

Life
Support
TEDAKO

QSK

令和 3 年 8 月 No.227 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
mail: lstedako@yahoo.co.jp HP: <http://www.lstedako.com/>

ひだまり通信

みんなに伝えたいヘルパーのお仕事！

特別企画！zoom ミーティングinヘルパーステーションりん

おつかれ summer！ ヘルパーステーションりんの与那覇（ヨナハ）です。

沖縄は暑い夏が到来しています。皆様の地域でどうお過ごしでしょうか？

さて、今回はひだまりの記事ではお伝え出来ないヘルパーのお仕事の内容を zoom を使って皆様にお伝えしたいと思います。もちろん zoom ミーティング 初めての方や苦手の方もいらっしゃると思います。今回は顔出し無しでも OK！

視聴だけでも OK！ 友達と参加も OK！ ぜひぜひこの機会に～

全国のひだまり通信のメンバーと zoom ミーティングで出会える事を心から 楽しみにしております。 『気軽に参加して楽しみましょう！』

【zoom ミーティング日時：9 月 16 日 木曜日 12:00～12:40】

ミーティング ID 853 8836 2444 パスコード 1234

ていだカフェ（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、保育士・看護師。あん、えんでは看護師・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と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

Q.小規模多機能ホームの宿泊は施設と何が違う？

あんでの宿泊は基本的に（短期間の宿泊）利用になります。

今回は施設と違ったあんでの宿泊サービス利用例を紹介したいと思います。

1.（定期的な宿泊）事前に泊まる日を固定する。例えば・・・

- ・月＆水＆金は家族がみんな仕事で遅くなるので（宿泊したい。）
- ・一人暮らしなので、離れて暮らす子どもが泊まりに来る週末以外（宿泊したい。）
- ・毎週〇曜日はリフレッシュのため（宿泊したい。）など・・・

2.（突発的な宿泊）

- ・急に家族の都合ができた（家族の病気、けがなども含む）
- ・本人様の体調不良や台風などの天災時（一人暮らしの方）など。

3.（一時的な長期の宿泊）

- ・退院後、自宅で安心して生活できるように準備期間として（利用したい。）など。

また状況に応じて臨機対応に対応致しますのでお気軽にお問い合わせください。

098-988-0733 担当 ノダ



七夕の夜
短冊に
願いを！



大好きな
時代劇を
観てます！



浦添市地域包括支援センターライフサポート（仲西中校区）

今月は、地域支援事業の通所型サービスについて書いていきたいと思います。

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ります。浦添市の地域支援事業については、下記を参照ください。

通所型サービス

●介護予防通所介護相当サービス

わかりやすくいうとデイサービスです。食事、入浴、トイレの介助、健康管理や体を動かして体力維持向上を努めたり、レクリエーションを行います。

●通所サービスC

以下の内容をおおむね3か月で実施する、短期集中型サービスです。

- ・短期集中運動教室：保健医療の専門職によるストレッチや有酸素運動、筋力トレーニングを行います。
- ・歯がんにじゅう教室：歯科医院などで、しっかり噛める訓練やお口の健康を保つ方法を学びます。

地域支援事業の通所型サービスについての質問、疑問等があればお気軽にお問い合わせください。

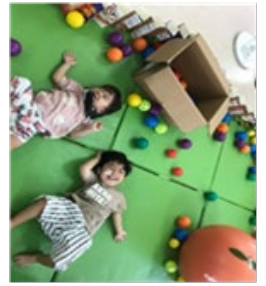
TEL098-875-2560

浦添市地域包括支援センターライフサポート 多良間真高

こっこのは・な・し



みんなで楽しく遊ぼう～！！！！



七夕そう
めん手作り
パン



こっこでは、季節に合わせたイベントやお誕生日会、皆でゲームをしたりと大小さまざまな活動を行っています！大きなイベントは準備も大変ですが、その分楽しみも大きいものです。



♪スマイル通信♪

From テイサービスセンターえん

大人気！！えんのお食事を紹介します！！

解放感のあるオープン
キッチン

えんの昼食は、調理スタッフの外間が毎日腕によりをかけて作っています！利用者様からも「えんのご飯は美味しいさあ」と、昼食を楽しみにされている方が多く、大人気なんです！！🍷

メニューの種類を多く、飽きないよう、食べやすい大きさで工夫しています。



定番の沖縄そば！



イベントがある日はいつもよりちょっぴり豪華！皆さんの喜ぶ顔が嬉しいです😊



海鮮丼 🍣 まーさんどー！

敬老会！お祝い御膳 🌸



ニコニコ

2525

りっこの 七転八喜 (起)



生放送ラジオ「ていっだカフェ」聞いてね!

アイスやかき氷が美味しい!でも一番美味しいのは冷え冷えの生ビールです。そんな八月ですが、一生懸命セミが朝早くから鳴き、否が応でも暑さを感じさせてもらっています。

浦添市の委託事業で認知症カフェを受託していますが、コロナ禍の中で活動の中止を余儀なくされています。しかし、なんと、認知症カフェをラジオで発信できることになり、ラジオパーソナリティデビューさせて頂きました。(大袈裟ですが・・・)一人ではなく素晴らしいパートナーに支えられて、毎週なんとか努めさせて頂いておられます。ラジオの生番組って意外と楽しいと感じています。色々、気を使うこともありますが、毎回、素敵なゲストにお越しいただき、お話を伺うのは学びにつながります。

そして、番組の雰囲気づくりや、進行も大事だということを教えてもらっています。番組作りにはパートナーの方がプロなのでかなり学ばせて頂いています。私が緊張せずに番組のパーソナリティとして参加できているのは彼女のおかげです。ゲストの方がリラックスして参加できるように私もちょっとだけ気を使います。朝の番組なので、できるだけ明るく、声のトーンもちょっとだけ上げます。パートナーの方との掛け合いも突っ込んだり、突っ込まれたり楽しい雰囲気作りを心がけています。そしてリスナーの皆様ができるだけわかりやすいように言葉を選び、専門用語はできるだけ使用せず、使用した際には補足をつけるなど工夫して伝えるようにしています。

また、認知症カフェなので認知症に関連した情報を発信しますが、地域への啓発活動としては認知症の専門的なことばかりではなく、認知症に関連することならなんでも

幅広く情報発信していこうと感じています。それは「暮らし」や、「仕事」、「教育」、「終活」、「地域の課題」等が全て認知症の人が地域で暮らす、最後まで自分らしくいられるために、必要なことだからです。認知症の人だけではなく、私たちにとっても必要なことからです。介護、看護、医療、福祉だけで私たちの生活が成り立っていないことは皆さんもよく理解できると思います。私たちは、外出もします。家族や友人に会いに行く、映画に行く、カラオケに行く、居酒屋にも行く、旅行にも行く、自由な時間もある。だけど、認知症になると狭い範囲に追いやられてしまふ。そんなんでこれからの人生楽しめそうですか?認知症になってもいろんなことしたい、まだできることをがある事をわかってほしい、必要とされたいそんな思いは一緒です。だから狭い範囲で物事を捉えるのではなく、幅広くいろんな視点から考え、協力しお互い様の関係を作る必要があるのです。

これからも、リスナーの皆様やゲストの皆様が情報を受け取り、自分で判断し、決断し、動けるようにいろんな分野からゲストをお招きし、「認知症」について一緒に考えていきたいと思っています。そして創っていききたいと思っています。私からゲストとしてお声掛けされた方は「はい」か「イエス」しか受け付けません(笑)私も頑張る&楽しみます。

生放送ラジオ「ていっだカフェ」毎週火曜日

十時~FM21 無料アプリFM21アプリをダウンロードするとどこからでも聞くことができます。

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

