

# 長生苑ネットワーク



## 新施設長挨拶

平成二十七年四月一日より西川施設長の後任として『介護老人保健施設 長生苑』の施設長に就任いたしました。大塚眞一と申します。

就任にあたり平素よりご理解、ご協力を頂いておりまして、ご家族の皆さまにご挨拶申し上げます。

介護老人保健施設は『地域包括ケアシステム』の構築において、ますますその役割は重要度を増していると考えます。

施設長 大塚 眞一

『介護老人保健施設 長生苑』では、ご利用者さま、ご家族、地域のニーズをしっかりと把握し、それに応じた介護サービスの実践をモットーに職員一丸となり実践していく所存であります。

またご利用者さま、ご家族様をはじめとして、地域の皆さまにも信頼していただける施設を目指し、医療と介護を結び懸け橋として今一層の努力をしてみたいです。

施設長としての職務に全力をつくし邁進する覚悟です。ご協力頂いておりまして、ご家族の皆さまにおかれましては今後ともご指導・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

桜も満開となった四月四日(土)、恒例のお花見・お茶会を開催しました。

前日からの雨が続いており、せっかく咲き誇った桜が散ってしまうのではと心配していました。

しかし当日は絶好のお花見日和となり、満開の桜を楽しむことができました。

今年も御入所者様の体調変化などがないように、室内から窓の外の桜並木を楽しむお花見会とさせていただきます。

少しでも華やかなお花見の雰囲気を楽しんでいただけに、室内いっぱい桜の飾りつけをし、ご案内させていただきました。

『わあきれいなあ』と、皆様に喜んでいただき、私たちもうれしく思いました。

桜をバックに写真撮影をし、午前の部は終わります。



『桜も笑顔も満開です！』

介護 滝田 京子

午後からはお茶会を催しお抹茶と和菓子でおもてなしをさせていただきました。御入所者様と一緒に桜の歌を歌いながら春の一日の幸せな時間を過ごしました。

私はこの時期は毎日、犬の散歩をしながら自宅近所の桜を見て楽しんでいくのですが、やはり桜の季節が一番華やかで気持ちよく感じます。

四季折々の行事を催し、御入所者様にも楽しんでいただけるよう、これからも頑張っていきたいと思っております。



## 五月病にご注意を！



新年度を迎えて仕事や学校、転居などの影響で環境が変わられた方も多いのではないのでしょうか。

心機一転、最初は張り切っていたのにゴールデンウィーク明け頃からなんとなく気分が落ち込む、疲れ易い、仕事や勉強、家事などに集中できない・・・などといったスランプ状態に陥る場合があります。

これがいわゆる五月病です。

医学的な診断名としては『適応障害』あるいは『うつ病』となります。

主な症状としては、抑うつ・無気力・不安感・焦りなどがみられます。

対策としては日々の生活の中でストレスを溜めないように心掛けることが大切です。

友人や先輩などに話を聞いてもらうことや、食生活に気を配り栄養のバランスに注意することも有効です。

ただし、人によってストレスに対する耐性は違うので、



『造幣局の桜の通り抜けです』



ひとつの対策がみなさんに同じように有効とは限りません。

御自身に合ったストレス解消法を見つけていることが大切なので。

せっかくの楽しい毎日を憂鬱なものにしないよう、はつらつとした一日を過ごせるよう、改めてご用心ください。

看護 吉谷マスエ

## 『施設のおいしいメニュー』



『お花見当日の昼食です』



『お茶会のおやつです』



編集後記 新年度が始まりあわただしい日々を過ごしておられる方も多いのではないのでしょうか。たまには意識して息抜きの時間を持ってストレスを溜めないよう、体調にも注意しましょう！(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

「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。

以下の担当者までお気軽にお問い合わせ願います。

また、ホームページもリニューアル致しましたので、ぜひご参照願います。

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  
住岡・清水



新ホームページアドレス  
<http://www.cyoseien.jp>

四月よりデイケア副主任となりました清水と申します。今回は私の所属するデイケアについてお話しさせていただきます。

デイケアでは、御利用者様が楽しみながらリハビリに取り組む事が出来るように、日々のゲームレクリエーションを始めとして、生花やおやつ作りなど興味を持って取り組んでいただけるような数多くの取り組みを行っています。特に二ヶ月毎に実施しているカレンダー作りは、大変好評をいただいております。季節に合った素材を折り紙や切り紙で準備して下さるものご利用者様です。

『貼る』『折る』『書く』の三つの動作を取り入れながら、カラフルな折り紙などを使って作るカレンダーは、同じデザインでも利用者様それぞれ違った雰囲気仕上がり、完成した時の利用者様の笑顔は最高です。

また、リハビリテーションでは御利用者様お一人お一人を

## デイケア便り



『リハビリで  
元気な日常生活を！』



『カレンダー作りを  
みんなで楽しく！』

理学療法士や作業療法士が担当し、身体機能向上を目指して日常生活を支援するため、個別で利用者様にあったリハビリを行う時間を設けています。

これからも皆様の笑顔に会えるよう、職員一同心よりお待ちしておりますのでよろしくお願致します。

デイケア副主任 清水 庸子

私は介護職員として、施設に入所されている皆様へ、『その人らしい生活』をして頂きたいと常に思っています。

必要に迫られて介護を受けざるを得ない方が多いのですが、すべての面でそれを必要としているわけはありません。

介護をさせて頂く上での私の心構えとして

- ・出来る事を奪わない(個別ケア・残存能力の活用)
- ・後ろから急に声を掛けない
- ・目と目を合わせて話をする

これらは当たり前前のことですが日々業務や時間に追われ、出来ないこともあって悩んだりすることもありました。

しかしそうやって悩みながらも私は長生苑で沢山のことを御入所者様から学ばせて頂いたと思っています。

毎日の些細に思える事を大事にすることで、沢山の笑顔に出会うことが出来ました。

## 職員投稿『介護とわたし』



これからもお一人おひとりにふさわしい、『その人らしい生活』ができる様に介護面で援助していければと思います。

そのことを念頭に置き、常に身体上の援助をすることだけでなく、『コミュニケーションをはかり、興味や関心事を引き出し、それらを介護面で取り入れながら援助していきたいと思っています。』

今後も「ありがとう」の気持ちを持ちながら業務に取り組みしていきたいと思えます。

介護 稲田 宏美



## 全老健大会参加コンペ開催



三月二十七日(金)、全老健大会参加コンペを開催しました。

長生苑の各委員会が年間を通じた活動を振り返り、パワーポイントにまとめて成果発表を行いました。

各委員会ごと、新しい取り組みやアンケート実施結果の報告など、さまざまな切り口から発表を行いました。

その中から選考の上、今回は福祉用具委員会の発表が最優秀に選ばれました。

そして、今年度は神奈川にて開催される全老健全国大会に参加することとなりました。

参加までに今回の発表内容にさらに磨きをかけて、施設代表として大会参加の準備を進めていきます。

そして今年度を迎えた四月十日(金)には、新年度委員会メンバーによる活動テーマ発表会を開催しました。

各委員会によって新年度初めに活動テーマを決定します。そのテーマに基づいて、これから一年間を通して活動していきます。



『今回は福祉用具委員会が選ばれました』

委員会活動が職員の質を高め御利用者様に対してのより一層のサービス向上につながることを目指して、各委員会は今後も努力していきます。

事務副主任 南地 章久



## 八雲中学校吹奏楽部演奏会開催



三月二十五日(水)、守口市立八雲中学校の吹奏楽部の皆さんが来苑しました。一昨年の年末以来、再び演奏会を開催していただくことが出来ました。

来苑されたのは総数二十五名にもなる生徒様、先生方！

コンサート開催時間までのリハールから、いよいよ待ちに待った演奏会開催です。

会場を揺るがすような迫力ある生演奏に、職員の私たちも感動させていただきました。

生徒様も一曲ごとに説明を交えながら、私たちにもなじみのある曲や、御入所者様が好きな演歌などさまざま、演奏してもらえました。

御入所者様みなさま、曲が始まると同時に笑顔で口ずさんだり、手拍子をしたりと、とても楽しいひと時を過ごすことが出来ました。

熱の入ったアンコール演奏の後最後はお礼の気持ちを込めて、代表の御入所者様からお花のプレゼントをお送りさせていただきました。

そして会場を後にする皆さんを拍手でお見送りしました。



『入所者様からお礼の花束を』



『迫力の管楽器生演奏です！』

今後もこういったイベントを計画し、御入所者様にお喜びいただけるよう努力していきたいと思えます。

介護副主任 新立 薫