

# ひまわり通信

特定非営利活動法人 福岡地域福祉サービス協会  
 事業所：＜訪問介護＞ひまわり・巡回介護ひまわり・東・西・南  
 ＜デイサービス＞ひまわりはらだ・柏の森 ＜ひまわり大楠＞・リハビリデイ・小規模多機能・グループホーム

**自宅学習**

February

救急車を呼ぶときは・・・119番

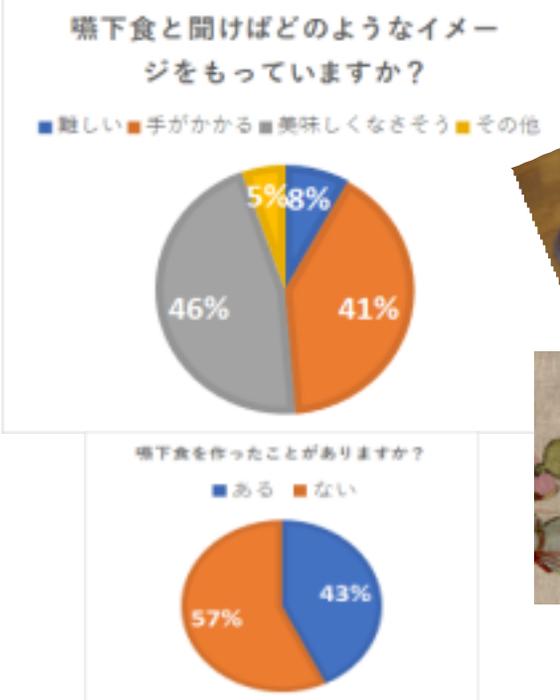
119番通報すると、救急車が救急車の出動に必要なお預けする前でも救急車の出動します。あわてずに①救急であること伝える

①作業者、内線ですか？  
②救急ですか？  
救急です

**BLS 救急時の対応**

🌻 感染症に気をつけ、安心・安全なサービスを行う 🌻

## 1月ヘルパー定例学習会 調理（嚥下食）振り返りシート



**嚥下のしくみ**

通常食べ物は口から咽喉を通り食道から胃へ運ばれますが、食べ物が誤って気管に入ってしまうことがあります。この現象を「誤嚥」といいます。誤嚥は窒息や肺炎を引き起こし、注意が必要です。

**正常な嚥下**

**誤嚥**

**嚥下食のイメージは変わりましたか？**

■ 変わった ■ 変わらない

変わった	64%
変わらない	36%

**とろみのつけ方**

サラッとした液体はのどを流れるスピードが速く、むせやすいので注意が必要です。液体にとろみをつけると、のどをゆっくりと流れるので飲み込みやすくなります。お粥やみそ汁、牛乳が多い液体などはとろみをつけてむせを予防しましょう。

- 飲み物にとろみ調整剤を入れ、すぐに効果を感じられます。
- 温めてから2〜3分待て、とろみの状態が変化します。
- とろみの強さを調整してから、お目し上げください。

**この混ぜ方はNG! とろみを混ぜる時の注意**

- × やっくりとかき混ぜるとろみの状態をみながら混ぜる。
- × 一度とろみをついたものに量からとろみを加える。

一度とろみがついたものに、量からとろみを加えるとよく混ぜすぎでまろみになりやすいので注意してください。

**ワンポイント**

常に適切なとろみをつけるために、コップやスプーンは凍まったものを使いましょう。

**食べ方の工夫 交互嚥下**

口の中に食べ物の残りがいつまでも溜まった状態になることがあります。この食べ物の残りが誤嚥の原因になることがあります。食べ物ととろみをつけたお茶を交互に食べることで、口の中の食べ残りが一掃され、すっきりとし、誤嚥の予防にもつながります。この方法を「交互嚥下」といいます。

PipiPi

お知らせ

2月の提出は

21日(月)です。

【嚥下食のイメージが変わった理由・感想】

- ・ 舌の動き、飲み込みの大切さを普段の中で考える事がなかったので良い機会になった。
- ・ 作り方次第で見ても美味しくなることが分かった。
- ・ 食べてみると、食べさせるのでは全然違うことが理解できた。
- ・ 何を食べているかを知るだけで安心感が違うので、今後の食事介助の声掛けに気を付けていきたいと改めて感じました。



### ひまわり大桶



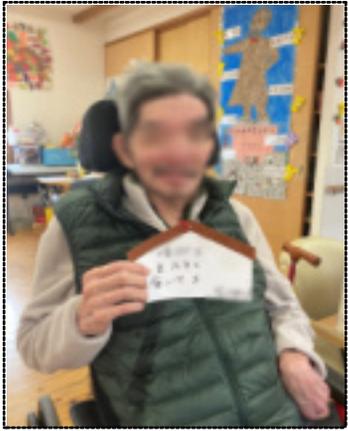
グループホーム入所のご主人と小規模多機能ホームご利用の奥様は、ご一緒に新年を迎えられお屠蘇・お節を夫婦で楽しみました。コロナ感染が少なかった日に榊田神社に、撮影の間だけマスク外し。

初釜のお菓子は、グループホーム特性の干し柿に白あんを詰め丁寧なお手並みでした。

リハビリデイでは、お寿司イベントで大盛り上がり。出かけられない近況なので、皆さん「又お願いします。」と大好評でした。



2月のバレンタイン準備です。ウキウキするイベントデコレーションに男性のご利用者さんも笑顔で参加され、素敵な♡の出来上がり小規模多機能ホームに花がさきました。



2022年1月ひまわりはらだ、絵馬作りのレクからスタートしました。それぞれ、願いをこめて書かれています。鏡開きには皆でぜんざい作りをしました！手作りは格別ですね！

### デイサービスひまわりはらだ



### デイサービス柏の森ひまわりホーム柏の森ケアプラザセンター柏の森



今年は皆で門松を手作りしました。正月の準備中の作業写真です。また新年を祝い獅子舞を職員が披露し、参加者全員が獅子に頭を噛まれる様子です。因みに、獅子に頭を噛まれる事は魔除け、無病息災で元気に過ごせるというご利益があるそうです。

