

Merry Christmas !



s
s
み
ら
い
新
聞

第 136 号

2024 年 12 月

発行責任者

新津 尚

今年もクリスマスには、サンタクロースがやってきました。サンタが「交通渋滞で遅くなったよ」というと「えらい、遅かったじゃん!」という声がかかり、サンタが皆さんにプレゼントを配りました。子供心に戻って「サンタさんありがとう!」という声や握手を求める姿もありました。

サンタからもらったプレゼントを手にとって、サンタとツーショットを皆さん全員の方が撮りました。(後ほど写真もプレゼントします)

昨年もらった手袋やネックウォーマーなど、大切に今年も使っていたいている姿を見ると、サンタもとても張り合いになります。

来年も来る予定ですので、よろしくお願いします。



高齢者の薬の管理

ある日突然、大量の未使用の薬が見つかったり、逆に予定より早く薬が無くなっていたり、家族が気づいた時にはすでに状況が悪化していることも少なくありません。加齢に伴う記憶力や理解力の低下は、特に薬の管理において深刻な問題となります。

服薬管理の補助ツールとして最も一般的なものが、お薬カレンダーとピルケースです。また、薬局での一包化サービスの活用は、複数の薬を服用時間ごとに一つの袋にまとめてパッケージングするサービスです。外出が多い方の場合、昼の薬を持ち歩く必要があると服薬管理が難しくなります。このような場合、朝・夕の2回に調整できないか、あるいは持ち運びやすい形状に変更できないかなど、生活スタイルに合わせた工夫を相談してみましよう。

介護保険サービスを利用することで、服薬管理の支援を受けることも可能です。

高齢者の歯磨き

高齢者の歯磨きは、単なる口腔ケアではなく健康維持の重要な要素です。特に誤嚥性肺炎の予防において、適切な歯磨きは非常に大きな役割を果たします。日本人の死亡原因の第3位は肺炎であり、その死亡者の95%以上が65歳以上の高齢者となっています。65歳以上の高齢者の約41.1%が口腔内に何らかの問題を抱えています。特に深刻なのは歯周病のリスク増加です。