

支部だより

西品川支部

三ツ木 青空健康相談会

場所の確保とコロナ感染拡大を受け、数年行えていなかった西品川支部の青空健康相談会を4月10日(月)に三ツ木診療所斜向かいの三ツ木公園で再開することができました。スタッフ7名が参加。人通りが少なく相談者は5人でしたが、ゆっくりと話



久しぶりの開催でした

ができた相談会になりました。

5月はあいにくの雨天で中止となりましたが、これから地域の方々と患者さんにもお知らせし、毎月第2月曜日に定期開催する予定です。その他、コロナ禍で中断していた班会などの取り組みも再開に向け検討しています。

大井支部

西大井班

西大井班は昨年11月に発足した新しい班です。2ヵ月に1回第4火曜日の午後到大井第3集会所で開催しています。

第1回目の班会は、「薬の飲み方」をテーマに学習会を行いました。2回目は歯科衛生士さんを講師に「オーラルフレイルについて」、3回目は大田病院の看護師さんによる「認知症と難聴のエビデンス」、そして5月28日には「ストレッチ体操と



さまざまなテーマで開催していきます

転倒予防」をテーマに学習や体操を楽しみました。参加者も10人前後と定着し、毎回楽しい班会になっています。

大森西北・蒲田支部

こらぼ大森 健康チエック班

毎月第3火曜日にこらぼ大森というルールを会場に開催しています。毎回、血圧と体脂肪測定、看護師さんによる健康相談と年に2回骨密度測定も行っています。その他にも簡単な体操やゲーム、手品、学習、おし

認知症Q&A

No. 54
回答はグループホーム
虹の家みちづか看護師
大澤千恵子さん

Q 認知症の人が突然怒り出すのはどうしてですか？

A 認知症の早い時期から「人が変わったように怒りっぽくなった」「言葉が乱暴になった」という症状が出る方が多いです。

人間の怒りを我慢するなど激しい感情をおさえたり、失礼な態度を取らないように行動をコントロールすることに関わったりする脳の前頭葉という部分が、認知症になると萎縮するからだと考えられています。

また、前頭葉は注意の集中や切り替えにもかかわる働きがあるので、この機能が低下することや記憶障害が進むことが複雑に関係してイライラしてくるようです。スイッチが入ったように突然不機嫌になるのです。自分の気持ちをうまく伝えられない、どうしてイライラしてしまったのかを思い出すこともできない、何をしてよいのかもわからない、パニックに近い状

態になって暴言を吐いてしまうので、突然怒り出したように見えるのです。
こんな時の対応は…
会話をするときには、正面に立つか座り、目の高さを合わせ、「どうしたの?」「何が欲しいの?」などの質問はできるだけ控えて、「お茶を飲みますか?」「トイレに行きたいですか?」など思い当たる具体的な会話をして、何をしたかったか把握するように努めるとよいでしょう。
苦勞話を聞いたり、褒めたりして会話を進めるもよいのです。相手の気持ちアゲアゲの会話をしてみましよう。

それでもタイミングが悪くて
やべりと毎回違った中身で皆さん楽しんでます。毎回10人ほどが参加しており、中には92歳の方も毎回来られて元気に体操しています。
5月16日には機関誌のチラシを見て初めて参加された方が3人もおり、皆さん楽しい時間を過ごしていました。ご近所にお住まいの方はぜひお越し下さい。



大田区スポーツ振興課との共催です

配食サービス けやき

毎週月曜日にこらぼ大森調理室を拠点に大森西、大森北、大森南、大森中、大森東1丁目

にお住まいの高齢者や障害者に昼食のお弁当を調理し、見守りも兼ねて1食600円で約20件のお宅に配達しています。「たいへん美味しい」と好評で、皆さん待ちかねて迎えてくれます。



一緒につくりませんか?

大森・糀谷支部

若返り班

6月1日(木)、久しぶりの梅雨の晴れ間に、大田区大森南にある森ヶ崎緑華園で待ち合わせをして、公園の中のきれいなバラの甘い香りを楽しみました。

そして、呑川緑道を歩き、ふるさと浜辺公園へ。紫陽花のさまざまな種類に感じながら暖かい陽射しを楽しみました。浜辺公園の紫陽花通りでは、走ってきた男性に頼み記念撮影管理棟の近くの屋外テーブルを利用して軽食をとりました。新しい仲間も増え、楽しく交流し気分転換もできました。



たのしくて笑顔がいっぱいです

豊支部

ゆたかの家

ゆたか診療所の3階には、組合員のつどいの場である「ゆたかの家」があります。そこではストレッチ体操や手芸などさまざまなサークル活動を行っています。体操や脳トレなども開く過です。認知症カフェも開

介護の相談なら、 なんでも城南保健生協へ

- 城南保健生協は「すずらん」(訪問介護事業所)を運営しています。
 - 「これから、訪問介護が必要…」など相談にのれますので、まずはご連絡下さい。生協本部 電話03-3762-0266まで。
- ヘルパーステーション
すずらん
大田区大森東4-6-15-101
電話03-6436-8331
すずらん・ゆたか営業所
品川区豊町5-2-20
電話03-5498-5195
すずらん馬込営業所
大田区北馬込1-13-2
電話03-5743-5452

東都生協・城南保健生協共催学習会企画第4弾

「これからの人生を 考えてみませんか?」を開催

4月22日(土)に開催され、参加者は20名でした。

「これからの人生を考えてみませんか?」という、難しいと感じる方もいるかもしれませんが、当日は、「もしバナゲーム」(もしものための話し合いのきっかけゲーム)「ライフデザインノート」の大切さを痛感しました。「答えは一つではないが、自分のこと、意思を伝えることの大切さがわかりました。」「胃腸の話は、ケースバイケースで、前もって決められないというのは納得しました。」

「今後のことを考える事は、とても大切なと深く感じました。」「自分の「しまい方」を考える中で、それまでどう元気に生きるか、社会貢献できるかなど、前向きに生活できるよう話し合っていければと思います。」「胃腸の話は、具体例もありとてもわかりやすかったです。終末期の延命治療の考え方が理解できました。」



楽しくて勉強になりました

城南保健生協では、引き続き東都生協と連携して、さまざまな学習会を行っていく予定です。興味があるテーマがありましたら、ぜひご参加下さい。

脳 いきいき教室

認知症カフェクローバー (品川区認知症カフェ登録)

毎月第2土曜日
10時~11時30分

会場: ゆたか診療所3階

ゆたかの家

(品川区豊町4-18-21)

参加ご希望の方はご連絡を!

03-3762-0266 横山まで