

菜の花だより

平成27年1月号

第59号

編集：ハビリス広報委員会

〒448-0003 愛知県刈谷市一ツ木町4丁目41番地4

医療法人豊田会
介護老人保健施設 ハビリス 一ツ木

TEL <0566> 29-3611
FAX <0566> 29-3621
E-mail: habirisu@dream.ocn.ne.jp
<http://www.toyota-kai.or.jp>

インフルエンザ

皆さんがこの号を読まれるのは平成27年になってからと思いますが、原稿を書いているのは平成26年の師走であります。全国的にインフルエンザが流行期に入っている状態です。人間のインフルエンザも困ったものですが、最近鳥インフルエンザに関して嫌なニュースが入ってきました。九州の出水は鍋鶴（ナベヅル）の飛来地として有名です。長年の保護活動の成果で数多くのナベヅルが越冬に飛来し、世界のナベヅルの約8割近くが集中していると聞きました。以前からこのような密集した中でインフルエンザが発生、蔓延すると種の絶滅につながりかねないと危惧されていたのですが、ついにインフルエンザ陽性の死骸が見つかったとの報道があり、心配な限りであります。数年前からすでに集団を分散すべく他地域への誘導が始まっているようですが、効果のほどは未だ耳にしておりません。

さて、私どもの老健施設も集団生活であり一度インフルエンザが入り込むと、集団感染となり、体力の落ちているご老人は重篤化しやすいものです。職員はもとより、ご面会に来られるご家族など外部からの持ち込みが無いよう十分な注意が必要です。手洗い、うがいなど予防策の励行と、感染が疑われる場合には施設内への立ち入りを中止していただくことが肝要であります。

鳥も人間も、インフルエンザにかからず平穏な日々を送れることを念じております。



施設長 松本修一

この秋も遠足や運動会などのレクリエーションで皆さまからたくさんの笑顔をいただきました!

1-2F ハビリンピック



10月6日～17日に毎年恒例のハビリンピック「風船バレー大会」が開催されました。大きな風船を落とさないように相手のコートに返すゲームです。今年もフロアごとに色の違うハチマキをしめ、試合に挑みました。風船を落とさないようラリーを続け、点数が入ると「やったー!」とみんなで大喜びし、点数を取られると「悔しいー」と落胆の表情となり、チームで一喜一憂していました。

決勝戦はトーナメントで勝ち残った1棟デイvs 1棟4階でした。両チームともに優勝を目指して、応援の利用者さまと職員、また、選手となった利用者さまが一丸となって試合を楽しんでいました。結果は1棟デイが優勝しました。利用者さまからも「楽しかった」「またやりたい」との声も多く聞くことができました。また、フロア対抗で行う事で、普段のレクリエーションとは違い、対抗心が芽生え、フロアが一致団結する機会となりました。

今後も皆さまに楽しんでいただける企画を考えていきたいと思ひます。

1棟2階 早川 恵美

1-3F 秋の遠足



10月9日・16日・23日の3日間に分かれて、刈谷ハイウェイオアシスに行ってきました。

一番の楽しみは観覧車! はじめての方もいて、一番高いところまで登ると刈谷の町が一望でき、「こんなに高いのね」「すごいわね～」と感動する方、あまりの高さ

におっかなびっくりする方など、反応は様々でしたが良い思い出となりました。

今回は、14名のご家族が参加され、「家族で楽しむことができました。」「他の利用者のご家族と交流できてよかった。」「職員の方と色々な話ができてよかった。」「外に出る機会ができてよかった。」など、喜んでいただくことができました。

普段施設では見られないすてきな笑顔がたくさん見ることができ、うれしく感じました。今後もこの笑顔をもっともっと増やしていきたいと思ひました。

1棟3階 浅岡 美帆

1-4F

寿司ツアー



入所されている利用者さまを対象に、レクリエーション委員会が企画した寿司ツアーを実施しました。

希望者を各フロアから募り9月から10月にかけて4日間に分けて近所の『回転寿司 かいおう』へ出掛けました。

外出の機会が少ない利用者の皆さまは、施設外での食事を楽しみにされており、ハビリスでは食べられない生のお寿司や温かい茶碗蒸し・デザートをお好みで注文し、おなかいっぱい召し上がられました。

「いつもよりたくさん食べちゃった。」や「また連れてきてね。」など笑顔で会話も弾み、楽しんでいただくことができました。

これからも多くの利用者さまが参加できて、ご希望に添えるような楽しいレクリエーションを企画していきたいと思ひます。

1棟4階 加茂 貴美恵

デイケア 敬老会

毎年恒例となっている敬老会では、今年もちびっこランドかりがね園とかりがね保育園の子供たちが、たくさんの歌や踊りを披露しに来てくれました。お遊戯に合わせて一緒に歌を口ずさんだり、踊りに合わせて手を動かしたり、子供たちと一体になって楽しむ利用者さまの姿が見られました。子供たちが元気いっぱい歌って踊る姿に、利用者の方々も職員も自然と笑顔になり、とても楽しいひと時が過ごせました。

敬老会の最後には、こちらも恒例となっているプレゼント交換を行いました。日ごろのレクリエーションで作成したプレゼントを直接子供たちに渡し、目の前で子供たちが喜ぶ姿を見て、中には涙ぐんでしまう方もみえました。たくさんの子供たちと触れ合い、貴重な時間を過ごせたレクリエーションになったと思ひます。

デイケア 後藤 菜穂



2-2F 合同大運動会

10月14日に秋の合同大運動会と称して、1棟2階と2棟2階の合同で運動会を行いました。体育の日の翌日だったこともあって、利用者さまの中には「運動会の季節がきているね」との会話もあり季節の行事を



感じてもらえたと思ひます。また、普段各々のペースでゆったりと過ごしている方には、他フロアの方との交流で刺激を受けたり、他利用者と協力して同じ目標で競技を行う意欲を引き出した行事だったと思ひます。障害物リレーでは、利用者さまが真剣な表情で協力し合う姿を見て、応援意欲に火をつけられている自分もいました。実際に片栗粉の中のマシュマロを探す様子は世代など感じさせない運動会の楽しさを見ることができました。

まだまだ職員の反省点がある中で、利用者さまから「来年もやってほしい」とのお言葉をいただき、今回の反省点を活かして来年はもっと楽しんでいただきたい、楽しみたいという気持ちになりました。いくつになっても楽しい行事は忘れられない物にしたいです。

2棟2階 辻花 香織

敬老インタビュー

米寿を超えて尚、ますますお元気なお二人に突撃インタビューをしました！

酒井 清之進様



インタビュー

酒井 清之進様 (大正14年12月14日生まれ 89歳)

Q1:長生きの秘訣は何ですか？

「のんびりやればいい」

Q2:今の楽しみは何ですか？

「のんびり暮らすこと」

Q3:健康食は何ですか？

「何でも食べた」

Q4:若いころのことを聞かせてください。

「若いころは何でもやりたいことをやっていた。特にスポーツだな。野球、ゲートボール、ボーリング。織機に勤めとった。よう仕事したよ。あっという間だったなあ。」

スタッフから

毛糸の帽子がトレードマークの酒井様。お若いころはスポーツ万能だったようですね。「のんびり」という言葉がインタビューの中で何度も出てきました。穏やかな酒井様のお人柄そのものです。周囲を和やかな雰囲気にしてくださる笑顔は、お世話をさせていただく私たちにとっても癒しとなっています。これからも末永くハビリスをご利用ください。お待ちしております。

早川 秋子様 (大正14年11月3日生まれ 89歳)

Q1:長生きの秘訣は何ですか？

「くよくよしないこと、人のせいにしないこと、早寝早起き」

「自分のことを、自分で出来ることを喜ぶこと。」

Q2:今の楽しみは何ですか？

「ミシンを使って作品を作り出すこと。友達が寄ってきてくれることが嬉しい。」

Q3:健康食は何ですか？(好きな食べ物、よく食べる物)

「作ってもらったものを食べるだけ。何でも喜んで食べている。」

Q4:最後にひとこと

「病気になって12年、最初の2～3年は自分の我がが出て辛かったけれど、自分のしてきたことを振り返るようになって有り難いと思えるようになった。病気をしたおかげで今の自分が保てるようになった。少しは成長したのだと思った。」

スタッフから

早川様は、持ち前の明るさと前向きなお人柄で周りの方々を元気にして下さいます。以前からハーモニカレクに参加され、夏祭りなどで演奏を披露されていました。

ご自宅では片手でミシンを操り、工夫を凝らした手提げ袋をたくさん作って皆さんに配っておられます。今後も末長くご利用下さいね。



早川 秋子様

インタビュー



健康だより



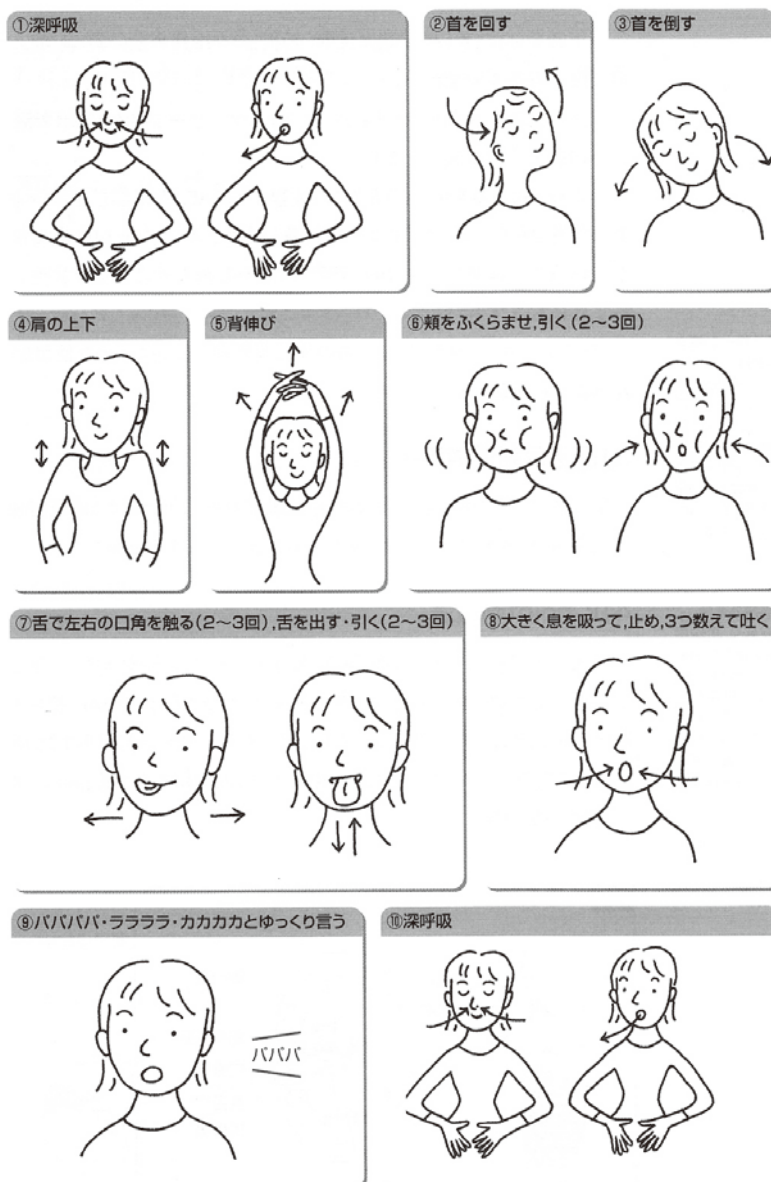
2015年1月発行

嚥下体操のおすすめ

食べるという行為は、人間にとって基本的な欲求の一つです。しかし、一歩間違えば肺炎など命への危険もあります。そのため、食べることの安全性については十分な配慮が必要となります。

加齢に伴い筋力が低下すると同時に、食べるために必要な筋力も衰えてきます。そのため、高齢者による誤嚥性肺炎の発症が増えてきています。

筋力低下を遅らせるための一つの手段として、首や口の体操が効果的です。体操をすることで筋肉の緊張を和らげ、スムーズな嚥下につながります。また、体操を続けることが、誤嚥性肺炎の予防にもつながってきます。ぜひ、ご自宅で行ってみてください。



シリーズ 開設15周年を迎えて ～ベテランスタッフより～



早いもので、ハビリスに入職して今年で15年を迎えることが出来ました。今回、この原稿の依頼を受けて頭に浮かんだのは、15年前、入職して半年ほど経った頃に病院便りの原稿を書いたことです。その内容は「私たちは利用者さまのお世話をしているのではなく、利用者さまからいろいろなことを学ばせていただいている」というものでした。この半年間で何人かの利用者さまを看取らせていただき、その経験を通して感じた事が15年前に感じていた

たことと同じであることに自分の介護の原点を見た気がします。

利用者さまが「看取り」という人生最後の時間に、身を呈して私たちの成長の糧になって下さっていることを実感し、感謝して業務に当たっている毎日です。

このような貴重な経験の場を与えていただいている恩返しとして、よりいっそう知識や技術を磨いて、ご利用者とご家族の皆さまに「ハビリスを選んでよかった」と思ってもらえるような施設作りやスタッフ育成のお役に立ちたいと思います。

1棟4階 三丁目 智子

介護予防教室 「知って得するオムツの話」

11月15日にハビリスにて外部講師「医療福祉環境アドバイザー 佐藤奈緒美氏」をお招きし、本年度3回目となる家族介護予防教室を開催しました。「知って得するオムツの話」と題し、オムツの選び方、使用方法等について体験学習を交えながら分かりやすく講義して頂きました。介護に身近なオムツの話ということで、皆さま熱心に聞いておられ、講義後には、「分かりやすく勉強になりました」「家で早速実践してみます」等のお声を聞くことができました。次回は「介護食」をテーマに企画しています。今後もたくさんの方のご参加をお待ちしております。

2棟2階 兵藤 秀人



編集 後記

あけましておめでとうございます。昨年は噴火、地震と地殻の変動が顕著になった年でした。一方介護業界でも来る4月に介護保険制度の改正を控え大きな変動が予想されますが、皆さまとともに乗り越えていければと思います。本年もよろしくお願いたします。

広報委員会

お問い合わせ



医療法人豊田会 介護老人保健施設

ハビリス 一ツ木

〒448-0003

愛知県刈谷市一ツ木町4丁目41番地4

TEL.0566-29-3611

FAX.0566-29-3621

<http://www.toyota-kai.or.jp>