

とんぼ だより

第77号

令和5年

7月15日発行

第9波?どうするコロナ対策

新型コロナウイルスの感染上の位置づけが、5月8日から季節性インフルエンザなどと同じ「5類」に移りました。今後、法律に基づいた外出要請などはなくなり、感染対策は個人の判断に委ねられるほか、幅広い医療機関での患者の受け入れを目指すなど、3年余り続く国のコロナ対策は、大きな節目を迎えました。

しかしながら、今後も流行を繰り返すことが予想されており、政府分科会の専門家の話では、「第9波が始まった恐れがある。」とのこと。「最近、私たちの周りでも、ちらほらと入所施設やデイサービスでの感染報告が聞かれています。」

さらに会としては、マスク着用、パーテーション使用、出勤(利用)前には検温、到着時の手指消毒、定期的な手洗い、換気など、今までと変わらない感染対策を行っています。とはいえ、共生していこうという社会の時流もあり、当方も感染対策を行った上で、ボランティアや藍野短期大学看護実習生の受け入れを再開しました。第1波から今まで恐怖におののいた漠然としたものから、各自の予防や対策経験を活かし「共生」へ。閉塞的な生活に少しずつ、新しい風を取り入れ、日々楽しく免疫アップで参りたいと思います。



看護学生に「多職種連携について」説明中

再びボランティアさん再開



陶芸

陶芸の先生とは、2009年からの長いお付き合いです。今回で何回目か、数えてくださいました。



**なんと！
86回！**

いつも、作りやすいように工夫して下さい、本当にありがとうございます。



—このお皿ができる予定
楽しみ♡

手品



今回も、トランプ、色とりどりの旗や、繋がったり離れたりする輪っかなど、たくさんの不思議を見せてくださいました。



お点前と三味線演奏



三味線の演奏に合わせて歌ったり、先生の楽しいエピソードと共に、いただくお抹茶とお菓子は、最高♪

気づいたんですけど、指先の運動、手、足、腰の運動、すべて入っているんです。普段あまり体を動かさない方も、自然に体が動きました！



それー！

えいっ！

紙飛行機作って飛ばしたい！から始まった、紙飛行機飛ばし。皆さん、広告紙などで、紙飛行機を作り、紙飛行機飛ばし大会となりました。どんな形がよく飛ぶのか？どうやって飛ばすとよく飛ぶのか？思考錯誤しながら飛ばしてみました。

紙飛行機飛ばし大会

《はじめの だい いっぱい * 食事編 ①》

最近、食事が進まなくて…。箸で遊んでしまう。とにかく水分を取らない。「口にしない」と始まらない「食べたくない」と体力が落ちる「どうしたら…」家族様より、このような話を伺います。

食事は嗅覚、味覚、視覚など、五感をフルに活かす、生命の営みです。本来なら、それを楽しみ、生活を豊かにできる手段のはずですが、認知症になると様々な要因が重なり、食事という行為が困難になってきます。

① 目の前のものが何かわからない(認知機能の低下、視野の欠損など)

② 口腔内の違和感(義歯の不具合、虫歯、歯茎の腫れ等から噛むことが難しい。)

③ 咀嚼・嚥下の機能低下(飲み込む機能、筋力が低下)

④ 食欲、意欲の低下(活動量の低下により食欲がわかない。栄養低下や水分不足による意識、気力の低下)等…。十人十色、その方それぞれに理由があります。「なぜ、食べないんだろう。」「食べたくないんだろう?」「その方の様子伺い、その方の状態、思い、表れている諸症状を感じ、推察してみてください。」「トイレが近くなるから水分はとらない」と頑なな方には、お茶ゼリーなどを、お箸で遊んでしまう方には、一品ずつを小鉢に入れて、見た目で食べものとわかる工夫を。咀嚼や嚥下が難しくなってきた人には、舌先でつぶせる程度の柔らかい食べ物を。食欲、意欲減退の方には、その方がお好きな(好きだった)食べ物を召し上がって頂いて下さい。

食事は生命の営みですが、それを作り提供する側の思いも、きちんと相手の心に届けることができる、すべり力を持っています。

夏の暑さに備えよう

湿度や気温がぐんぐん上がる梅雨の時期は、暑さに体が慣れていないため、気づかないうちに熱中症を引き起こしてしまいます。湿度が高いと汗が蒸発しにくく、体に熱がこもりやすくなるので、梅雨の晴れ間や急に気温が上がった時には注意が必要です。

＜対策①＞ 上手に汗をかける体の準備をしましょう

雨で外出や運動の機会が減り、寝転んだり座っている時間が増えると熱中症のリスクが高まります。足踏みなど家の中でもできる運動や、湯船に汗が出るまでつかるだけでも、汗をかく体作りができます。

＜対策②＞ 喉が渇く前にこまめな水分補給をしましょう

喉の渇きを感じた時は、すでにかなりの水分が失われているので、渇きを感じる前にこまめな水分補給をしましょう。

＜対策③＞ 湿度の高い日は換気をしましょう

湿度が高いと熱中症の危険度が高まります。特に梅雨の時期は、室内に湿気がこもりやすいので、エアコンや扇風機で温度を調節し、窓を開けて部屋の空気をこまめに入れ替えましょう。

(月刊デイ素材集 vol.282より抜粋)

《季節の壁面製作》



あじさい作り



壁面の飾り付けもお任せ～



朝顔は、なんと！
コーヒーフィルター



【報告】

六月二十五日(日)に第二十二回定期総会を開催いたしました。コロナ禍により、集まっただけの開催は、4年ぶりとなり、久しぶりの再会に花が咲きました。

正会員十六名のうち、出席者九名(委任状提出者六名)のもと、二〇二二年度の事業、活動計算書の報告、二〇二二年度事業計画、予算書の報告などを行い、すべての事業書が全員一致で承認、可決されました。

【編集後記】

5月に植えて頂いたゴーヤも、すっかりグリーンカーテンに育ち、たくさんのお花をつけ、小さな実もちらほら。栄養たっぷりのゴーヤ。今年ほどんな料理になるか楽しみ。新型コロナウイルスも5類に移行されたとはいえ、感染者が出ている事業所もあり、体調管理には注意が必要。栄養摂って、水分補給には、梅ジュースがおいしいですよ。(と)



今年も梅ジュース作りました。誕生会に乾杯(*^^)v

特定非営利活動法人きらく会
気軽に集えるミニデイサービス



きらく会

枚方市長尾家具町3丁目4-6
電話/FAX 072(836)6006
http://www.kirakukai.com