

# えがお通信

## 【事務局長】 より

土砂降りの雨が降ったかと思うと、30度超の暑い日が続くなど、体調の維持が難しい日々が続いています。適温まで温度を下げると気持ちいい反面、肩こりやだるさを感じたりと、温度調節が難しい時ですね。

様々な関連機関への提出物のラッシュが続いており、慌ただしい時期を迎えています。これからも勉強を怠らず、みなさんと共に歩んでいきたいと思えます。

## 【ヘルパーステーションえがお】 より

7月に県の運営指導が7年振りに実施されることになりました。現在は必要書類の確認や提出書類の準備をしています。スムーズに指導が受けられるよう、この機会に日頃できていなかった部分を整理していきたいと思っています。

## 【ケアセンターえがお】 より

季節の変わり目で、体調を崩しやすい時期です。水分補給を促すことはもちろんですが、エアコンの温度調節が難しい方、リモコンが見当たらない方などに対する生活環境の支援が必要になっています。

ケアセンターでは、毎年高齢者虐待防止研修会に参加していますが、今年度は、障がい者虐待防止研修会に参加しました。

「権利侵害をしていないか?」「これって権利侵害?」について考え、自分自身を振り返るよい機会になりました。

今後も他事業所との合同研修や、中堅研修、フォローアップ研修等に参加し、スキルアップを目指し頑張っていきたいと思えます。

## 【訪問看護ステーションえがお】 より

梅雨入りしてジメジメした日が続きますが、体調はいかがでしょう?梅雨時は湿度も高く気温の変化も激しいため、体調管理が難しくなります。特に高齢者の特徴として、汗をかきにくく熱がこもりやすいことがあげられま

す。

訪問時に、微熱があるという利用者さんがいらっしゃいますが、着るものや掛け物、室温の調整、水分の促しなどで改善することが多くみられます。

通気性のよい衣服を選ぶようにして、こまめな水分補給に努めましょう。また、適切にエアコンを利用し涼しいお部屋で過ごすなど、熱中症予防をしっかりと行いましょう！

### 【小規模多機能ホームなんごうえがお】より

ランチ活動の報告をしたいと思います。昨年度はランチに52件の新規相談があり、そのうち包括支援センター経由が22件、事業所へ直接相談が30件でした。

その中で一番多い相談者年齢は90歳代で他地区と比べ特徴的です。これは子供との同居数が単身世帯に比べ倍以上の件数であることから、歩くことや入浴等が本当に難しくなり介護サービスが必要になるまで看ているからと推測できます。実際に認知機能低下よりも身体機能低下による相談件数が多い状態です。これらのことが地区の課題となっているのでは？ということを高年齢世代に関わっている地域の方々（民生委員、おたっしやサークル代表者）に知っていただき、家に閉じこもりがちな方に体操や運動のできる場所へ出ることの必要性をいろいろな機会を通じ説明していく予定です。