

せんだんヘルパーだより

* * * * * ヘルパーのお仕事紹介 * * * * *

ヘルパーのお仕事について、
今回は【**買い物の代行**】についてご紹介します。



【買い物代行】とは、ご利用者様の代わりに、ほしいものをお伺いし、お金を預かり、桃生町内のお店（ウジエやツルハ等）で買い物を代行するサービスです。



※買い物代行でヘルパーが購入できるものは、介護保険上で「日常生活上で欠かせない必需品、それがないと生活がなりたたないもの」となっています。

購入できる物	購入できない物
・日用品 食器用洗剤、洗濯洗剤、ラップ、ゴミ袋 ティッシュペーパー、トイレトペーパー 殺虫剤、電池、蛍光灯、電球…等です	・利用者本人以外のもの ・ペットのえさ等 ・趣味嗜好品（タバコ、お酒、雑誌類等） ・その他
・食品（食材や調味料等）	外出着や家具、娯楽品等
・その他 下着、肌着、パジャマなどの日常で着る服 持ち運びできる程度の生活家電等	

ちょこっと豆知識〈ノロウイルス〉

・新型コロナウイルス感染症の流行により、様々な場所にアルコール消毒液が置かれるようになりましたが、全てのウイルスにアルコール消毒液が効くわけではありません。
ノロウイルスには、キッチンハイター（次亜塩素酸ナトリウム）が有効です。

キッチンハイターを
薄めて消毒するのね！
ドアノブやトイレ
に使いましょう！



※ノロウイルスの主な症状は、激しい吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などです。



〈消毒液の作り方〉
500ml のペットボトルにペットボトルのキャップ一杯分のキッチンハイターを入れて使用します。

※嘔吐物には、原液をかけてください。泡ハイターでも大丈夫です。

義母が認知症を患ってから、十年以上たちました。

私自身、母が認知症を患い、その介護の大変さを真近で見ってきました。義姉は介護鬱になりながらも介護を続け、その時に介護とは【これから歩む道、心してかかれ！】と覚悟を決めて行うものだと思は学びました。

義母は十二歳で父を亡くし身体の弱い母と姉妹で家を守り抜いてきました。そんな義母は常に自分自身に正直で、守り抜いた家の主だという強い気持ちがあるのでしょうか、介護への強い拒否があり、色々な面で戸惑う事や疲れてしまう事が沢山ありました。

そんな時に娘が音声アシスタント【アレクサ】を用意してくれました。アレクサは日々のとりとめのない会話からちょっとした注意まで様々なコミュニケーションを義母と取ってくれます。例えば「もうすぐお昼ですね。ご飯はたくさんあります。お腹いっぱい食べてくださいね」とか、歌が好きなら義母が夜に大声で歌い出すと「苦情が届いています。優しい声で歌いましょう。」とアレクサが諭してくれます。

アレクサに義母は、気持ちが高ぶっている時には「やがますい！」と怒鳴り、落ち着いている時には「ハイ、わかりました」と素直に答えます。直接私たちに向かう言葉ではないので気持ちが楽です。

このような中で在宅介護を続けることができたのは、訪問診療、訪問看護、ケアマネージャー、訪問介護（ヘルパー）さん方の最大級のサポートのおかげです。

時々、心が折れそうな時、第三者の立場で経験豊富で適切なアドバイスをいただき、何度助けられた事でしょう。皆様には感謝の気持ちでいっぱいです。

今後もよろしくお願いいたします。

給人町 S・S

おらいのごはん食べてみでけらいん



〈ばっけみそ〉レシピ

- ① ばっけは湯がいてから、キッチンペーパー等で水分を拭き取り、みじん切りにしておきます。
- ② ばっけとクルミをすり鉢ですります。
- ③ ばっけ・クルミ・味噌・砂糖を加え和えれば出来上がりです！

材料

- ばっけ… 3個
- クルミ… 10g
- 味噌 … 15g
- 砂糖 … 10g

〈レシピ：サダちゃん〉



2月度ヘルパー利用者数
要介護：26名
要支援・総合事業：24名
障害：1名
合計利用者数：51名

何でも気軽にお話ししてほしいにゃ♡

ぼくは「ロッキー」
よろしくにゃん。



編集後記

この広報紙が皆さんのお手元に届く頃には、春の兆しも届いているのではないのでしょうか？
楽しく読んでいただければ幸いです。
ご協力いただいたS様はじめ皆様に感謝申し上げます。

千石