



ケア 24 善福寺だより



～認知症ケアを地域でささえるシリーズ⑤～

誰もがなる可能性のある「認知症」。認知症となっても、いつまでも地域で安心して暮らし続けるために必要なこととは何でしょうか？

昨年度に引き続き、今年度もケア 24 善福寺だよりは、西荻・善福寺地域で認知症の方の日常生活をささえるために日々奮闘されている専門職の方々にインタビューさせていただき、そのヒントとなりそうな情報をお伝えします。

シリーズ第 5 回目は「だんらんの家」管理者の長澤匡典（ながさわ まさのり）さんです。



だんらんの家（デイサービス）

住所 杉並区西荻北 4-13-16

TEL 03-6454-7243

電話受付時間

7：00～19：00（年中無休）

定員：1日10名

Q1. 「1 日の流れ」を教えてください。

まず、午前中は指のマッサージや脳トレなど、脳が活性化するような内容にしています。並行して、散歩にでかけて季節を感じたり、筋力を維持できるような時間も設けています。

昼食後は食器拭きを生活リハとして行っていたり、その後の食休みの時間を眠くならず過ごせるようにパズルなど、お一人で集中してできるようなレクを行うようにしています。

午後は機能訓練や外出など、いちばん活動的な時間を過ごしていただきます。

夕方のいちばん疲れる時間帯はフリータイムです。DVD を見たり、散歩に行ったり、時にはみんなで紙飛行機とばしをしたり…。できるだけ家にいるのと同じ時間を過ごしていただけるよう意識しています。

Q2. どんな特色がありますか？

家族の事情に合わせて早朝から送迎をしています。早い方は 7：30 頃に朝食のお弁当を持参していらっっしゃいます。9：30 頃までは家と同じようにできるだけゆったり過ごしていただくことを意識しています。

また、場合により夜遅くの対応もしています。そのまま泊まることもできますが、遅くなっても家に帰ったほうが落ち着くと思われる方は遅くまで送迎するようにしています。本人の状態や家族の状況を見てケースバイケースの対応です。

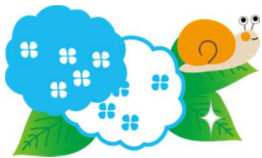
裏面に続きます⇒

Q3.お泊りを利用する人ってどんな人？

家族のレスパイト、施設入所待ちの方、介護者の急な出張や入退院など様々です。
連続利用は平均で2週間ほど。
もともと週4～5日利用されている方が多く、急なお泊りでも落ち着いていられることが多いです。

Q4.働いている人ってどんな人？

地元のスタッフが多いです。
利用者様とまっすぐ向き合うこと、人間として失礼のないよう、どんなに距離が近づいても、いつでも心の中にネクタイをしめていることを大切にと伝えていきます。



Q5.認知症ケアのエピソードを教えてください。

トイレ場面でのエピソードですが、声かけをしても「まだ行かない」と言われた時でもアプローチ方法によっては行っていただけることもあります。日頃から行っていただける習慣を作って本人が行く気になれるようにしています。

いきなり「トイレ」という言葉を出さず、エコノミー症候群の話をして「ちょっと立ってみませんか？」「ちょっと歩いてみましょう」と促します。そこで「あーよかった、歩けた」と一緒に歩き、その途中でトイレに行く事を伝え、本人の了承を得てから誘導します。無理強いするのではなく、会話を楽しみながらお手伝いできるのが良い介護かなと思っています。

Q6.地域の中でどんな存在でありたいですか？

先日、とあるお店のレジに来たお客さんが「実は私は認知症なんだ」と言って、長話を始めて困ったという話がありました。そういう時はいつでも「だんらんの家」に電話してください。そうしたらスタッフがその方に会いに行きます。

地域にあるいろんな問題に自分たちができる範囲のことに取りくんで、地域とともに安心して生活できるようにしたいと思っています。介護の仕方を伝えたり、それぞれの介護力がつくように教えること、町を見守ることができるような存在でありたいです。

将来的には地域の人を招いて食事会をしたり、地域の人への支えがあること、交流できることが広がっていったらいいなというのが夢です。



～「移動スーパー・とくし丸」のご案内～



お買物でお困りの方はいらっしゃいませんか？

4月27日から「とくし丸」という移動スーパーが『ぐるーぷほーむはこぶね』に来るようになりました。

『とくし丸』とは軽トラックで生鮮食品やお惣菜等 300 品目を乗せて、商品を見て買うことができる移動スーパーです。

豪雨、台風、積雪の時以外は**毎週木曜日 15時15分～15時45分**にきます。

ご興味がある方はぜひいらしてください！



～ケア 24 善福寺のご案内～



杉並区地域包括支援センターケア 24 善福寺は、杉並区の高齢者の総合相談窓口です。

「ちょっと相談したい」「どうしたらいいか困っている」

「どこに相談したら良いかわからない」・・・こんな時、お気軽にご相談ください。

事業のご案内や受付など、保健や福祉の専門職がご相談をお受けいたします。ご家庭にお伺いし、ご相談にのることもあります。

相談内容など、個人の秘密は守ります。相談は無料です。

ケア 24 善福寺は、西荻北 3～5 丁目、善福寺 1～4 丁目の地域を担当しています。



杉並区地域包括支援センター ケア 24 善福寺

〒167-0042

杉並区西荻北 4-31-11 西荻ミキサンハイツ 1 階

TEL:03-5311-1024

FAX:03-5311-1027

窓口開設時間

月曜～金曜日 9:00～19:00 土曜日 9:00～13:00

～家族介護教室のお知らせ～



「簡単・楽ちん一人でもできるお掃除

～体に負担を掛けずに家の環境を守り、家族の健康維持」

毎日の介護でみなさまは心も体もとてもお疲れです。

お掃除したいと思っても誰かの協力は望めない。

しかし、家の中の整理整頓や清潔維持は、家族の健康生活に必要です。

どうやったら楽に部屋の環境が保てるのか、一人でもできる簡単なお掃除のポイントをプロから学びましょう。

家事を通して身体を動かすことも、介護者の健康維持につながります。

期 日 平成29年7月14日（金）14時～15時30分

場 所 ケア24 善福寺

講 師 ダスキンホームインステッド西荻窪ステーション

定 員 15名 先着順



「はじめての介護保険 要介護認定の受け方

～何を聞かれるの、どう伝えればいいのか。」

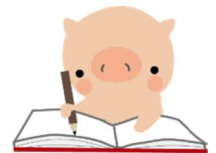
介護保険を利用したいと思ったら、まず区役所の「要介護認定」を受けることになります。介護保険証が手元にあってもすぐに使えるわけではなく、まずどれだけ介護の手間がかかるかを示す「要介護度」（要支援1、2、要介護1～5）を決めなくてはなりません。訪問調査員から何を質問されるのか、何をどう答えればいいのか、そのポイントを教えて頂きましょう。

期 日 平成29年 8月31日（木）15時～16時30分

場 所 ケア24 善福寺

講 師 東京都介護支援専門員研究協議会 井上 研一理事

定 員 15名 先着順



～認知症サポーター養成講座～



認知症に関する正しい知識を持ち、地域や職域において認知症の方や家族を支援する「認知症サポーター」を養成する講座です。

講座受講終了後に認知症サポーターの証「オレンジリング」を差し上げます！

夏休み中の開催となります。ぜひお子様も一緒にご参加ください。

期 日 平成29年7月26日（水）10時～11時30分

場 所 ケア24 善福寺

講 師 キャラバン・メイト

定 員 20名 先着順

