

参加者さん	8人	元介護者さん2人 介護者さん2人	地域の方、外来通院者さん4人
ボランティア	1人		ひいらぎ 山田裕子さん
スタッフ	2人	石川久仁子	ひいらぎ 木下美治子さん



今年初めてのカフェ「認知症勉強会」2回目です。半田市の認知症ガイドブック予防編を読み合わせしながらグループホームで取り組んでみえる「水分の取り方」や「運動量の増やし方」の工夫されていることを聞くことが出来ました。水分の取り方にはお茶やコーヒーだけでなくジュースなど種類を増やし好みの飲み物を準備して飲めない時も一口ずつ利用者さんの前を通る職員さんが勧めて行き1日の食事以外で1,000ml~1,500mlひとりひとりの目標を掲げ1日の摂取量を記録につけている。・運動量の増やし方も午前午後のテレビ体操の他トイレに誘うだけでなく洗濯物を一緒に干して、お花に水をやりましょうと近道をせずにわざわざ遠回りをして歩いて貰っているそうです。眠薬剤なしでも眠られるよう充実した活動的な生活に心掛けているなど温かいグループホームの生活を伺うことが出来ました。その生活こそが健康な私たちにも必要な生活と思います。皆さんと予防に努めたいと思います。

「みんなの心カフェ」では介護の話の出来る場所です。

1月13日書道教室書初め、20日はクラフト教室です。

「みんなの心カフェ」 毎週土曜日 開催します。

時間 13時30分~15時30分

場所 あべクリニック 1デイルーム

