

Life
Support
TEDAKO

QSK

令和3年 7月 No.226 発行部数 2,000部
NPO 法人ライフサポートてだこ 代表/友寄 利津子
〒901-2126 沖縄県浦添市宮城 3-13-12
Tel. 098-875-2557 Fax. 098-875-2666
E-mail: lstedako@yahoo.co.jp HP: <http://www.lstedako.com/>

ひだまり通信



水遊び始めましたー(^▽^)/

セミの声がちらほら聞こえてきており、夏の訪れを感じます♪じりじり暑い日が続きますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？

障がい児デイサービスこっこでは、先日小さなプールを出し水遊びをしました☆1日でも早く大きいプールに遊びに行くことができる日が来ますように…(^)♪

「ライフサポートてだこ」のHPにも、子ども達の可愛い日々の様子を掲載しているので、チェックお願いします！



ラジオていーだカフェ (認知症カフェ)
毎週火曜日、午前10時から
FM21、76.8でラジオ生放送中！！
認知症に関する情報や全然関係ない情報を
とどし、ジャンジャン発信します！

職員募集のお知らせ

こっこでは看護師、保育士、あん、えんでは介護職を募集しています。勤務時間も相談に応じますのでお気軽にご連絡下さい。

短時間(朝のみ、夕方のみ)でも大丈夫です！

「想像を創造する」をモットーに夢を持って、楽しみながら新しい職場を一緒に作ってみませんか？

お問い合わせ：098-875-2557

担当 泉水

小規模多機能ホーム あん日記

意外と知られていない?!

小規模規模多機能ホームの 通い(通所)サービスについて!

デイサービスと同じように施設に通って活動して頂くことを通い(通所)といいます。
デイサービスと違う点は、お一人お一人に合った使い方が出来る事です。「来所後に朝食を食べたい」「朝はゆっくりしたいからお昼前のお迎えで」「朝から利用して夕飯を食べ、家族が仕事終わりに迎えに来るまで」等ご本人やご家族の希望の生活リズムに合わせて利用できます。日中の活動は、皆さんで体操や、新聞読みという名のゆんたくを始め、ドライブ、昼食やおやつ作り、買い物、庭で花の手入れ等、内容は人それぞれです。病院受診の日には、朝通い、昼間病院受診され、その後戻って利用もできます。ご利用の際にはご本人、ご家族と一緒にケアマネジャーと相談して決めます。お気軽にお問合わせくださいね。(098-988-0733) 担当:ノダ



ドライブでビーチへ
コーヒータイム ☕



夕食後、ご家族のお迎え
までゆっくり 🍴



男性も料理を手伝ってくれ
ます!!

包括支援センターライフサポート

地域包括支援センターの地域支援事業についてお話していきます。

介護保険制度の円滑な実施の観点から、地域住民が要介護状態等となることを予防するとともに、要介護状態等となった場合においても、可能な限り地域において自立した日常生活を営むことができるよう支援する事業です。各市町村によって取り組みやサービスなどに違いがあるため、浦添市の地域支援事業について下記を参照ください。

介護予防・生活支援サービス事業の中に訪問型サービスが3つあるので紹介していきたいと思います。

●介護予防訪問介護相当サービス (ホームヘルプ)

食事・入浴・排泄の介助などのお手伝いや掃除・洗濯・調理などの支援を行います。

●訪問サービスC (短期集中型)

専門職が自宅へ訪問し、健康相談や運動のアドバイスをを行います。おおむね、3か月間の短期集中型サービスです。

●訪問サービスA

掃除・洗濯・調理・買い物といった、生活に必要な事を一緒に支援していきます。

次回は、地域支援事業の通所型サービスについてお伝えしていきたいと思います。

♪ スマイル通信 ♪

From テイサービスセンターえん

🌸 1日の基本の流れ 🌸

- 08:00 ~ お迎え
健康状態の確認
- 10:00 ~ 新聞読み
- 10:30 ~ 集団体操
- 11:10 ~ 昼食準備
- 12:00 ~ 昼食（食後口腔ケア）
- 13:00 ~ 自由時間・休憩
（お昼寝・脳トレ・おやつ作り
など）
- 14:00 ~ レクリエーション
- 15:00 ~ おやつ・コーヒータイム
- 15:30 ~ 帰りの準備



トントン肩たたき



体操頑張ってます



みんなで仲良く
イーサーサーサー
♪

デイサービスセンターえんでは

“第二の我が家”をモットーに、その人らしさを大切に、「今日も楽しかった～」と言ってもらえる場所作りを目指しています。

リズム体操や三線ショーなど多種多様なレクリエーションや、利用者様の「いい天気だねー」の一言でドライブへGO~!! 🚗

今回は利用者様から大人気の食事について紹介します! 🍷

オレンジめーる

By ヘルパーステーションりん

いつまでも素敵な地域で!!

第3弾 続ヘルパーを利用するにはどうしたらいいの？
～障がいをお持ちの方の場合～

- ① 市役所の障がい福祉課で『福祉サービス受給者証』の申請をします。窓口で何に困っているのか、どんなサービスを利用したいのか伝えて下さい。（身体の状態、症状、家庭環境も状況によって利用できるサービスが異なりますので、相談してください。）
- ② 市役所の認定調査員が家での様子等を聞き取りした後に、『サービス等利用計画書作成依頼書』を市役所から発行してもらいます。
- ③ 市役所から相談支援事業所の一覧表をもらえるので、相談支援事業所に電話し『計画書を作成してほしい』と依頼し、計画相談事業所との面談後、『サービス等利用計画書（案）』に署名をして実際にサービスを提供できるヘルパーステーションを探します。
- ④ 役所から『福祉サービス受給者書』が届きます。福祉サービスの利用開始です!!

※障がい福祉サービスで、ヘルパーができることは、大きく分けて

（居宅介護・重度訪問介護・同行援護・移動支援・外出介護サービス）の4つです。

もっと詳しく知りたい方は（ヘルパーステーション りん：098-875-3557（よなは）まで

皆様ここでクイズです。

お盆の季節になります。来客の為の食事の準備をヘルパーと一緒に調理は○か×か？

答え：×（利用者への援助ではなく家族や他の人への援助はNGです。）第4弾は移動支援!!



ニコニコ

2525

いつかの七転八喜 (起)



吾唯足知(われたただたるをしる)

梅雨も明け、すっかり夏です。私の大好きな夏がやってきました。コロナの影響がまだ続いています、「楽しい」が人生のテーマの私は、休みの度にドライブに出かけ、新しい発見に出会い、小さな幸せを積み重ねています。人との出会い、場所との出会い、本との出会い。今も新しく見つけた公園のベンチに座り、目の前の睡蓮の花畑や子供たちのにぎやかな声と笑顔、緑の草木の匂いに包まれてイヤホンで好きな音楽を聴き、がじゃん(蚊)と戦いつつこのコラムを書いています。目を閉じると優しい風が吹き、とても心地よい。小さな小さな幸せ。

私はこのコロナ禍で沢山の気づきと新しい機会をもらいました。一つは時間の過ごし方、普段当たり前にできていたことができなくなり自分時間が増えたことで、ゆっくり、じっくり考えたり、行動したり、楽しんだりすることができています。自分時間で断捨離を結構しました。なんと押し入れの中は半分ほど使っていない物でした。(衝撃！)

押し入れにスペースが出来、整理整頓ができました！気持ち良い！そして、ウォーキングの時間は一人の世界に入り、集中できます。過去や現在から未来の自分の姿を思い描くのにとってもいい時間になっています。ワクワクします。そして、遊びの時間、これまで触れたことのない遊びがとても楽しい。こんなに楽しいことがあったのかという発見です。久しぶりにキュンキュンしています。

もう一つは多くのものを私は持っているということ。当たり前の日常が変わり、生活に大きな変化を余儀なくされ、仕事がなくなり、生活が苦しくなり、困っている人が出てきました。また、教育や就職も思うように進まない、世界が大きな混乱の中にある現状。医療は逼迫し、医療従

事者は必死に命を繋ごうと頑張っています。テレビから流れる多くの報道を聞いているうちに、私は沢山のものを手に入れ、恵まれた環境にいる事に気付きました。私には仕事だつてあるし、住む家や食べる事にも困らない、服だつてある。車もあるし、お風呂にだつて好きな時に温かいお湯で入れます。好きに使える時間だつてあるし、体も心もそれなりに元気だし、両親、姉妹も元気で愛情を注いでもらい仲良くしています。友人も職員も素敵な人ばかり。

私はすでに沢山のものを手にしているじゃん。もう十分持っているじゃん。そのことに感謝しようと思いました。

今まではあれもこれも欲しいと思い、持っている人を羨ましいと思ったり、持っていない足りないと思うと、自分の心が寂しくなつて荒んでいく。そして、人の目を気にして、人と比べて背伸びしたいカッコよく人と関わつたりしていただけ、もういいや！そんな自分は手放そう。人と比べるのはもうやめた！必要なものは、きつと必然的にやってくると思います。今のままで十分と思

い出してから心の穏やかさが違つてきたように感じています。自分の身の丈で「ありのまま」で生きていきたい。

そんなことを考えながら、今日も青空の下をテクトクとウォーキングしています。

「吾唯足知」この言葉が思い浮かび、ネットでググりました。「足ることを知る人は心穏やかであり、足ることを知らない人は心はいつも乱れてい

最新情報はライサポ
ホームページを
CHECK! ⇒⇒⇒



LINEは
こちら⇒⇒



小規模
多機能ホーム
あん ⇒⇒

YouTube



facebook

