



# ユカイゴー

明るく楽しくあたたかい「介護の現場」を届ける情報誌

22号(2019年4月)

千葉県民主医療機関連合会(千葉民医連)

4月新年度が始まり、新しい生活、新しい出会いと緊張とワクワクの毎日だと思えます。私たちの職場でも新人さんを迎え、新たに気合いが入る時期になりました。介護の各事業所では毎年恒例ではありますが、お花見、納涼祭、敬老の日、運動会、クリスマス会等季節の行事を入居者さんたちが楽しんでいただけるように企画を考えて取り組んでいます。

千葉民医連では季節に合わせて楽しいニュース「ユカイゴー」をお届けしたり、介護一日体験ではみなさんが興味を持てるような企画を立て、交流ができればいいと考えています。どうぞお付き合いください。

船橋二和病院 介護福祉士 山口治菜

## 介護1日体験のご案内

日時：2019年6月15日(土)

9:30~12:30

会場：介護老人保健施設 まくはりの郷  
(JR幕張駅徒歩13分)

詳細はこちら →



# 高校生 介護体験に 来てみませんか

千葉民医連では年数回、高校生の介護体験を実施しています。「介護ってどんな仕事なんだろう」実際に介護施設を訪問し、また介護職員からの説明を通して、「介護」の世界を体験してみませんか。2月の介護体験の様子をお伝えします。

### 体験のスケジュール

- 9:30 集合 オリエンテーション
- 9:45 高齢者疑似体験  
車いす体験  
食事体験
- 11:00 施設見学
- 11:30 介護福祉士・社会福祉士より  
おはなし  
「介護の仕事について、介護職になるには」
- 12:00 終了 感想文記入

## 高齢者を疑似体験

人は加齢とともに骨格筋の変化により腰が曲がったり筋力が衰えたり、歩行時には杖が必要になる方がいます。また視界が狭まり、耳が聞こえにくくなるなど、若い時とは違い、思うように体を動かすことが出来なくなります。

肘や膝、腰を曲げ伸ばししづらくするサポーターやヘッドホン、特殊なメガネを付けて高齢者の気持ちを理解できるよう、高齢者を疑似的に体験します。キットを装着して10分くらいですが、人の助けがなければ室内で



も歩くのが大変です。参加者からは「想像以上に大変!」、「立ったり座ったりするだけで疲れる」、「今、自分の好きなように体を動かせることが幸せ」等との感想が聞かれます。

## 車いすに乗ってみよう

## 少しの段差が大変!



続いて車いすの操作方法をみんなで学びます。ひとくちに車いすといっても様々な種類があります。自走式、介助式、リクライニング式、電動式… 車いすに座る時は必ずブレーキをかけ、動かないように注意が必要です。

介助する人も座っている人に気遣いながら操作しなければなりません。お天気が良ければ踏切を渡って公園を一周します。線路のちょっとした段差や、公園内の土の上の走行は想像以上に大変です。

## 食事する楽しさを

高齢者になると若いときに比べ、嚥下(えんげ)機能(食べ物を歯で噛み砕き、すりつぶす、舌で喉に送り、飲み込む)



が衰え、自分で「食べる」ということが難しくなってきます。また喉の先には喉頭蓋(こうとうがい)というふたのようなものがあり、上手に機能しないと食べ物が気管に入り込む「誤嚥(ごえん)」となり、肺炎になる危険性があります。

しかし、口から食べるということは人としての尊厳を保つことであり、また何より楽しみでもあります。そこでその方の嚥下機能に合わせて食事の形態をかえていきます。介護体験では実際にミキサーですりつぶしたものを食べてみて、「食べる」という行為はどういうことか、味覚に変化はあるのか、ベッドで横になって食べるとどうか等、食事をするということについて学んでいきます。



最後に「介護の仕事について、介護職になるには」と題して、介護福祉士よりおはなしをします。介護職が活躍するフィールドや進学資格を取るにはどうしたらいいのか、奨学金について説明をします。

また介護施設では毎週土曜日学生ボランティアを受け入れています。介護に興味のある方、高齢者と触れ合いたい方、みなさんのフレッシュで明るい笑顔を見せに来てください。

「千葉民医連ひまわりボランティア」  
の申し込みはこちらへ→

