

先月読んだ、河合雅司著「未来の年表」はショッキングな内容だった。人口減の日本の将来予測だが、

- 2022年 「ひとり暮らし社会」が本格化する。  
独居世帯は3分の1超。ひとり暮らしする貧しい高齢者が急増
- 2026年 認知症患者が700万人規模  
「認々介護」が急増。介護する側もされる側も認知症
- 2033年 全国の住宅の3戸に1戸が空家  
景観は崩れ治安も悪化
- 2040年 自治体の半数が消滅の危機

在宅医療介護を通して既に我々が実感している内容だ。

また、高齢者の増加に加え、若い世代が激減し、人材後継者が不足し、イノベーションが低迷。社会の活力が失われていく。それに対し「10の処方箋」が提示されているが、はたして行政が率先して実行していけるのか？心許無い。日本人は考え方がラテン系で、問題を先送りするうちにいつの間にか「ゆでガエル」にならないか心配だ。

まずは家族、友人、会社といった狭い範囲で考え、備えていくしかなさそうだ。特に子供達には、厳しい未来が待っている事、しかし準備行動する事で夢を叶えられると話し、我ら上の世代は彼らに負担を負わずに楽しく暮らせるよう努力すべきだ。やるべき事は極めて多いと思うのだが。

ハーブ内科皮フ科 理事長 竹内 秀俊

## 【ケアマネ】

ケアマネジャー8年目になり、現在、愛知県シルバーサービス振興会が開催する「主任ケアマネジャー研修」を受講しています。12日間で、業務管理・リスクマネジメント・地域連携など、ケアマネジメント業務の知識・技術向上を図る研修です。一人ひとりに合った医療・福祉サービスを組み合わせるケアプランを作成しますが、研修ではさらに深く掘り下げて検討する手法を学びました。よりよいケアプランを提案できるよう、業務に反映させていきます。

## 【学習・回想法デイサービス】

生活リハビリもすっかり皆さまの楽しみの1つになって来ているようです。



以前、金魚にエサをあげて下さっていた方は見守り水槽の水を変える事にチャレンジ中



髪を結いたいとスタッフに声をかけて下さり、ただ今みつあみに夢中



昔、伝票整理が得意だった利用者様は、熱心にそろばんで計算中です。

デイサービスに来て頂くからには お一人お一人が楽しく帰宅後の生活にも結びついた生活リハビリがして頂けるようまずは皆さまのお話を伺って工夫していきます。



## 【くもん学習療法】

ハーブデイサービス・グループホームでは、認知症予防・維持改善のため、くもんの学習療法を取り入れています。

これは最近会話がとても多くなられた Tさんと、楽しい話をしてくださる Kさんの会話です。

🐟 海と山だったらどちらに行きたいですか？

**K**『山だね』 **T**『海！海が近くてよく泳いだからね』

🐟 どれくらい泳げたのですか？

**T**『えー今は泳げないよ』

🐟 今じゃなくて、昔ですよ 若い頃ですよ

**T**『あーそうか昔はたくさん泳いだよ。』

🐟 1キロとか2キロとか？

**T**『まさかー そんなには無理』

🐟 そうなんですか運動神経良さそうですが…

**K**『私も小さい頃、長良川が近かったよ。』

でも、川が近くても泳げない人もいますよ～、ここに。』

🐟 そうですか、でも筋肉質の人は泳げないと聞きますが、そうだったのでは？

**K**『痩せてたよー。そっか、だからかな、あつ浮き輪があれば泳げるよ。』

あれで長良川泳いでた。プカプカ浮かんでた。』

🐟 浮き輪はいいですねー、水遊びには必需品ですよ。あれでどこでも泳げますね。



# ハーブ内科皮膚科ホームページ 紙面版

ハーブ内科 検索 **スタッフブログを毎週更新中!**

## 『梅雨晴れ』

7月04日(火) グループホームゆいまある



こんにちは🍵

ゆいまあるのちび浦です👉

左の写真は6月28日の写真です。予報は雨80%でした🌧️

レク係で雨男の僕が計画した

せいで、皆様が楽しみにしていた外出計画が台無しになるかと心配していましたが杞憂に終わりました🙄

改めて利用者様のパワーを感じました。

梅雨であろうとお出かけの時には不思議と雨が降りません🐾

(雨男が外出に参加しなかったからではありません🙄)

今回ゆいまあるは少し遠出をして碧南水族館へ行きました😊

約300種、4000尾のお魚が飼育されている水族館です。

『こんな大きな魚がおるのか🐟』

『かわいいね🐾』『泳ぐのが早いね🐟』

『凄い模様をしているね🐟』

など皆様終始

楽しまれておりました。

大勢での外出は

やはり楽しいですね😊

さあ、7月です☆彡

1年の半分が過ぎました。(早い🐟)

七夕会から始まり、合同食事会・夏祭り・盆踊り・花火大会と夏には行事盛り沢山🍷

計画も大変ですが、やるからには全利用者様に楽しい🍵

と感じてもらえるような行事にしたいです📍



## 『あおいで! あおいで! ひらひらゲーム』

7月4日(火) 運動療法テイサービス

夏ですね... 暑い暑い夏がやってきました😊

こんな日は夏に大活躍する「うちわ」を使った涼しげなレクレーションをしましょう🎵 題して「ひらひらゲーム」🎵

ビニールひもで作った「ひらひら」をうちわでバタバタあおいで机の真ん中にある竹のカゴに入れるゲームです😊

パタパタ~ではなくバタバタッと手首のスナップをかした上下運動ができるかどうか決め手です😊

そうです🎵使うものは涼しげですが、とっても熱いゲームです



さあ! あおぐぞ~!

「ひらひら」を浮かすようにうちわであおぐのがいいのですが、なかなか難しいですね🙄

机をうちわで叩くようにあおぐのがコツです🎵

みなさん気合がはいってますね

たくさんカゴに入れる事ができるでしょうか...

おっと!

これは両手使いですね🐾

みなさんそれぞれに工夫をしてゲームに挑んでいます

いっけー! がんばれ手首~

そういえば、7月20日~22日まで熊谷うちわ祭りという

おきなお祭りがあるそうですね📍

大きくはないですがハーブは今年も夏祭り開催します📍📍

乞うご期待😊



## 『夏の風物詩』

7月15日(土) 回想法・学習療法テイサービス

”夏”と言えば“蚊”。嫌な季節になりましたね... 今では、見かけなくなった”蚊帳”昔はほとんどの家庭で使われていたようですね。

その蚊帳の使い方などをお聞きしました。



🐾 パツパと払って中にずっと入るんだよ。立って蚊帳に入ったら、お母さん怒られるわー🙄 みんな体を低くしてずっと入るのね。私は今も使ってるよ!! (92歳 女性)

🐱 蚊帳は、夜出して朝しまつてが普通だね。

あまり出しっぱなしはしないよね。

よっぽど広いお家なら別だけどね。

片付けは2~3人でやってたかな...

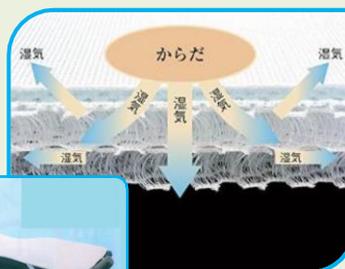
(79歳 女性)

蚊の駆除のお話では、

🐾 飛行機で空中散布。薬を撒いたら蚊が少なくなったよ。でも人間にはよくないからやらなくなったよ。(86歳 女性)

今では、ワンプッシュの殺虫剤があります。

体にスプレーしたり、シールを貼ったりする虫除けもあります。良い時代ですね



## 【介護お助けグッズコーナー】「床ずれナース」

暑い日が続いています。マットレスで背中がムレて不快な思いをしていませんか?

通気性が良く吸水速乾素材を使用した「床ずれナース」をマットレスの上に敷くことで湿気を逃がし、べたつきを軽減できます。

「福祉用具レンタル1割負担・介護保険の要介護2以上」の場合は約150円/月で利用できます。