

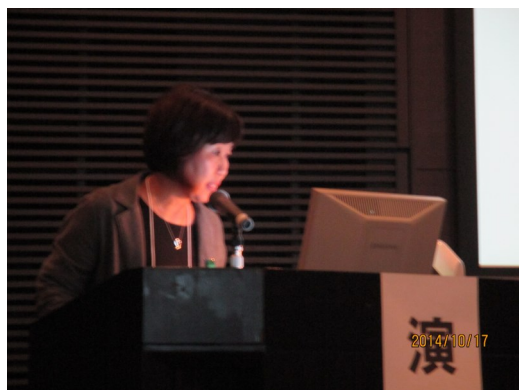
長生苑ネットワーク



十月十六日(木)・十七日(金)の二日間、第二十五回全国老人保健施設大会若手に参加させていただきました。年に一度、各地の老健施設職員が集い、成果発表を行う全国大会です。当苑では毎年、年度末の委員会活動成果発表会にてコンペを行い、参加する委員会を決定します。今回は褥瘡予防対策委員会が選出され、施設代表として看護部からは三浦、そして介護部からは私(田村)の二名が参加しました。

緊張しながらの会場入り。まずは他施設のポスター発表見学です。普段、他施設の方々の取り組みを拝見させて頂く機会はないので、沢山の刺激を受ける事が出来ました。そしてついに私たちの発表！褥瘡治療時の経過について、その成果をまとめて発表しました。緊張しましたがなんとか無事に大役を果たすことが出来ました。

介護 田村 淳



全老健若手大会に参加しました

アンサンブル・フレンズ来苑!

十一月二十六日(水)音楽バンドがやって来ました。以前、介護職員として活躍されていた我々の先輩の盛次さんがシニア世代の方と結成されたボランティア活動を中心とした楽団です。

演奏曲はなつかしい曲が多く、タイガースの『花の首飾り』など聞き覚えのあるような曲でした。『そしゅう夜曲』ではチャイナドレス姿の美女!?が登場、曲に合わせて歌も披露。

また、中国語も飛び交い、皆様、美女に釘付けでした。

演奏も終盤となり、ここで演奏者の労をねぎらい、花束贈呈へとつなぐのですが、贈呈者の入所者様代表の年齢百一才と聞かれた、演奏者の方、どなたも驚きの顔で

『人生の先輩に花束を頂けるとは!』と恐縮されておられました。



こうして、目に良し、耳に良しと、拍手喝采の中、幕となりました。

介護 佐藤 綾子

冬脱水に注意しましょう



紅葉が見事に綺麗な季節になりました。秋が深まってくると共に、室内では、暖房をいれるようになりまし。冬のじんわり乾燥から身体を守るため、脱水の対処法を知っておきましょう。冬を心地よく過ごす為には、室内を乾燥しないように工夫をすることが大切です。最適な湿度は、50〜60%前後キープすることです。以下とあわせて実施すると効果的です。

- ①加湿器を使用する
- ②定期的な換気
- ③洗濯物の部屋干し
- ④室内で植物を育てる



加湿器がなくてもバケツに水を張り、タオルをバケツにかけて半分程の水から出しておくと、水をタオルが吸い上げて自然に部屋の空気を加湿してくれます。エアコンの視点からも照明をLEDに変える動きが盛んですが



発熱量も少ないので室内の乾燥を防ぐ効果も期待できます。又、飲み物、食べ物から水分を取りましょう。冬のじんわり乾燥からの脱水が生じやすい内的環境になりますのでこまめな水分補給とあわせて、ほうれん草、小松菜といった水分、電解質が豊富な緑黄色野菜等を摂取することが有効です。また季節の果物を食べて冬脱水を予防しましょう。これから寒さがましますが、体調管理にて、良いお正月を迎えましょう。

看護部 塚本真貴子



『施設のおいしいメニュー』

ある入所者様百歳の誕生日特別献立食です
・梅しらすごはん
・かつおのたたき
・生姜餡かけの茶碗蒸し
・飲茶と果物



『美味しくいただきました!』

「入所・短期入所・通所利用状況について」

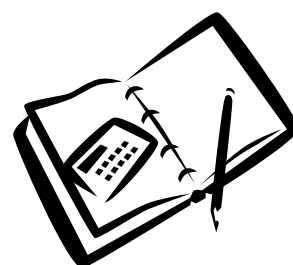
ただいま入所・短期入所・通所の各サービスおきまして、速やかにご案内できる状態となっております。その機会がございましたらぜひ以下の担当者までお気軽にお問い合わせ願います。

入所・短期入所担当

支援相談員 岡崎・中村

通所リハビリテーション担当

デイケア 住岡・大西



編集後記 本格的な寒さと共に、師走を迎えました。体調に注意して、何かと慌ただしい年末を乗り切ってください。(M)

発行 医療法人西浦会

介護老人保健施設 長生苑

Tel 06・6908・7770

ホームページアドレス
http://nishiurakai.jp/cyoseien/index.html



家族交流会を開催しました

十月十八日（土）、第四回目となる家族交流会を催しました。

今まではおやつ作りを主にしていたため、女性入所者様を中心にお声かけしていただきました。

今回は男性入所者様にも気軽に楽しんでもらえるものはないか？と考えサンドイッチ作りを実施しました。

息子さんや『お母さん、何の具材が食べたいですか？』と尋ねると『あんたが作ってるものならなんでも良いよ。』と返答されているのがとても微笑ましく親子関係の温かさが伝わってきました。

養士としましては少しでも多く食べて頂けた事に安心しました。

今回のような手作りおやつのを定期的に実施していければと思っています。

管理栄養士 長田 順子

『次回も楽しみです！』



『みんなで楽しくおやつです』



佐太天神宮を参拝しました

十月二十九日（水）小春日和、レクリエーション委員会では、入所者様六名を佐太天神宮参拝にお連れしました。

この神社は菅原道真公が左遷で太宰府へ流される途中、荘園であった当地に滞在されたとき、自作の木像や自画像を残されたました。

神社入口にて手を清めた後、色々な思いを込めて各自で参拝。境内を散歩がてら、日向ぼっこや談笑などを楽しみ、ゆったりとした時間を過ごしました。

『子供のころは神社でよく遊んだなあ』

『孫にお守りを買って帰ろう』など、お声をお聞きました。

最後に全員集合して記念撮影。皆様の笑顔がとても素敵な一日となりました。

支援相談員主任 岡崎 和子



『古くからの由緒あるたたずまいです』



『みんなで参拝。また来たいです』

犬と触れ合おう ドッグレク



十月二十五日（土）、第二回「犬と触れ合おう」と題してドッグレクリエーションを開催致しました。

前回行なった時には

『また、連れて来てなー！』

『今度はいつ来るの？』等

楽しみにして下さっていた入所者様の方々の声にお応えし、犬と触れ合うことが出来て嬉しく思いました。

当日は天気も良く暖かい日でした。

たくさん入所者様が三階屋外スペースに出て来られ、犬を抱かれたり、なでられたり、走り回る姿を微笑んで見ておられました。

一時間程のレクリエーションでしたが、皆さんに楽しんで頂きました。

入所者様の嬉しそうな笑顔を見ると私達職員も嬉しく思いました。また、次回の開催も検討したいと思います。

介護 滝田 京子



『またワンちゃんと遊びたい！』



『ちょっと触らせてー』

職員投稿・高知県沖の島釣り旅行

ゴルフ仲間四人でクラブを釣りに変えて往復950キロの釣り旅行でした。私にとって四十年ぶりの釣りです。

今回、介護の長谷川君の隠れた穴場（本来磯釣りを超有名な場所であった）で彼がいつも一人で毎年訪れている場所でした。深夜に車を飛ばして、朝一番の連絡船で島に到着してすぐに、港の防波堤で釣りを開始しました。狙いはアオリイカでした。私も手ほどきをつけて、釣り糸を垂らすと早速第1号のイカが釣れて大喜び。

これはと全員期待を膨らました後は続かず・・・

それから仕掛けを替えると色々な魚が釣れ始めました。岸壁から魚が群れをなしているのが見えます。

透明度が抜群で、観賞魚も釣れました。天候にも恵まれて本当にパラダイスな一日でした。夜は港の旅館でお酒を酌み交わし疲れを癒しました。

翌日は『祖谷の蔓橋』に立ち寄り、峡谷の川床で道の駅で買った『郷土の弁当』を食しました。そして、『平家の隠れ部落』近くの立ち寄り湯『天空の露天風呂』で汗を流して帰路に着きました。

事務 宮田 潔



『充実の釣り旅行でした！』



『念願の蔓橋（かずらばし）にて』