

## 職員紹介

4月より配属となりました、主任介護支援専門員の<sup>かわの えみ</sup>河野 恵美です。

3月まで『たよれーる みなみ』で勤務していました。5月から令和元年となるこの機会に何か新しい事をはじめよう！と思い、ずっと休んでいるフィットネスクラブを再開することにしました(笑)  
新たな気持ちで仕事もプライベートも頑張りたいと思いますので、よろしくお願いします。



4月より配属となりました、介護支援専門員の<sup>こもり けんたろう</sup>小森 建太郎です。

3月までは恵望園で7年間入所されている方の担当をしていました。

プライベートは、小学5年と小学2年の反抗期の息子を持つ、江別市在住の父親です。

からだは大盛でも名前は小森。これからよろしくお願いします。



### 出前講座

- ・「介護保険と恵庭の福祉サービス」
- ・「高齢者の権利擁護について」
- ・「認知症予防・脳トレ」
- ・「住みよい地域をつくるために」
- ・「介護予防」他ご要望に応じます。

町内会や老人クラブ、サロン等に伺います。

お気軽にお問い合わせください。

### 家族介護者交流会

日時：5月29日（水）  
10時～15時

場所：ユンニの湯（由仁町）  
※恵庭市市民会館より出発

対象者：家族を介護している方等

内容：花と温泉と介護体験の語らい

参加費：1,500円（昼食代）

申込み：たよれーる 中島・恵み野  
(0123) 36-0036

# たよれーる ひがしだより

回覧

2019年春号

## 新年度ご挨拶

日頃より、たよれーるの事業、諸活動に温かいご支援、ご協力を頂きありがとうございます。おかげさまで、恵庭市ひがし地域包括支援センター『たよれーる ひがし』が開設され、今年の春で12年目を迎えました。

少子高齢化が進み、高齢化率は年々上昇しています。住み慣れた地域でともに支え合い、医療と介護が切れ目なく提供され、安心して暮らせるまちを目指して日々活動しています。

4月より新たなメンバーで、スタートを切りました。地域の皆さまにとって身近で信頼されるセンターとなるよう、これからも地域に根ざした活動に取り組んでいきますので、どうぞよろしくお願いします。



よろしくお願いします(°▽°)!!

### 担当地区

漁太・春日・中央・上山  
口戸磯・和光町・黄金南  
黄金北・黄金中央・緑町  
相生町・住吉町・末広町  
栄恵町・泉町・京町・漁  
町福住町・本町・新町

編集  
発行

恵庭市ひがし地域包括支援センター

たよれーる ひがし ☎(0123)35-1071

〒061-1409 恵庭市黄金南5丁目11番地4(恵庭市こがねデイサービスセンター内)



# 健康まめ知識

## お口の健康について①

こんにちは、看護師のトーレスです。

元号も平成から令和に変わり、新しい年が始まりましたね。今年は『お口の健康』についてご紹介します。皆さんには主治医がいると思いますが、かかりつけの歯医者さんはいますか？病院には通っているけど、定期的に歯医者さんに通っている方はあまりいないのではないのでしょうか。

口には「かみ砕く・飲み込む」「唾液を分泌する」「言葉を発する」「表情をあらわす」など様々な役割があります。

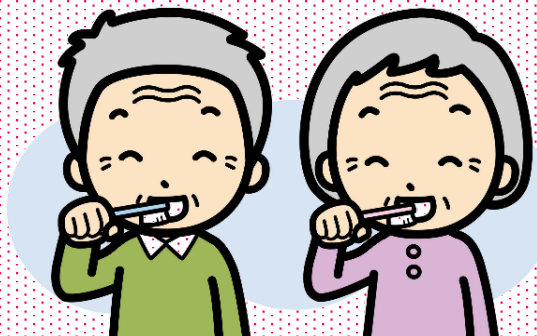


### 【機能が低下すると】

- ・十分な栄養がとれずに体調を崩しがちになる
- ・誤嚥性肺炎など命にかかわる病気のきっかけになる
- ・会話などのコミュニケーションへ影響を与える

上記のような可能性が考えられます。そのため、『お口の健康』を保つことがとても大切です。

次回から『お口の健康』を保つためのコツやポイント等をお伝えしていきます。



# 認知症コーナー

認知症にまつわる情報をわかりやすくお伝えするコーナーです。

## 今回のテーマ 認知症の人への接し方



認知症の人は理解力・判断力等の低下から、日々不安を抱えながら生活しています。周りの方々が本人の気持ちに寄り添って対応することで、本人の不安を軽減するだけではなく、症状をやわらげたり、進行を遅くすることができると言われていま

基本姿勢 ～認知症の人への対応の心得～

1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない

### 具体的な対応ポイント

#### ○まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。

#### ○余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

#### ○相手に目線を合わせてやさしい口調で

小柄な方の場合は、体を低くして目線を同じ高さにして対応します。

#### ○おだやかに、はっきりした話し方で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきりと話すように心がけます。

#### ○相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

認知症の人は急がされたり、同時に複数の問いに答えるのが苦手です。相手の反応を伺いながら会話をしましょう。

認知症の人への対応には、認知症に伴う認知機能低下があることを正しく理解している必要があります。たよれ一るでは、認知症に関する出前講座を行っておりますので、ぜひご連絡ください。