



介護者だより No.352

平成30年12月1日
多可町社会福祉協議会発行

赤や黄色に色づいた山もしばらくすると雪化粧を始める季節となりました。振り返ってみると今年もあっという間の1年…。1年は年々早く過ぎていくような気がしますね。

さて、多可町介護者の会では11月に、八千代区にある“あすなろの郷”が行われている“あすなろ喫茶”に参加し、おいしいモーニングセットとカラオケで介護のストレスを発散されました。あすなろ喫茶は、毎月第1火曜日の午前10時～12時にささゆりふれあいセンター（八千代区中野間）で開催されています。みなさんもぜひ行かれてみてはいかがでしょうか？

また、介護のポイントには、先月号に引き続き、車いすの正しい介助方法を紹介していますので、ご覧ください。

喫茶とカラオケでリフレッシュ♪



介護のポイント

平成30年11月5日開催

介助ボランティア養成講座より

～意外と知らない！？車いすの正しい介助方法（後編）☆～

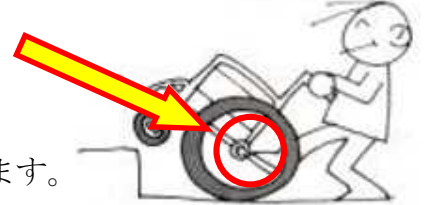
ご家族を介護される中では、車いす介助をする機会も多くあると思いますが、正しい使い方を知っていないと思いがけない事故につながることもあります。先月に開催した介助ボランティア養成講座～車いす介助編～では、実際に車いすに乗り介助をする側とされる側に分かれての体験や、普段車いすで生活されている方のお話を通して、参加された方に車いすの正しい介助方法を学んでいただきました！先月号に引き続き、正しい介助方法を紹介します☆

1. ちょっとした段差を下りる時には

- ①下りる時は**後ろ向き**で、後輪をゆっくりと段の下に下ろします。



- ②**ステップングバー**を踏み、前輪を浮かせ、少し後ろに進んでから前輪をゆっくりと下ろします。



2. 道路にすきまや電車とホームの間の溝を越える時には

- ・段差の上り下りと同じ要領で溝の前で前輪を上げます。



3. 上り坂・下り坂では



〔上り坂〕

- ・上り坂では前向きに進みます。
- ・下り坂ではハンドブレーキを持ちながらゆっくり**後ろ向き**に進みます。
- ・ゆるい坂道の場合は前向きでも大丈夫ですが、前のめりになることがあるので、後ろ向きの方が安全です。



〔下り坂〕

中でも、やはり大切なことは**声かけ**ですよね。動く時や止まる時、曲がる時などは**声かけ**を忘れずに！

多可町介護者の会 “クリスマスケーキ作り”のご案内

- とき 12月21日（金）午後1時～3時
- ところ 八千代コミュニティプラザ（八千代区中野間）
- 参加費 1,000円（当日徴収）
- 持ち物 エプロン、三角巾、ハンドミキサー（あれば）
- ×切り 12月14日（金）



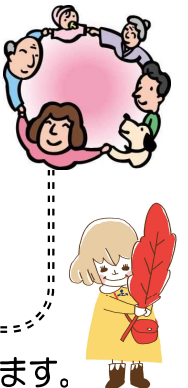
作って食べて♪
お持ち帰りも
あります☆

12月にもなると、多可町介護者の会でもそろそろ来年度（4月以降）の予定を相談し始める頃になります。なかなか会には来られないけど、「こんな内容（日時なども）なら行きやすいのにな～」というようなご意見・ご希望があればぜひご連絡ください！介護されている方が集まり、ほっとできる場「多可町介護者の会」をみなさんでつくっていきましょう！

《お問い合わせ、ご連絡先》

多可町社会福祉協議会

- 本部・中支部 32-3425
- 加美支部 30-8151
- 八千代支部 37-0360



※介護者だよりはみなさんから寄せいただいた赤い羽根共同募金の配分金を使って発行しています。