



ゆいまーるケアセンターは、茨木市でケアプランの作成・ヘルパーの派遣を行う介護保険指定事業者です



✓避難場所を確認しておく

住んでいる地域の避難場所と避難経路を確認し、避難するまでに危険な場所や通れなくなりそうな道は無いかを確認しておきます。また、防災訓練などに積極的に参加し、近隣に自分の状況を知ってもらい、災害時に手助けをし合える関係を作っておくことも必要です。

✓家の中の安全対策を取る

棚から物が落ちてきたり、ガラスが飛散したり、通路が倒れた家具でふさがったりしないよう、家の中の安全を点検しましょう。ガスの元栓やコンセントなど、火の元の確認は普段から習慣づけて。

✓緊急連絡カードを作る

氏名、住所、緊急時の連絡先、かかりつけ医、家族や身近な人との連絡方法などを記入した非常用カードを作っておけば、災害以外でも急な体調変化時などに役に立ちます。災害時は電話が通じなくなる場合もあるので、身近な人との連絡方法や落ち合う場所などをあらかじめ打合せておく安全です。



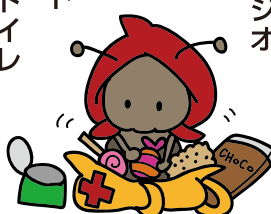
緊急連絡カードの例。名刺サイズで作って、財布の中に入れて、名札にして常に身につけておけば、外出先での体調変化時にも役に立って安心。

緊急連絡カード

氏名	〇〇 〇〇
住所	〒000-0000 〇〇〇〇〇〇
緊急時の連絡先	000-0000-0000
避難所の場所	〇〇公民館
家族と離ればなれになった時の連絡方法	落ち合う場所 〇〇公民館 連絡先 000-0000-0000
かかりつけ医	〇〇医院 000-0000-0000

避難袋の中身をチエック

- 飲料水
五百mlのペットボトル数本に分けておく、持ち出しやすく、いつでも新鮮です。
- 日ごろ服用している薬
持病の薬は必ず数日分確保を。他に、鎮痛剤・胃腸薬・きず薬・ばんそい(ばんごう)など。
- 健康手帳
主治医の連絡先、緊急の連絡先、日ごろの体の状況、薬の内容等を記載しておきます。
- 非常食(菓子類・ゼリー状の食品)
- 紙コップ・紙皿・割りばし
- 洗面道具(旅行用で可)
- 衣類(防寒具・雨具)
- ふえ・ホイッスル
大きな声を出せなくても助けを呼べます。
- 現金(10円玉も)
10円玉があると、公衆電話が使えます。
- 懐中電灯 携帯ラジオ
- 電池 軍手
- 油性ペン タオル
- ナイフ ハサミ
- ロープ・ビニールシート
- ビニール袋 携帯トイレ
- ロースク・マッチ・ライター
- 携帯電話用バッテリー



いま一度、
見つめ直す

自立支援の あり方

「あのヘルパーはしてくれただのに、このヘルパーはやってくれない」「ヘルパーならこれくらいはやって欲しい」などのご要望をご利用者様からいただくことがあります。

もちろん、これは我われ介護事業所に問題があり、介護サービスの基準が事業所内で統一されていないために、ヘルパーによってのご利用者様への対応の違いが出ることも原因です。

「このヘルパーはしてくれただし、ヘルパーの介護の基

本はあくまで「自立支援」です。これは、ヘルパーのみならず、ご利用者様にもご理解いただきたい事柄です。

「可能な限り自立をしよう」「出来ないところをお手伝いする」というのがヘルパーが行う介護なのです。

ヘルパーということになるかもしれません。本当は、ご利用者様の自立を第一に考えて介護を行うヘルパーが良いヘルパーなのです。

これらのことはヘルパー研修で教育されていますし、介護福祉士の試験では、ご利用者様ができることを手助けしてしまおうと減点にもなります。

そのようなときには、気軽にヘルパーに頼んでみてくださいます。ご利用者様の立場に立った柔軟な介護を行うこともヘルパーの役割です。

No.03 ちぎり絵

趣味
いろいろ



手で紙をちぎることで、紙に独特の風合いが出る「ちぎり絵」。清子さんは若い時からいろんな手芸をなさってこれ、どの作品も玄人はだしの腕前です。
(茨木市・白川の清子さん)

先月、紳士っぽく髭を伸ばしてみようと思いましたが、周りの人は「泥棒」になりませんが、周りからは「泥棒みたいや」とか「カビが生えてますよー」とか「小さい子供は近づけられん」とか散々酷評をいただきました。ううむ…髭を伸ばすと結構手入れが大変なんです。なのにカビが生えた泥棒ですか。ま、世論には逆らえないのでさっぱりと剃りましたよ。でもね、剃ったことを誰も気が付かないのがまた癪に障



所長コラム
オオブタ日記

めたほうが良いと思いましたが、早速やって見たところ、確かに剃れます。が…、目が粗いので押し付けるとヒリヒリが削れて亀甲模様になってしまいました。痛いし、みっともないのでやめたいですね。

はいさい! は
こちらで配布
されています

- ゆいまーるケアセンター各事務所 (南茨木・総持寺)
- 茨木にぎわい亭(本通商店街)
- 伏見屋本店(田中町)

**ヘルパー
募集中** ゆいまーるで働いてみませんか?
詳しくは各事務所にお問い合わせください

ゆいまーる ゆいまーるケアセンターは、茨木市でケアプランの作成・ヘルパーの派遣を行う介護保険指定事業者です

ゆいまーるケアセンター南茨木 茨木市沢良宜西1丁目13-25 美山ビル101 TEL 072-601-0696 FAX 072-601-0697

ゆいまーるケアセンター総持寺 茨木市庄2丁目10-103 アバンテ茨木103 TEL 072-601-0007 FAX 072-601-0875

デザインラボ ユイネット

- Web/Blog サイト作成
- 商品写真撮影 / 販促物のデザイン
- メニュー / 広告物などの作成
- 各種ポスターのデザインおよび印刷

<http://www.yuinet.co.jp/>