

ケアマネだより 3月



魚沼市須原 1237 番地 1

守門健康センター内

Tel.025-797-2603

◇社協理念:あたたかい手 やさしい心でつなげよう 福祉の輪

◇经营理念:思いやりと 笑顔の介護で 地域福祉を支えます



寒さの中にも、少しずつ春の暖かい日差しが感じられるようになりました。今回は、高齢者の転倒予防についてご紹介したいと思います。転倒は寝たきりにつながる重大な事故になりかねません。危険性を前もって知って、対策をしておき、元気に春を満喫しましょう。

高齢者の転倒を防止するために特に以下の3点について確認しておきましょう。

1. 生活環境を確認 高齢者の生活環境を確認し、段差など高齢者にとって危険となる

箇所を減らしたり、転倒しても大ケガに至らない工夫をしておきましょう。

- ・ 照明スイッチに手が届く。
- ・ 段差にスロープ、階段に手すりを付ける。
- ・ 常夜灯を設置する。
- ・ 引っかかりやすいマットは置かない。
- ・ 滑りやすいスリッパは使用しない。

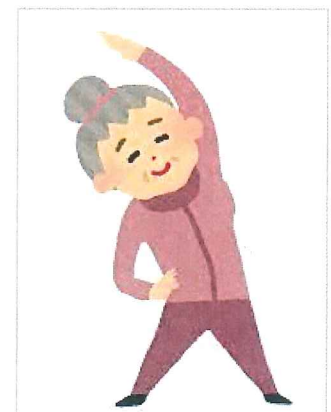


2. 身体の状態を確認 加齢による身体機能の低下、転倒に

つながりやすい特定の疾患、薬の副作用による転倒の可能性など、

高齢の身体の状態について確認しておきましょう。

- ・ 筋肉や骨などの機能を維持するには、バランスのよい食事と運動の習慣も重要。
- ・ 薬の副作用の現れる方は主治医に相談を。



3. 事故時の対処方法を確認 転倒・転落事故が発生した場合に、どのような対処を

したらよいか確認しておきましょう。

- ・ 状態をよく観察する。
- ・ 意識がない、呼吸がないなど、明らかに異常がある時は 119 番で救急車を。
- ・ 時間がたってから異常が出る場合もある。(歩き方がおかしくないか、話す時にしたがもつれが無いかな)



守門居宅介護支援事業所 4月からの体制について

これからも
よろしくお願いします。



管理者のあいさつ

いつもお世話になっております。南方からは桜便りも聞こえてくる頃となりました。私事ではありますが、この3月をもちまして、定年を迎えることとなりました。管理者としては退きますが、ケアマネジャーとしては継続していく事となりましたので、今後も引き続きよろしくお願いいたします。

新年度も、この4人で力を合わせて頑張っていきたいと思います。
引き続き、守門居宅介護支援事業所をよろしくお願いいたします。



さくらひろこ
新管理者の、桜井裕子です。
よろしくお願いいたします。

