

初秋の候、秋風がたまらなく待ち遠しい今日この頃ですがいかがお過ごしでしょうか。
さて、9月と言えば中秋の名月ですが、旧暦の8月15日の月のことで、今年は9月17日の月がそれにあたります。また、実は9月の満月が18日ですので、次の日もまん丸の美しい月を楽しむことができます。その次もありまして、後(のち)の月と呼ばれる旧暦9月18日の十三夜のお月様です。今年は10月15日にあたります。この十三夜の月を愛でる風習は、中秋の名月を愛でる風習とは違い日本で生まれたもので、美しいお月様に豆や栗を捧げ、秋の収穫に感謝して頂くといった意味があるのだそうです。
今月も清々(すがすが)しく楽しんで参りましょう。 **株式会社 ふくじゅそう 職員一同**

がんばれ実習生～デイサービス

門川高校の福祉課の実習生として、
今回も2人がデイサービスに来られました。
将来の福祉を担う若き力の実習生。
しっかり介護理論や技術を身につけて、
身近な存在や地域のために、貢献して
ほしいですね。



ハエを叩いてます！～ホーム・レク

ホームのレクリエーションです。『ハエたたき』
をしました。団扇と“ハエ”をマジックテープで
くっつくようにして叩きながらハエを取っていき
ました。ある利用者様は大変夢中になり、遠い
テーブルの反対側にいるハエも叩こうとして、身を
乗り出しておられました。とても盛り上がった
レクリエーションでした。



サービス付き高齢者向け住宅と有料老人ホーム

介護保険でよく耳にする、サービス付き高齢者向け住宅(サ高住)と有料老人ホームはどのように違うのでしょうか。まず、ざっくりですが2つを比べてみると、サ高住には、決められた広さとバリアフリー基準はありますが、サービスは安否確認か生活相談サービスのすくなくともどちらかを提供すればよいことになっています。これに比べて有料老人ホームには、ハード面はもちろんサービスにも法律的な決まりがあり、①食事の提供、②介護の提供、洗濯掃除等の供与、④健康管理は必須です。

サ高住が有料老人ホームの4つのサービスの内1つでも実施している場合は、事業者の希望の有無に関わらず、有料老人ホームとなります。



介護の技術～清拭

介護現場より介護技術をお届けしています。少しでも負担をやわらげ、ゆとりを持った介護を実現しましょう。今回は清拭（せいしき）の手順とやり方、ポイントをご紹介します。清拭とは入浴できない場合に身体を拭くことをさしますが、清潔を保つ以外にも血行促進や情緒安定の効果があります。

【全身清拭を行う順番】 **顔面→上肢→胸部→腹部→下肢→背部・腰部・臀部→陰部**

※この順番で行うと体位交換が少なく負担が軽減できます。

【各部位の拭き方】

1.顔面・頸部

まずは目から拭きます。左右の目を拭くときはタオルの拭く面を変えて目頭から目尻に向かって拭きます。目を拭き終わったら顔面を顔の凹凸に沿って拭きます。小鼻の周りや顎、耳の後ろ、頸部もていねいに拭きます。顔面は、一般的に石鹸を使用しませんが、被清拭者が使用しているものがあれば、被清拭者の意思を確認し使用します。

2.上肢

介護者の立っている位置と反対側の上肢から拭きます。最初に、介護者の片手で被清拭者の手首の関節を支え前腕をタオルで拭き、次に上腕も肘関節を支えて拭きます。拭き方は、抹消（心臓から遠い位置）から中枢（心臓に近い位置）に向かって拭きます。手指や腋窩（わきのした）や肩関節もていねいに拭きましょう。

3.胸部

まず、鎖骨に沿って拭き乳房は円を描くように拭きます。女性の場合は乳房の下もていねいに拭きます。

4.腹部

腸の走行に沿って「の」の字を描くように拭き、脇腹は上下に拭きます。

5.下肢

介護者から遠いほうの下肢から拭きます。下肢を拭くときは、被清拭者の膝を立て介護者の片手で膝関節の下から支え、抹消から中枢に向かって拭きます。下腿、大腿の順に拭き、足底、足の指と指の間もていねいに拭きます。

6.背部、腰部、臀部

被清拭者は側臥位になって頂きます。利用者が側臥位になったときにはベッドから転落しないように十分注意します。背部は冷感に敏感であるため湯温を確認し、大きな動きでマッサージするように拭きます。臀部は外側に円を描くように拭きます。褥瘡ができやすい部位（仙骨部、肩甲骨部など）を観察しながら拭きます。

7.陰部

陰部は下用のタオルを使用し、できるだけ被清拭者が行えるようにしますが被清拭者自身でできない場合や十分に拭けないときは介助します。自尊心を傷つけないように声かけやプライバシー保護に気をつけます。女性の場合は、尿道口と肛門の位置関係から感染をすることが多い為、前（恥骨側）から後ろ（肛門側）へ向かって拭きます。

