Linhof

ることには間違いないでしょう。 が、それでも噛む回数が減ってい るので単純には比較できません 千回と言われています。もちろ 百回、鎌倉時代は二千六百回、弥 です。資料によると戦前は約千四 ん、その時代時代で食べ物が異な 生時代にまでさかのぼると約四 10月よりご利用されているTさんの趣味 は写真撮影です。若いころよりカメラに夢 中となり現在自宅には十数台を保有してい るとのことです。そのうちの1台を持って きてくれました。リンホフ(Linhof)とい うドイツのメーカーのテヒニカシリーズの 1台で蛇腹式、大判フィルム使用の今では たいへん珍しいカメラです。おそらく 1950 年前後の機種でしょうか、今では考えられ ないくらいの重厚さと機械式の仕組みが歴

昔に比べると激減しているそう とても多いように聞こえますが、 回とのことです。六百回というと の食事で「噛む」回数は、約六百 れによると、現在の日本人が一度 されている文献がありました。そ 日本人の噛む回数について記載 と資料を集めてたら、食事の時の うです。

事スタイルをみると五~十回ぐら ら三十回噛みましょう」という指導 いで飲み込んでいることが多い もあります。しかし、自分自身の食 「健康のために食べ物を口に入れた

先日、

ある講義の為にいろいろ

体のバランスもとりやすいと言わ ることができます。それによって全 回歯磨きをするそうです。丈夫な歯 影響してくることは意外と知らな 身のパワーが百%発揮され、また身 を持っているとしっかり噛みしめ ます。あのイチロー選手は一日に五 アスリートは歯をとても大切にし を粉砕するだけでなく、身体全体に ところで、咬合力(噛む力)は食物 いかもしれません。その証拠に一流

> 条件となります。 とはアスリートがいい成績を残す が必要ということがわかります。そ の平均が95kgなのでかなり強い力 は重量挙げ選手 (180kg)、一般男性 二位はボート選手 (260kg)、第三位 のためにも丈夫な歯を維持するこ 位はライフル射撃選手 (270kg)、第 れています。ちなみに咬合力の第

リカ十七本と我が国は極端に少な 対してスウェーデン二十五本、アメ に老いていくことが心配になりま いことがわかります。これでは元気 よると日本人の平均は九本、それに 本という目標ですが、あるデータに 8080運動は八十歳で残歯二十 別のデー では高齢者で歯科



Vol.6

伐智だよ

LinhofTechnika

史を感じます。T さんは今年6月に脳梗塞 で右手が弱くなりましたが、再びカメラを 持ってシャッターを押したいという目標で

毎回リハビリに励んでいます。

りにお会いして話をする機会があ 先日、ある女性のご利用者と久しぶ

りの対面にお互い興奮して、手を握 回、ショートステイを月に一回ぐら 洗いたいのですね、」 もう少し洗いたいのにすぐに流さ どうですか」と尋ねてみると 話で盛り上がったりしていました。 り締めたり、肩を抱き合ったり、昔 い利用されているそうです。久しぶ れてしまうんじゃ」と ひとしきり話も弾んだところで 「風呂で髪を洗ってくれるんだが、 「そうですか、もう少ししっかりと 「ところで、いま通ってるところは

をつけて、いつまでも丈夫な歯を残 若いうちから歯科定期受診の習慣 る人の2~3倍と言われています。 は症状のある時だけに受診してい せるように努力しましょう。(田原) を定期的に受診している人の残

運営推進会

議を開催しました

噛むことの効果

噛むことの大切さ

②味覚の発達 ①肥満を防ぐ

③言葉の発音が明瞭、 表情豊か

④脳の発達

⑤歯の病気を防ぐ

⑥がんを防ぐ ⑦胃腸の働きを促進する

⑧全身の体力向上

が15名のデイサービスです。 私たち人の話くらぶ佐智は、定員

ります。 方など地区の代表者の方や、利用 期的に会議を開いて、民生委員の ければなりません。その一つに定 地域密着型通所介護と呼ばれ、よ 者のご家族に来所して頂いてお り地域と共に支えあう施設でな

た。運営の透明性を確保する目的 どの基本情報からお伝えしまし ら来て頂いているか、職員構成な 用者人数やその推移、どの地域か 会議では、施設の概要 回目となる会議を開催しました。 十一月二十七日に今回で第三 として、利

> 施設運営に取り組んでいきたいと りない所が多いのかなど、有意義 要請をしている事や、介護施設で を頂きました。冠水に対して市に や地域包括支援センターの方よ 体的に説明致しました。自治会長 かついつどのように行ったのか具 故内容と件数などを含め詳細に、 み、地域との交流、協力の様子、事 から利用者の健康管理への取り組 な発言を頂きました。参加された の転倒はなぜ起こるか、人手が足 り、質問や地区での取り組みの声 皆様のご意見を参考にして今後の

心の奥に手をさしのべる

現在、別の通所介護施設を週に三 りました。

という意識が強ければ を教えてもらう学生など弱い立場 員も初めて聞くその人 たまたま、そこにいたその施設の職 を全部相手に伝えることに躊躇し たからでしょう。 年以上も入浴介助をし びっくりしたようです。これまで一 にはもちろん毎日のように要望や 手しているご利用者の いたいことがあってもグッと我慢 てしまいます。お世話になっている 介護を受ける側や入院 そのような意見を聞い 苦情っぽいことを言う人もいます してしまうものです。私たちがお相 にあるとどうしても自 強いほど、言 ていながら、 分の気持ち のことばに 皆さんも中 患者や勉強 ていなかっ



ことを、久しぶりにお会いしたその さしのべることではないかという を引き出すことと、引き出せなけれ 理解すること、つまり心の奥に手を ば口に出せない気持ちを想像して ん。私たちに大切なことはまずそれ の奥にしまっているかもしれませ が、大多数の人は言いたいことを胸

女性から学びました。(田原)

年を振り返って

~リハビリの効果~

聴覚士を始めとした専門スタッ きました。施設の理念である『笑 残すところ一ヶ月となりまし フによるリハビリやケアを実施 顔とことばをとりもどすため』 た。佐智を開設し、一年七ヵ月と しております。 にを常に念頭に置き、日々言語 師走の候、早いもので、今年も 徐々にご利用者も増えて

ログラムに沿ってリハビリに取 れの目標に向かって、 り組まれています。その中で新 しい発見や変化が見られていま また、利用者の皆様もそれぞ 個々のプ

> ろしくお願いいたします。 くようにスタッフ一同頑張って が、笑顔で言葉を取り戻して頂 感じます。私たちは、現状をしっ いきますので今後ともどうぞよ は支える喜びに繋がっていると かりと見極め、希望の目標達成 て継続していく力、介護者様に へ向けて支援してまいります。 来年も一人でも多くの方々 利用者様自身にとっ

いて簡単にご報告させていただ ご利用者のリハビリの効果につ そのような中で今回は三名の

60代女性、クモ膜下出血後遺

設されて口からは全く受け付けな の希望がきかれていました。 でも口から食べるようになればと い状態でした。ご家族からは、少し 遺症で摂食障害なり、胃ろうを増 りませんでした。クモ膜下出血後

を行っています。 を作成し情報を共有し、リハビリ のサービス事業所とも連携ノート 週に二回佐智利用して頂き、

うがいを行いました。そのうち、時 横でじっくりとお話をし、自分の 折、うがいの水を飲まれる事があ 感があるような様子だったため、 食障害に対しては、最初、口の不快 意思を言葉にしていただけるよう な雰囲気作りに努めています。摂

その日の様子を拝見しながら、



ようにしています。 ブルにさりげなく飲み物を置く りましたので、それからは、テー 閉じる等傾眠の状況が顕著に見

ョンでも時々職員を見ては、目を 要素を取り入れたレクリエーシ 伏せられ、集団での訓練や訓練の

した。来所してもテーブルに顔を えを昼前の時間にと希望されま は起きない事が多いとの事で、迎

足を動かして参加され、

語も時々見られます。

い状況でした。佐智の利用も、朝

声かけしてもほとんど反応しな はなく、介助も嫌がったり、また は昼夜逆転があったり、トイレ、

意欲の低下が顕著であり、

自宅で

脳血管性障害

ます。声掛けに笑ったり、手を挙

お風呂、口腔ケアを自らすること

ご利用から8か月経過

色々な変化を見せて下さってい

ご利用から三か月経過

ってきたり、一緒に歌もうたって 変化がありました。移乗時に立位 たので、次は口からの食事を目指 飲んで下さっています。口から水 もできるようになりました。摂食 言葉が増えてしゃべるようにな とされます。ご家族様より「最近 れた場所にある車椅子に乗ろう ったり、座位時に横移動され、離 をしようと足を踏ん張って下さ しています。ADL面に関しても 分摂取ができるようになってき 障害に対しては、入浴後に冷水も 分の名前を書いたり、文章の模写 また、挨拶も声を出して返して下 「ほら」と自ら声を掛けたり 用者様とも談笑され、 合間には、職員だけでなく、他利 の訓練も実施しています。訓練の 等実用的なコミュニケーション らず、買い物の計算や必要な材料 訓練の際には、発話や想起のみな 状や目標を伝えております。言語 自分に返ってきますよ」など、現 ってみて下さい。必ずやっただけ だ(関節が)固いから、

C さん

れる場面も増えてきま

「今はこれをする」とな

意思表示さ

冗談も言っ

います。

員は、ゆっくりお話を伺い共感 やろうか」等不安や焦り、悔しさ 月です。訓練には当初から真剣 の声掛けを行っています。使っ 出来る事を増やしましょう」等 する事はもちろん大事ですが、 を訴えられる事があります。職 に取り組まれていますが、 です。佐智の利用開始から2ヵ おられますが、その中のお一人 仕事復帰を希望される方が数. 「悔しいですよねー」、「少しずつ 「できない」、「(仕事に) 戻れる

> と個別での訓練を行っています。 つの事を実施する)の の訓練、ダブルタスク きるように訓練に取り 強く感じます。 いております。パソコ (言語聴覚士、理学療 関節可動域訓練では、 訓練、集団 が自宅でで (同時に二 組んで頂 はリ 「まだま や計算機

> > 年代や目的は利用者様それぞれ

って下さい」と嬉しい思いで返事

もちろん

「どうぞ張り切ってや

たします。

する。事を基本に、今日も関わらせ 開設当初からの"ゆっくりお話し て訓 法はそれぞれ違いがありますが、 て頂きます。 です。その方の個別の目標に対 練を行っていきます。 訓 練方

家でもや



利用空き情報 (定員15人)

68.3歳

登録者の内訳

男性:18名

平均年齡

現在の利用者数は下記の通りです 水 火 木 金 月 土 13人 12人 12人 10人 14人 9人

女性:14名

年代構成:40代:3名、50代:4名、60代:9名、

70代:8名、80代以上:8名

佐智だより N0.6(平成30年12月1日)

医療法人社団三友会 人の話くらぶ佐智 Tel: 0985-89-2772 Fax: 0985-89-2773 (所在地)

〒880-0024 宮崎市祇園 2 丁目 17 番地1