

おおたでんき News

出水市西町団地の改修工事をしています。浴室などの電気給排水改修工事は、現在お住いの方々のご理解を得ながら、一件一件改修を進めていくため、連絡を密にしながら、不備・不自由の無いよう心がけております。音やホコリなどでご迷惑をおかけすることも発生いたしますが、安全に工事を進めています。皆様の快適な住まいを改善していくためご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

太田電機工業所が携わっている工事をご紹介します！

イマココ！



住まいのアドバイス

ひとこと

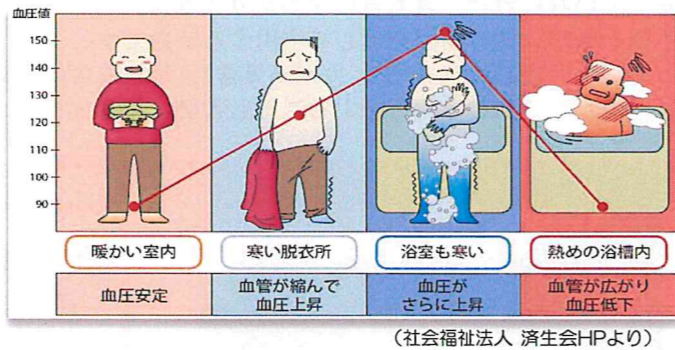


家中の温度差をなくす
「温度のバリアフリー化」
「ヒートショック」と「浴室熱中症」に注意！

「ヒートショック」とは暖かい部屋から寒い部屋への移動などによる急激な温度変化によって、血圧が上下に大きく変動することをきっかけにして体に負担がかかる現象です。そしてもう一つ特に注意していただきたいのは「浴室熱中症」。

これは、長湯や高温での入浴により体が温まることで血管が広がり血圧が低下して起きる体調不良です。原因としては、実はのぼせなどが関係しています。実際、気づかないうちに倒れてしまい、倒れているのが発見された時には溺死となっていることが多くあまり世間では知られていません。

他には、浴槽内でぼーっとし、急に立ち上がろうとして転倒する事故などもあります。



なぜ多いの？高齢者の「浴槽内の溺死および溺水」
例えば、夏の高齢者熱中症問題。
「なぜ冷房をつけないの？」と話題になります。
若い方に比べて高齢者では、暑さ寒さに対する感覚が鈍くなるので環境の急激な変化に体や脳が追いつきません。これと同様にお風呂でのぼせて体は悲鳴をあげていても、感覚的には熱いと感じにくく、気づかないうちに重篤な症状に陥ってしまうのです。

家中の温度差を抑える

「温度のバリアフリー化」は大変効果的です。浴室だけでなく廊下や寝室などにエアコンやヒータ等の暖房設備、窓の断熱、床材を変えるなど色々な方法を上手く組み合わせ、温度差を抑えましょう。



窓を2重サッシや複層ガラスに

(NORITZ HP より抜粋)



浴室暖房乾燥機や寝室暖房も

安寿 温浴シャワーベンチ (アロン化成)

シャワーベンチに座ったままで温浴ができ、芯まで身体が温まります。湯船に浮かると血圧や心拍数の変動が大きくなり、心臓や循環器への負担がある方には、湯船に入らず体を温め身体への負担を減らすことができます。入浴介護の負担も軽減します。工事不要で簡単に設置できます。(標準タイプのシャワーが設置されている場合)



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



～ 自立した在宅生活と 介護負担の軽減を支援します～

ReLife り・らいふ通信

(株) 太田電機工業所 ケア・リフォーム暖家

(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



「寝心地の良いベッドが欲しいんだけど・・・」

先日、ある店舗で買い物をしていたときのこと。店員さんに聞いておられる声が入ってきました。ご高齢のご夫婦が心地よい眠りを求めて、大規模店舗に探しに来られたようで、後ろ姿は70～80代に見えました。

「眠りの質は、人生の質」という言葉があります。

良質な眠りは、健やかな心身を維持するために大切です。睡眠は脳が休息し、傷ついた脳細胞を修復できる重要な時間です。睡眠が おろそかになると、脳の疲労は溜まっていく一方になり認知機能の衰えにもつながってしまいます。



睡眠の質は、ベッド・寝具や睡眠環境で大きく違ってきます。毎日の疲れた身体を預ける「居場所」となる寝室や寝具は、今のご自分に合ったものを使っていますか？年齢や身体の状態、好みにもよりますがベッドを購入する際、気をつけたい点があります。

ベッド

の話



＜体格とベッドの相性＞

ホテルで体験して心地良かったからと、外国ブランドの商品を購入された方が毎日の生活には少し高さがあわず無理な昇降で困ったという例もあります。

日本人の体格にあう国内ベッドメーカー商品でも、子ども達からプレゼントされたベッド（ご本人が見ずに購入）が、座ったときの高さやクッション性が合わないということもあります。また足腰に痛みを抱えている中高年の方の場合、かえって症状が悪化することもあります。使う本人が納得して購入することが大切です。



＜現在の年齢から、どのくらい使用するか＞

もし使う本人がご高齢であれば、ブランド名やクッション性よりも体の機能を補助してくれる機能性に優れたものを選ぶことが大切です。数年後に介護が必要となる可能性がある場合は、介護のしやすさや背上げ・高さ調節機能がついた特殊寝台を選ぶのも賢い選択です。一日の1/3を占める睡眠が快適であることや、日常動作が楽に行えることは本人も介助者もストレスを軽減できる重要なポイントです。もし介護が必要となった場合は、介護保険の貸与品をレンタルできますが、介護度2以上でなければ保険の適用（レンタル金額の1～3割負担）がなく、全額負担となります。

いろいろな状況を考慮して大切な寝具を選びたいですね。

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！



離床を支援し、生活範囲を広げる特殊寝台

特殊寝台は、ただベッド上で安楽に過ごすためのものではなく、離床支援を促すこともできる福祉用具です。その人にあった特殊寝台を選ぶにはご利用者の生活の状態・範囲から検討することが大切です。

「一日の大半をベッド上で過ごす」状態の方

- 起き上がりを支援する背上げ機能
- ベッド上で食事がとりやすい姿勢をつくるヘッドアップ機能や、背上げ機能&ひざ上げ機能
- 寝返りや側臥位での清拭、おむつ交換などの介助負担を軽減する、高さ調節機能、サイドレール、ベッド用グリップなどが重要です。



「食事や排泄の時はベッドから離れる」状態の方

- より離床時間を延ばすために
- 起居動作や移乗が自立で行えるか
- 介助が必要な場合は、介助者の負担を軽減する
- 移乗先での車いすでの姿勢保持ができる
- 起居動作を支持するサイドレール、ベッド用グリップは力が入る握りやすいものが必要です。



「楽匠プラスシリーズ」パラマウントベッド

スマホによるベッド操作

- 家庭内呼び出し機能を搭載。手元スイッチで、ご家族のスマホに通知できます。
- 新たに音声操作機能も搭載



スマートハンドル

座り姿勢になれる背上げ機能

- より姿勢を安定させる背サポート
 - 骨盤をしっかり起こす腰サポート
 - 身長差をカバーしてベッドの動きに身体がフィットしやすい膝サポート。
- 骨盤をしっかり起こすことで身体が足側にすり落ちにくくなるため、床ずれリスクの軽減にもつながります。停電時や緊急時にハンドル操作で背上げ・高さなどを調節できます。(スマートハンドル別売)

「こちあ利楽flow」パラマウントベッド

床ずれ防止エアマットレス

AI機能により体重や体型を推測し、マットレス内部にある空気が入ったエアセルの圧力を、自動で調整する。自動体位変換機能付きエアマットレスを使用する上で多くの方が心配する「ずれ」「転落」を予防。独立した4つのエアセルで、自動的に体位変換をおこなう「スモールフロー機能」や背あげしたときの姿勢保持をサポートする「バックサポート機能」などを自動的に実行します。



端座位/離床

自動しっかり機能



ご利用者の起き上がりやマットレス端部の寝返り、端座位を検知し、マットレス全体の内圧を自動で上げてくれます。膨らんでいた4つのスモールフローセルは自動で縮みます。

- 骨盤を起こした背上げ姿勢の重要性
- 座位を安定させ、褥瘡と寝たきりを予防

在宅介護で寝たきりを防ぐには、まずベッド上で楽に座ること、その状態で無理なく食事や呼吸ができること、さらに自然に離床できることが重要です。在宅で介護される方が寝たきりになるのを防ぐために、介護用ベッドは重要な役割を果たします。特にベッド上で座位になるための背上げ機能の活用は、寝たきり予防の第一歩です。また、身体を起こすメリットは、呼吸や食事がしやすくなるといった身体的なものばかりではありません。視野が生活空間へと広がるため、周囲の人とのコミュニケーションも図りやすくそれらの刺激が、活動意欲を引き起こし、認知機能の維持向上にもつながるといふ大きな役割を果たします。



統合医療 希望クリニック 院長 堀田 由浩 先生

(パラマウントベッド HP より抜粋)

商品についてはお気軽にご相談ください。

そのまま大丈夫？ 使わない布団... 着物... 古い食器...

日々を整えて
いまいまライフを見つけよう~♪

秋の深まりとともに冬支度を始めるご家庭も多いと思います。今回は、どのご家庭にもありながら、なかなか向き合うことのないものに目を向けてみたいと思います。



① 寝具

元々日本人は、畳に布団を敷いて休む生活スタイルでした。ところが生活様式も様変わりして、ベッドで就寝される方が増えてきました。暖家さんで介護ベッドをレンタルする場合、マットレスがあるため敷布団が不要となります。元来、布団は掛け敷き1組で販売されることが通例でしたが、今は掛け布団だけ、敷き布団だけと単品購入が出来ます。押入れに、昭和の時代から入れたまま使っていない布団類はないでしょうか？30年以上前に購入した布団は重く、お手入れをしていなければ、誰も貰い手がありません。そろそろ温かい掛け布団を出して使用する時期です。使っていない寝具は(シーツ、カバー等含む)年末までに、家族と話し合い、使わないものは処分をすることも大切になります。



② 着物

洋服より、和装は全て高価で、捨てないものと考えてしまいます。私はたまたま義理の母と身長が同じでしたので、子供たちの七五三や入学式の時に着物を借りていました。義母は現在80歳。元々着物が好きでしたが75歳を過ぎてから 全く着物を着なくなりました。足腰が痛くて長時間のお出掛けをしなくなったのも理由の一つです。義母は、私が好んで着物を着ていたので、赤やピンク、オレンジ等、若い時に着ていた着物を譲ってくれました。とても感謝しています。家族、親戚、友人間で、体格が近い方で、着物が好きならば譲って喜んでもらうのも整理の一助になります。和ダンスに長い間しまったままの着物を活躍させたいものです。

③ 食器

欠けた食器を使っているご家庭にお邪魔した際に、私は奥様の手を切ることを心配して食器の点検整理のお手伝いをしたことがあります。皿の柄が薄くなっていたり茶渋が濃くついていても処分しない理由は色々。割れるまで使うことも皿の一生かもしれませんが、使用する家族が怪我をすれば意味がありません。1年に1度、食器棚の点検をして欠けた危ないものは処分し、足りなくなった分は、押入れ等にしまったままの新しい食器を出すと、お料理も映えますね。お布団と同じで、来客用の食器を沢山、納めたままのご家庭は見直しが大切です。現在、冠婚葬祭を自宅ですることは激減しました。その理由からも来客用のお皿を多数持つという考えは変わってきているのが現実です。

講師プロフィール



山崎 真美
(やまさき まみ)

鹿児島生まれ。鹿児島純心女子短期大学卒業後、MBC開発(株)不動産事業部に10年間勤務の後、結婚。夫が経営する(有)エコテックでは整理収納のアドバイザー

心地良い住まいの提案の他、出張整理業務も行っている。他に、半日型デイサービス・通所リハビリ施設レッツ倶楽部鹿児島を運営。住宅業界で培った、29年間の経験を生かし高齢者住宅における安全な収納の提案や、自身も思春期の子供をもつ視点から、子育て世代の収納の悩み解決など幅広い世代に向けて、整理収納を中心としたセミナーを各地で開催し好評を得ている。さつま町在住。

- 整理収納アドバイザー1級・ルームスタイリスト1級
- 介護環境整理士・整理収納教育士 他資格多様。