

しおかぜだより

第13号

医療法人 同愛会

介護老人保健施設 やわらぎ

〒683-0801



米子市新開4-11-13

TEL 0859-31-1000

梅雨の長雨がちかい今日この頃、みなさま、いかがお過ごしでしょうか？
今号では、お花見ドライブ・遠足・交流会・プリの解体ショー・バレンタインデー&ホワイトデーおやつ作り・どんぶりバイキングなどについてお伝えします。

お花見ドライブ

4月2日から9日にわたり、お花見ドライブを行いました。

ご利用者さまのご希望により、行き先はお台場公園・法勝寺川周辺など。天候に恵まれ絶好のドライブ日和。

穏やかな空気の中、満開に咲き乱れる桜に、「きれいかわ!」「わー!満開だねー!」など歓喜の声とあられる笑顔。楽しい時間もあっという間。帰りの車中では、名残惜しむ会話が・・・

毎年、同じ場所でも飽きないのがお花見なんですね・・・。



遠足

5月20日・28日・6月1日に花回廊に遠足に出掛けました。天候にも恵まれ、楽しい遠足となりました。

色とりどりのバラがたくさん咲いていました。ここにも笑顔！あちらにも笑顔！



交流会

3月9日に福米西小学校福祉委員会のみなさんとの交流会が3階デイルームにて行われました。

生徒さんのリコーダー・ハンドベル演奏に耳を傾け、あやとり・折り紙遊びなど童心にかえり楽しい時間を過ごしました。

なかには嬉しくて楽しくて涙されるかたも。



ブリの解体ショー

3月15日に、1階食堂にて、ブリの解体ショーが行われました。

職員・栄養士の説明を聞きながら、ブリが解体される様子をまじまじと見学されました。

同時にブリの絵コンテストを開催し、立派なブリの絵がたくさん出来上がり、掲示板にぎあわせました。



バレンタインデー&ホワイトデーおやつ作り

2月8日にバレンタインデークッキー作り、3月4日にホワイトデーマシュマロサンド作りが、1階食堂にて行なわれました。

クッキー作りでは、お気に入りの男性職員へ、マシュマロサンド作りでは女性へ、それぞれの想いを込めて、笑顔でおやつ作りを行いました。

なかには、調理途中に材料をつまみ食いする方も。想いの込められた、甘いおやつができました。



どんぶりバイキング

4月26日に「どんぶりバイキング」が1階食堂にて行なわれました。

トレーに箸と小鉢を手に取り、海鮮丼・親子丼・牛丼の中から好きな丼を選びます。具の大盛注文あり！

フルーツポンチと味噌汁は自身でよそっていただきました。



リハビリ室より



今回のテーマは、床ずれです。床ずれは、ベットや車椅子上で自由に身動きとることが出来ない人なら誰でもなってしまう可能性があります。（必要以上に安静にしている人ももちろんです。）悪化してしまうと、ひどい場合は生命の危機に関わることもありますので、予防策をとることが大事になってきます。

早期段階といえる、皮膚が赤くなったり色が変わっている変化をこまめにチェックしましょう。皮膚の色の変改している部分があれば、体の重みで圧迫されないように、クッションや座布団などを使って、体の位置や向きを変えます。一般的には2時間毎にと言われていますが、可能であればもっと頻繁に変えてあげましょう。他にも皮膚を清潔に乾いた状態に保つことや、栄養状態を良好に保つことなど大切なことはありますが、リハビリ室では、床ずれが悪化しないように、どのような向きで姿勢を変えたらよいかという相談も受けていますので、どうしたら良いかな？と思われた方は声をかけてください。



新人紹介



4月からの新メンバーです！ よろしくお祈りします！

- ① 部署
- ② 趣味
- ③ 一言



瀬川友紀

- ① リハビリテーション部理学療法士
- ② バドミントン・ドライブに行く事。
- ③ 仕事とお名前を速く覚え、頑張りたいと思います。ご迷惑をおかけすると思いますが、よろしくお願いします。



天野明美

- ① デイケア看護部
- ② ファンタジーな世界に身を置き、日常生活をリフレッシュさせる事。
- ③ 「一期一会」！ 毎日ご利用者様、スタッフの皆様から宝物を頂いています。「生活リハビリ」の視点を持った看護ケアを実践を学びたいと思っています。「何故」「根拠は？」疑問を楽しみながら探求するNsを目指します。



佐伯瑞紀

- ① 入所介護部
- ② 買い物・映画鑑賞
- ③ 4月から入所で働かせて頂く事になりました。働いてからも勉強する姿勢は忘れず沢山の事を吸収して成長していきたいと思っています。これからよろしくお願いします。



楯奈都美

- ① 入所介護部
- ② ドライブ・散歩
- ③ 4月から入所で働かせていただく事になりました、わからない事だらけですが、笑顔で頑張りますのでよろしくお願いします。

栄養士より



今年度より給食係が発足しました！介護福祉士を中心に、作業療法士、管理栄養士と連携をとりながら利用されている方の楽しみになるような食事づくりを行っていきます。4月には給食係で企画した「バイキング食」を行い、手先の器用な給食係メンバーによる「手書きのお品書き」や「味処やわらぎ」の看板も誕生しました。6月には、揚げたての天ぷらをお好きな種類選んでいただける、天ぷら実演会も予定しています。

「食べたいな」という意欲には食事の雰囲気がとても大切です。1人で食べるよりも気心の知れた仲間と一緒に食べた方が食事が進みますよね。また、食事の場所や雰囲気も食欲に関わってきます。

これは私の話ですが、いつもと違った雰囲気や場所で食べると美味しく感じてつい食べ過ぎてしまいます。バイキング食を行って感じたことが、食事を少し工夫するだけで、みなさん表情が楽しそうで、いつもよりも大分多めの食事でも食べることができるようになるということです。高齢になると、一般に食が細く偏食にもなりがちで、私もどうしたら召し上がっていただけるかが悩みでした。「食べてください。これは体にいいんですよ。」と、お伝えすることでは、本当に食欲が無い方には食べる意欲につながりませんでした。

今年度は、こうした楽しい雰囲気づくりで、食事を召し上がっていただけるよう、取り組んでいきたいと思っています。

行事予定



- 6月 15日 初夏のミックスダンス大会
- 16日 いきいきサロン
- 20日 選択食の日
- 21日 介護教室
- 22日 手作りおやつ
- 24日 洋風喫茶
- 30日 防災訓練
- 7月 8日 七夕交流会
- 16日 和風喫茶
- 24日 納涼祭
- 26日 手作りおやつ
- 8月 3日 洋風喫茶

編集後記



「目に青葉」と、言いますが、国道431号のケアキ通りの新緑のカーテンが、私たちの心もほっと和ませてくれますよね。

これからは、梅雨の時期になりますが、しとしとと降る雨の音も、なんとなく安らぎを感じさせてくれます。

四季の移り変わりを楽しむゆとりを生活の中にもってきたいものです。

