


てくてく後見レポート... 

とよちゃんの あいうえ日記

あ あんたが来てくれるから頑張れる!

施設に入居されているAさん。訪問時にはいつも満面の笑みで迎えて下さいます。そのAさんが、私の帰る間際に言ってくれた一言。

「あんたが来てくれるから毎日頑張れるわ!」

私たちの仕事は、ご本人様に安心して生活していただくため生活環境・健康状態の確認、財産の管理などが中心で、お食事や入浴の介助など身の回りのお世話を直接することはありません。それでも、訪問の度によくお話をさせていただくこともあって、何年も関わってくると本当の家族のように接してくれる方がたくさんいらっしゃいます。

私たちの訪問が日々の生活の良い刺激になり、Aさんのように毎日の励みになっていると感じていただけることは何よりも嬉しく思います。

後見人は基本的には裁判所で選ばれるのですが、ご縁があって関わらせて頂いているのだなといつも思います。元気をもらっているのは私たちのほうかもしれません。



知っ得? フキコラム

くいしんぼひつじの新発見 

はじめまして。新米スタッフのくいしんぼひつじです。介護や福祉の事、まだまだわからない事だらけの私ですが、日頃のおおっ!と感じた新しい発見等を発信していけたらなあと考えております。どうぞよろしくお願いいたします。

今回は、かかりつけ医さんから聞いたおおっ!のお話。皆さまは**心臓の寿命**をご存知ですか?一般的に言われているのが、鼓動約25億回分だそうです。心臓が1回鼓動する度に一定量の血液が動脈を通過して全身に送られるのですが、その血液量は人それぞれ違います。では、それは一体何で決まるのでしょうか?実はその直前に**心臓に戻ってきた量と同じ量の血液を送り出される**のだそうです。では、心臓から送り出された血液は、何の力で心臓に戻ってくるのでしょうか?そうです、**足の筋肉!**なのです。これを**“筋ポンプ作用”**と呼ぶそうですが、足が第二の心臓と言われる所以がここにありました。

お年寄りが車椅子生活になった途端、急速にお元気がなくなってしまうケースが多いと聞きますが、これで合点がいきました。日頃から意識して足腰を鍛えることが若さの秘訣。

是非一緒に健康長寿を目指しましょう!

