



## 自助具を自ら考案された Y 様は素晴らしい!!

下記の写真 Y 様は、普段文字を書く際、自助具を利用されております。  
この日は『文字又は絵の練習をしようと思うんですが装具を忘れちゃって』と言われました。  
職員がひもでペンを固定させようと色々苦戦していた所 Y 様が『洗濯ばさみでペンを挟んだり、何かゴムのような物で巻いてみるのはどうでしょう?』とご提案され準備をし、Y 様考案の自助具が完成しました。  
利用者様ご自身で考えそのお手伝いができたこと『してあげる支援』ではなく『させて頂く支援』が出来たことに本当に嬉しく思いました。  
Y 様は昔、外で写生を楽しまれていたそうです。  
うたしに生けてあった花をととても上手に描かれ『20年ぶりぐらいに描きましたよ』と  
言われておりました。  
身体的な不自由さを感じさせない素晴らしい絵を描いて頂いた Y 様。  
今年の残暑見舞いのイラストは Y 様が描いて頂いた絵を載せて頂きます。  
是非ご覧ください。

介護福祉士：石井 沙織



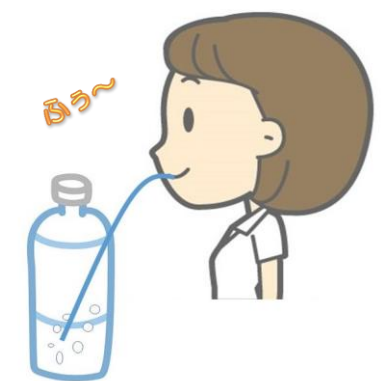
## 美味しくご飯を食べて健康長寿!!

うたしではむせこみがある方や疾患の後遺症により口腔機能が低下されている方などを中心に、看護師による口腔機能訓練を実施しております。  
物を飲み込む力や食道・胃の中へと送る力は加齢とともに低下していく為、食べ物や飲み物を上手く飲み込めず、気管や肺へと流れてしまう嚥下障害が起きてきます。  
嚥下障害になると、栄養を十分に摂取できずに栄養失調や、「誤嚥性肺炎」などの病気にかかりやすくなります。健康を維持するためには、嚥下機能の低下を防ぐことも大切です。  
うたしでは、発声・体操・ゲームを通してその方に応じた訓練を実施しております。  
下記の写真は『ブローイング訓練』というものです。  
唇をしっかり閉じて呼吸をコントロールするという訓練を行うことで嚥下機能を改善しようというのがブローイング訓練の目的です。

- 吹く動作による、鼻咽喉閉鎖に関わる機能を改善
- 口唇の閉鎖機能の改善
- 呼吸訓練にもなる



イラストが示す通り、鼻から空気が漏れ出る方や、唇を閉じる力・呼吸の力が弱い場合は、コップやペットボトルに入れた水をできるだけ長く優しくストローで吹く、巻き笛を拭くなどブローイング(吹く練習)を行います。



最近むせがある、食べこぼしが多い、唾液が溜まりやすい、飲み込みが難しい、歯磨きが十分に出来ているか気になる、といった悩みがある方、お気軽に看護師までご相談ください。

看護師：小出 杏彌



←ホームページはコチラ  
<http://www.utashi-day.com>  
フェイスブックはコチラ→



※ホームページやフェイスブックからもうたしの情報を配信しております。ぜひご覧ください。