

# おおたでんき News



イマココ!

太田電機が携わっている工事をご紹介します!

出水市立出水小学校の体育館の改修工事に伴う照明器具取替工事を行っています。夏休み中の工事ですが、児童や職員の方にご迷惑にならないよう、安全に工事を進めています。



## 電気屋さんの知恵袋



### 台風災害に備えて

いよいよ台風のシーズンが到来します。台風災害への備えは大丈夫ですか?

食料・飲料などの備蓄や、非常持ち出し袋のほか、避難場所や家族の連絡方法など災害への備えを再確認しておきましょう。

もしも避難勧告などで家を離れる場合、必ず電気のブレーカーは落としておきましょう。

台風災害や地震などで家が被害を受けた場合、電気配線が損傷している可能性や、部屋の中の電気製品が損傷しているかもしれません。ということは通電することで、火花や熱が発生し、最悪の場合は火災の発生に繋がることになりかねないからです。

また、避難する際は停電していたものの、避難所に滞在している間に電気が復旧し、それにより無人の状態に通電が開始することも十分に考えられます。その際に通電する対象に損傷があれば、やはり火災が発生する危険があります。

ブレーカーを落としておくことで二次的な被害を防ぐことができます。その後、家に戻った時には配線などの状態を確認してからブレーカーを入れましょう。

電柱などの電線が垂れていたり、ちぎれてぶら下がっているのを発見したときには、大変危険ですので、絶対にさわらず、すみやかに電力会社や電気工事店に連絡してください。



### 太田でんきの「この人」



電気部 西村 直樹

◆資格：第二種電気工事士

◆趣味特技：映画、音楽、美術鑑賞 茶道

◆最近嬉しかったこと

今年5月に生まれた娘が、最近よく笑顔を見せてくれるようになりました。これまで接客業や介護の仕事をしており、電気工事士を始めて間もないですが、娘の成長と併せて、自身も成長できればと思います。

昭和21年の創業以来、地域の方々の安全・快適な生活に貢献し、お客様の「笑顔」を生む『住宅設備の救急隊』として技術を磨き、信頼を積み重ね、皆様のライフラインを支えています。

～ 高齢者や障がい者（児）のための ほっと笑顔工房 ～

No. 57 \* 2020年 8月



ケア・リフォーム 暖家だんけ

# ReLife り・らいふ通信

～暮らし・生活・住環境を見つめなおして～

(株)太田電機工業所  
ケア・リフォーム事業部  
(☎ 0996-73-2073)

鹿児島県指定  
福祉用具貸与・特定福祉用具販売事業所  
介護保険事業所番号 4670600396

## 人の体は 食べたものでできている!

### 発酵食品で免疫力アップ!!

厳しい夏の暑さが続きますね。朝夕に少し涼しい風が吹き始めると、夏の疲れと共にコロナウィルス疲れも出たりと、体調に気をつけたい時期でもありますね。



私たちの身体は正直です。身体は日々の食事や食べ方で作られていきます。時にはサプリメントで栄養を補うことも必要ですが、やはり基本は、旬の新鮮な野菜や魚など中心の食物を身体に取り入れることが健康の秘訣といわれます。



今回紹介するのは免疫力をアップさせる発酵食品。発酵食品に含まれる微生物は、腸内環境を整え健やかな体作りをサポートしてくれます。

発酵食品が「健康に良い」と言われるのは、発酵食品には善玉菌が豊富に含まれていて、腸内の悪玉菌の増殖を抑え、腸内環境を整えてくれるから。そして腸内環境が整うことで免疫力が高まるのです。



腸内の善玉菌を増やすことを意識して「乳酸菌」を積極的に摂取しましょう。乳酸菌といえば、ヨーグルトやチーズに含まれる動物性乳酸菌のイメージが強いですが、納豆や甘酒には植物性乳酸菌が含まれています。植物性乳酸菌は菌の力が強く、生きたまま腸に届きやすいのが特徴です。



味噌、醤油、米酢、甘酒、納豆、ヨーグルト、漬物（ぬか漬け、キムチ、ピクルス）などと海藻、オクラ、なめこ、長芋、里芋などの食材を合わせるとさらに大腸に届きやすく効果的。しっかり食べて、きびしい残暑を乗り越えていきたいですね。

「夏バテにいい」「飲む点滴」として甘酒がブーム!

### 介護保険住宅改修・福祉用具機器のレンタル・販売はおまかせください!



でんきと水とエアコンの

# (株)太田電機工業所

阿久根市港町65番地4 TEL:0996-73-2800  
出水市大野原町304番地 TEL:0996-63-1966

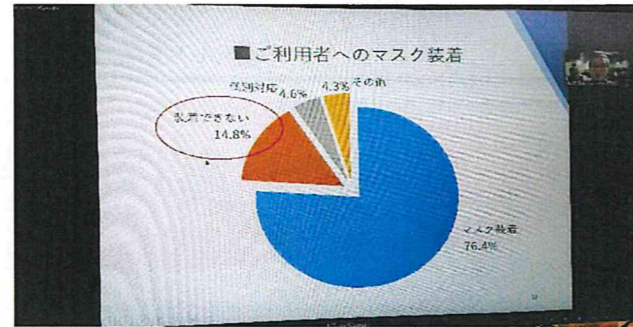


# 「密着を避ける介護～感染対策と福祉用具の使い方」



先日、ZOOMを使用して、石橋 弘人氏（一般社団法人こうしゅくゼロ推進協議会 副代表・事務局長）による、公開ウェブセミナーが開催されました。コロナウィルス禍により、例年各地で開催されるバリアフリー展や、様々なセミナーが中止になる中でウェブセミナーは、たいへん意義深く貴重な学びの場となりました。

前半：ノーリフティングケア関連機器と感染について  
後半：夜間ケアの負担を1/10に減少できる福祉用具とITを活用した感染対策方法について



**密着ケア！腰痛も拘縮も、そして感染も心配**

介護者の首・肩周辺の感染対策は必須！

**職員が安心してケアできる環境作り**

- 高齢者施設の感染発生前
  - ご利用者はマスクしてない
  - 職員はマスクのみで大丈夫？
  - 付けてもフェイスシールドまで？
  - 1枚100-200円 > 一日10円？
  - 日本製700円（山本光学製）無反射
- 熱中症対策
  - 首を冷やして対策を！
  - 300～600円/個
- コスト利用者80名、職員40名の場合
  - 経費：年約17万円
- 感染症対策支援事業
  - 訪問系：14.8～56万円
  - 入所施設：3.5～4.8万円/定員

**密着ケアを減らそう！起き上がりは電動背上げ機能を使おう！**

途中で止めれるので、血圧変動にも対応できる。リモコンの消毒は必須！

**立位ができる人**

手が触れる場所は毎回消毒

**福祉用具を使うメリットとデメリット**

- メリット**
  - ケアの内容が統一できる。
  - 誰がやっても80点のケアができる。
  - 腰痛対策、怪我対策がやり易い。
- デメリット**
  - 機器の使い方、消毒の研修が必要。
  - 機器の管理が必要 > 人員増加
  - これをやらないとウィルスの媒体となる。

売って終わりのビジネスは不要！現場を理解し教育をしていく会社と契約

**ウイルスは、うつさない、もらわない！**

感染予防 その密着ケア、どうします？

- 移動時は、リフトなどを使うと、密着したケアを大々減らすことができます。フェイスシールドも有効に活用しましょう。
- ※スリングは毎回消毒するか、一人一着揃えましょう。
- 起き上がりは、電動ベッドの背上げ機能を使いましょう！

（一社）こうしゅくゼロ推進協議会

福祉用具・福祉機器を活用して密着を減らすことや感染予防をしつつ、ケアの内容を統一すること、機器の管理を徹底することが大切と話されました。

## みんなの認知症介護をハッピーに♪



### 「お母さん、最近ご飯食べないんです。」

デイサービスに来ているAさんの娘さんから相談されました。

お母さんは90歳過ぎだし動脈硬化になったら困るので体のことを考えて、なるべく塩分を少なく薄味に変えたそうです。

そしたらだんだん食事の量が減ってしまったと。

体のことを考えて調理しているけど、食べてくれないとなると、栄養不足が心配とのことでした。

あれ？でもAさん、デイサービスの昼食は変わらず食べている。特にエビチリなどは、チリソースをご飯に乗っけてパクパクと食べています。

家とデイサービスとの差は何なのでしょう。

実は、味覚や嗅覚が低下したため食欲がおちてしまったのです。

食欲が低下する大きな原因として高齢になると、舌の「味を感じる部分」が少なくなり味を感じにくくなります。（味覚の低下）また、嗅覚も低下するので、匂いも感じにくくなります。

味には・甘味・塩味・酸味・苦味・うま味がありますが、これがない食べ物を食べたいと思いませんか？

無味無臭のものに対して食欲はあまり湧かないですね。

例えるなら、風邪を引いて鼻が詰まっている時に食べる食事。ちょっと想像してください。食べた食事の味がほぼなかったら・・・。

いつもの味の10分の1しか味がしなかったらどうでしょうか？美味しいと思いませんか？

それと同じことが起こっているわけです。



味覚の低下は徐々に起こってくるので、本人に食欲がない理由を聞いても、本人にもわからないことがあります。

味を感じられなくて食欲が低下しているなら、味を感じられる工夫をしましょう。

例えば出汁やスパイス、レモン汁などを、上手に使って味覚を刺激する。

食材自体に味が付いている方がしっかり味を感じることができるので、煮物などは、一度冷まして味を染み込ませてから食卓に出す。

食材に片栗粉などをまぶして調理し食材に味がからむようにする。

高級食材や旬の食材はそれ自体に旨味がありますから取り入れるのもいいですね。

このように調理方法を工夫することで少ない調味料でも美味しく感じます。

Aさんが大好きなエビチリは塩分が多いわけではなく、片栗粉を使うことで味が絡み、なおかつ少しだけ唐辛子が入っていたのです。

ちょっとした工夫で普段以上に食べる事ができたのでしょ。

このように毎回、食事の工夫ができればいいですが難しい場合もありますね。

今は、栄養管理がされている介護食やお弁当などの宅配もありますから、購入したり、サービス利用した際に味付けや調理方法を参考にされてみてはいかがでしょうか。



「どんより介護からハッピー介護へもっと楽になる考え方を伝えたい！」  
林 炎子（もえこ）さん  
（日本高齢者アタッチメント協会 代表）

看護師で認知症介護歴32年の林炎子さんは、認知症介護に携わってきた経験や知識を一人でも多くの方に知ってほしいと、「目からうろこの認知症セミナー」を開催されています。

<http://ninchishoucare.jp/blog/>  
「みんなの認知症介護をハッピーに」は、林炎子さん公式ブログ「家族で支える認知症ケア」より抜粋、参照しています。

認知症になっても大丈夫。  
認知症があっても大丈夫。

