

介護のお役立ち情報！

仙台市では、住み慣れた地域で生活ができるよう様々なサービスがあります。今回はその中から2つのサービスを紹介したいと思います。

緊急通報システム

お一人暮らしの方などに、仙台市が委託する警備会社（総合警備保障株式会社：ALSOK）へボタン一つで通報できる緊急通報用の機器の貸し出しを行っています。



誰か
助けて!

食の自立支援サービス

65歳以上のひとり暮らしの方などのお宅へ昼食または夕食をお届けするとともに、安否を確認します。費用は1食522円で、身体状態等に合わせた食事形態に対応した事業所もあります。



お申し込みやお問い合わせ等は、青葉区障害高齢課やお住まいの地域の地域包括支援センターへお問い合わせください。また、今回ご紹介したサービス以外にも様々な高齢者向けのサービスがありますので、区の介護保険課や地域包括支援センターで配布している“シルバーライフ”にも情報が記載されていますので、ご活用ください。

おたっしやだより



謹んで新春の お慶びを申し上げます

昨年中は大変お世話になりました。
皆様にとってご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。
本年もどうぞよろしくお願い致します。

満100歳を迎えられた方に、厚生労働大臣から記念品と表彰状が授与され、野田総合施設長から表彰させていただきました。

今回はお二人の方が対象でしたが、お二人とも100歳を感じさせないくらいお元気です！
これからも利用者の方たちに安心して健やかに笑顔で過ごしていただけるよう職員一同、引き続き励んでまいります。



歯科ユニットが

リニューアルしました！



せんだんの館4階
口腔ケア室の「歯科
ユニット＝治療のイ
ス」の付け替え工事
を行いました。

【設置前】



【設置後】



利用者様の使いやすさを一番に考えたものを採用していますので、普通の歯科クリニックではあまり見かけない機能もあります。

まずはイスへの座りやすさ。

車イスの方も、歩行器の方も、ご自身で歩く方も…座るときや立つときに掴まる場所があると乗り移りがしやすくなります。そのためにしっかりしたサポートバーがついており、その方に合わせた角度で乗り移りができます。また、治療の時に足がブラブラ浮いていると、体制も崩れやすく、安定しないもの。着脱式のステップがあるので、乗り降りの時は外して治療の時は足を乗せることで安定した姿勢で治療を受けることができます。



姿勢といえばイスの倒れ方にも特徴があります。一般的な治療イスは背もたれが後ろに倒れることが多いのですが、上半身だけが倒れる姿勢は苦しく感じる方も多いです。

今回の治療イスは「ティルト」といい、背もたれと同時に座面も後方へ傾斜が付く機能があります。イスに座ったままの姿勢で後方へ倒れるので、不安感も少なく、体勢も安定します。イスを動かす音も静か。「ケアモード」を使用すると、よりゆっくりイスが倒れるので、歯医者さんでのドキドキも和らぎます。

治療をしたらうがいですね。

以前はうがいスペースが遠いので、専用の桶にうがいの水を吐き出してもらってました。今回の治療イスは、体の前にうがいスペースが動いてくるので、楽にうがいの体勢が取れます。

せんだんの館では、毎週木曜日は歯科往診の日。定期検診や専門的な口腔ケアだけでなく、虫歯の治療から入れ歯の修理や作製など、必要に応じた治療を受けていただいております。今まで中腰で頑張っていた歯科スタッフからは「利用者様も自分たちもお互いに気持ちよく治療ができるね」と。第一号で治療を受けた利用者様からは「気持ちいいイスだね」と座り心地に安心して治療を受けていただけたようです。

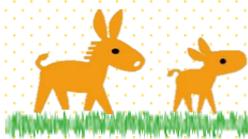
歯医者は苦手！という方は多いですが、「健康と笑顔のもとはお口から」。お口からの健康をサポートできるよう新しい口腔ケア室で、笑顔でお待ちしております!(^^)!



オンライン認知症カフェ

『オレンジカフェ すまいる』

10/22 (金) 開催



コロナ禍でも、お互いにお顔が見える「つながり」を継続したいと思い、パソコンやスマホを活用した「オンラインカフェ」を開催しています。



最後に参加者全員で
写真を撮りました!

すまいるの裏側に密着!

オンライン会場運営
メンバーです!



音楽でリラックス♪
講師の言語聴覚士です♪



司会、進行の
コンビネーションもばっちり☆



開始までの待ち時間では体操やクイズで大盛り上がり!当施設言語聴覚士のバイオリン演奏とミニ講話「脳もイキイキ!噛む大切さ」のお話し。そのあとはグループに分かれて、フリートークでお話しの花を咲かせていました。いつ、会を終了してよいものか、運営者にとって嬉しい悩みです。

(共催) 国見ヶ丘地域包括支援センター、双葉ヶ丘地域包括支援センター、せんだんの館

『テレビ電話で 作って食べる! 栄養教室』

コロナ禍の影響でしばらくお休みしていた料理教室。今年度はZOOMを活用しオンラインで開催しました!! 講師はせんだんの館から、参加者はご自宅からiPadを使ってのご参加です。



前半: 栄養ミニ講話/後半: 調理実習

カボチャのベーコン焼き

(共催) 国見ヶ丘地域包括支援センター、せんだんの館

<材料>

- 冷凍カボチャ 2~3切れ
- ベーコン(ハーフ) 2枚くらい
- マヨネーズ 適量
- おろしにんにく 適量
- 醤油 少量

<手順>

- ①器に凍ったカボチャをのせる。
- ②ベーコンは食べやすい大きさに切る。
- ③カボチャにマヨネーズ、おろしにんにく、醤油をかけ、ベーコンをのせる。
- ④ラップをふんわりとかけ、電子レンジで加熱する(500Wで2分くらい)

