

介護は突然やってきます！

なんでこんなことができないの？
いままでできていたのに？
しっかりしてよ！



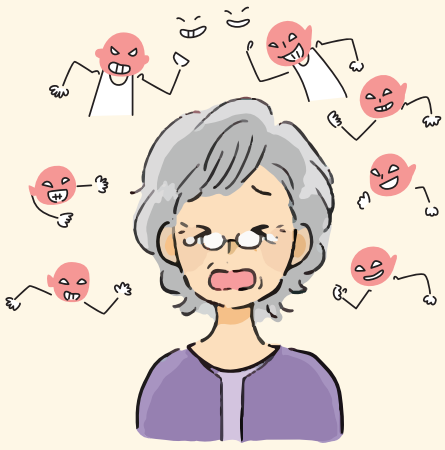
高齢者のプライドを傷つける言動

【急かすような言葉】

「早くして」「しっかりしてよ」など、急かすことは良くありません。思うように体が動かない高齢者の気持ちを傷つけてしまったり、混乱して余計に時間がかかることになってしまいます。

【羞恥心(はずかしい気持ち)を無視する】

お風呂に入るときや、排泄するとき、こちらの思いでなく、介護される本人がどうして欲しいかを考えましょう。



【無神経な言葉を使う】

高齢者になったからといって感受性が極端に鈍くなることはありません。

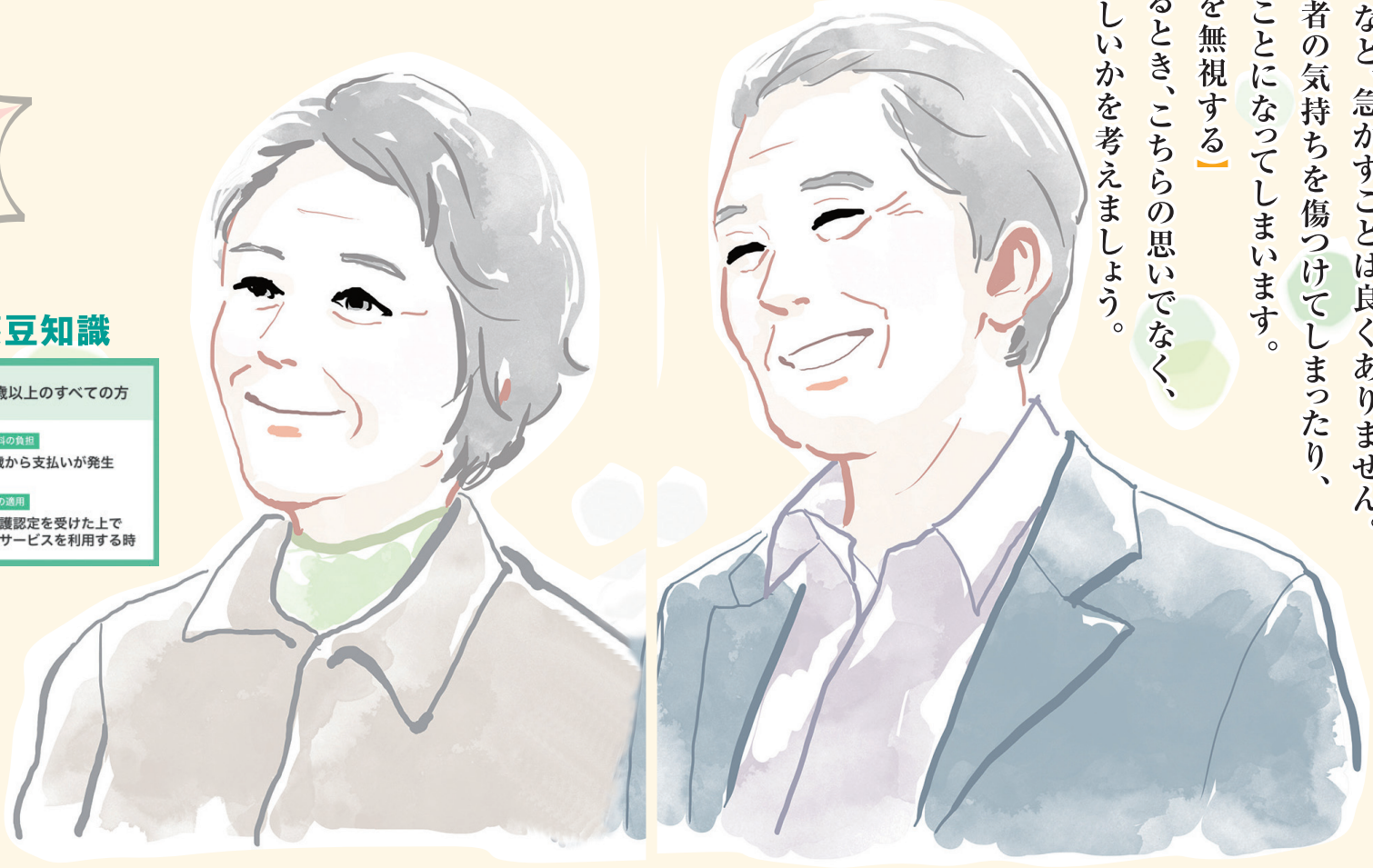
「こんなこともできないの?」

「何回も言ってるよね?」

子供扱いしたような言い方や命令口調で話すことはやめましょう。

【嫌な顔を見せる】

言葉に出さなくても、表情や態度で不快感を表せば同じことです。高齢者も好んで人のお世話になっっているわけではありません。介護を受けざるを得ない状況で嫌な顔をされたら傷つきますよね。



介護される方はしてもらっているという負い目があります。
自分の言いたいことを我慢している人もいます。
その結果感情までなくなるなんて人もいます。
日頃から気をつけていきたいですね。

介護豆知識

対象	40歳以上のすべての方
保障料の負担	40歳から支払いが発生
保障の適用	要介護認定を受けた上で介護サービスを利用する時

「介護保険制度とは...」

65歳以上の高齢者または40歳〜64歳の特定疾病患者のうち介護が必要になった人を社会全体で支える仕組みです。介護保険制度を利用する際は、事前に介護保険の申請を行い、要介護認定、要支援認定等の認定が決まらないうとサービスを受けることができません。介護保険の申請を行う際は、お住まいの自治体の介護保険課、高齢者支援課など（自治体により窓口の名前が異なります）が窓口となります。

高齢者の体の変化

目 遠視や視力低下 目の乾き	関節 靭帯・腱が硬くなる 関節軟骨が減る	食欲が低下	耳 高音域が聞き取りにくい	脳 物忘れ 細胞減少
筋肉 筋繊維が細くなる 特に脚筋肉の衰え	噛む力 若い頃の1/3~1/4衰える	皮膚 弾力低下 感覚鈍くなる	骨 骨量が減り 骨折しやすくなる	循環器 血管が硬くなる 心臓が弱くなり動機
				味覚 塩味・甘味が減少する

執筆者プロフィール 五味 和仁



(株)ネクストイノベーション 代表
1982年生まれ。帝京福祉専門学校を卒業。老人保健施設やデイサービス、特別養護老人ホームにて9年間介護職員として現場に携わり介護技術等の経験を積みながら介護支援専門員の資格を取得する。その後、8年間サービス付き高齢者向け住宅やデイサービス、ショートステイの立ち上げや入居者集客、運営、管理等に携わる。2019年、株式会社ネクストイノベーションを設立。企業の福利厚生として従業員の介護離職予防支援事業展開中。山梨日日新聞や数々のマスメディアでも福祉(介護)の新しい取り組みを紹介される。

