に応じた適切なサービスの提供

＝１１月の行事計画＝

４日（水）文化祭
１１日（水）誕生会
１３日（金）選択食
１６日（月）理髪（２階）
１８日（水）寿司の日
２３日（月）理髪（３階）
２７日（金）選択食

＝１２月の行事計画＝

３日（木）誕生会
１１日（金）選択食
１６日（水）寿司の日
２１～２３日（月火水）ゆず湯
２１日（月）理髪（２階）

２３日（水）Xmas・忘年会
２５日（金）選択食
２８日（月）理髪（３階）

＝在宅介護の注意点＝

在宅介護を選ぶ１番の理由は「住み慣れた自宅や地域社会の中で生活できること」です。

在宅介護では訪問介護サービスやデイサービスなど、介護状態に合わせて自由に介護サービスを選ぶことができます。

一方、介護する側の家族や身内の負担は大きくなります。介護は終わりの見えないことが多いため、期間が長くなればなるほど介護者は精神的にも肉体的にも負担の増加が懸念されます。

長い介護生活には言葉では言い尽くせないたくさんの苦悩や葛藤があります。日中はデイサービスなどのサービスを受けていたとしても夜間は誰にも代わってもらえず、介護者が夜通し介護を行っていることもあります。

昔のように大家族で一人の要介護者を支えることができれば、一人ひとりの負担は少なくなりますが、老々介護や子供一人が親を介護する場合共倒れになってしまうこともあり、こうした介護者の健康を守ることも重要です。

しかし、在宅介護がどれだけ大変でも、老人ホーム等の入所という選択については、「介護を放棄した」と罪悪感を持ってしまう介護者が多く見受けられます。介護を続けていくためには、なにより介護者の心身が健康でいなければならないこと、そして大切なのは「お互いが満足できる状態を続けていくこと」ということを忘れてはいけません。

実際に老人ホームに入所し、離れて生活することによって、良い家族関係が新たに構築できたという方はたくさんいらっしゃいます。

老人ホームへの入居を選択することに罪悪感を感じるのではなく、在宅介護の限界を示すサインと認識して下さい。

在宅での介護を辛いと思うようになったら、それは老人ホームを検討する第一歩です。

老人ホームへの入所を踏み切り、申込みをしても、すぐに入所できるとは限らず、また、家を離れることになるご本人への説明も根気よく続けなければなりません。「まだ大丈夫」といえる間に、老人ホームへの入所準備を進めることが大事です。

在宅介護は、ご本人と家族が一緒にいられる理想的な介護ですが、それはあくまで良好な関係を継続できる場合です。どちらかが辛いと感じてしまったら、それを長く続けることは困難となります。いつまでも良い関係を続けていくために必要なのは、我慢ではなく、お互いを思いやる気持ちです。ご本人と介護者、家族全員が辛いと感じるまえに、老人ホームへの入所を検討してみてはいかがでしょうか。

十五夜 お月見

10 月 1 日に十五夜 お月見茶話会を開催しました。
月見団子やお菓子を食べながら、ゆっくりとした秋の夜長を過ごしました。

秋に ”ひまわり” ！？

今年も、地主さんが施設目の前に一面の”ひまわり”を咲かせてくれました！！
”ひまわり”は種をまく時期により、秋にも元気に咲くことができるそうです。
2 階、3 階の窓からも綺麗に見ることが出来、利用者さんも楽しむことが出来ました！！

秋の大運動会！！

10 月 24 日は秋の“大運動会”！！

昨年は台風やインフルエンザにより、中止となってしまい、今年は昨年の分も体を動かし、声援を送り、大いに盛り上がりました(#^.^#)

お昼は恒例の“行楽弁当”！！　おにぎりに、からあげ、卵焼きと‥　皆さんお腹もいっぱいに！(^^)!

勝っても、負けても、楽しい運動会になりました。