



しおかせだより



～納涼祭を行いました～



こんにちは。連日「猛暑日」が続いていますが、皆様体調は崩されていませんか？ 皆さんと一緒に元気に夏を乗りきりたいものです。

さて、7月22日(土)やわらぎ恒例、納涼祭を開催致しました。

開催時刻が近づいてくると、館内にはお囃子の華やかなBGMが流れ、お祭り気分も最高潮、司会の職員2名が浴衣姿で登場。

「綺麗～」「似合ってるよ～」と歓声があがり、職員たちも照れ笑い。

皆さん喜んでくださって、やっぱりお祭りに浴衣はいいものです。

今年も利用者様によるスイカ割りで開会を宣言。なかなか上手に割れなかったので、ボランティアの方が飛び入りしてくださり一緒に棒を振りおろし、見事に真っ二つ！祭りがスタートしました。

今年も手作り感満載の納涼祭ということで、職員出し物による「二人羽織」を行いました。

4チームに分かれ、悪戦苦闘しながら、お化粧をしたりアイスを食べたりする姿に会場は爆笑の渦となりました。皆さんが喜んでくれた笑顔に出場した職員も大変満足していました。



縁日のコーナーでは射的や魚釣りがあり、豪華景品も用意しました。「おー！やったー！」と大きな声が会場に響き、大変盛り上がっていました。

屋台ではたこ焼きや焼きそば、スイカ等夏祭りならではの食事を用意し、たくさんのボランティアの方々が元気に対応してくださいました。

カラオケ大会では、この日の為に練習してきた歌を披露される方や、職員と利用者様の息の合ったデュエットを披露し盛り上げて下さいました。

最後は職員の生歌に合わせて、やわらぎ音頭を踊り祭りを締めくくりました。

今年も参加して下さいましたご家族をはじめ、地域の方々、学生さんなど多くの方々がおこしく下さり、素敵な夏のひと時を過ごすことが出来ました。本当にありがとうございました。



～やわらぎでの日常～

5月9日 デイケアにて
おやつに柏餅を作りました。

形もきれいでとって
も美味しそうです♪



早く食べたいわ～



6月5日 入所にて
実習生によるレクリエーションに参加しました。
実習生にも負けないパワーでゲームを楽しめました。

チームで作戦会議中
です・・・



6月23日 入所にて
買物ツアーに出掛けました。

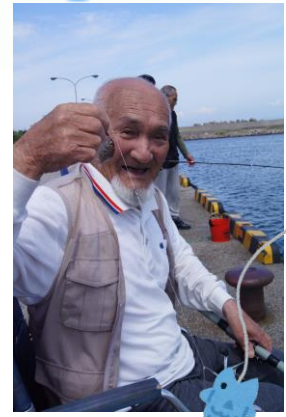


どれにしよう
かな～♪



可愛いのが連れてたぞ〜！！

6月26日 デイケアにて
皆生の海で魚釣りをしました。
風が強かったですがたくさん釣れました。



6月27日
施設全体で防災訓練を行いました。



7月7日 福米保育園と七夕交流会を行いました。
園児達と一緒に手遊びや笹に飾りつけを行い、皆さん笑顔が絶えませんでした♪



可愛いなあ〜

7月12日
救急の勉強会を行いました。

看護師の指導のもと
毎年行っています。





鶴原施設長のお役立ち情報第8回

～看取りの文化について～

近年高齢者施設(老人保健施設、有料老人ホーム、特別養護老人ホーム)での看取り介護、看取りケアという言葉がよく聞かれるようになりました。2006年の介護報酬改定で[看取り介護加算]の項目が創設され、また2015年の介護報酬改定においても、政府は看取り期における対応の充実を項目として盛り込んでいます。一方で、今の日本では多くの人(6割近く)が自宅で最期の時を迎えることを望みつつもそれが実現できていないという状況です。

昭和26年の段階では8割強(82.5%)の人が自宅で最期を迎えていましたが、昭和50年には半分以下(47.7%)となり、平成12年以降は病院で最期を迎える人が80%を超え、最近では家で最期を迎える人は10%程度になっています。こうした傾向は医療の発達と核家族化の進行が大きく関係していると推測されています。

日本には、古くから看取りを示す「取り見る」という単語があり、北里大学名誉教授の新村拓先生は、万葉集に出てくる、山上憶良の「家にいて母が取り見ば慰むる、」等の短歌を示しています。また、律令性のもとでは老人にはその子孫や近親者の血縁者が看護人(待丁)となることが定められ、看護人となった者には減免措置等がされていたそうです。

日本における終末期の看取りは、往生思想による臨終所作として宗教的な領域で長く伝えられてきましたが、明治期を経て、看取りは家族の問題となり、国策として女子教育の「家政」の中で位置づけられ、家政学の教科書には、看取りの作法以外に遺体の初歩扱いまで記載されています。昭和中期までは嫁や妻が専従で看取りをする文化でした。しかし死の医療化とともに、医療機関での死亡率が高まり、看取りを迎える文化は家や地域社会から廃れてしまっています。

かつて日本にあった看取り文化は、今後多死の時代を迎えるにあたって改めて再生しなければならない文化であると提言されています。この新たな看取り文化は医療資源が乏しく介護制度が確立していなかった古い看取り文化とは異なるものです。医療と介護の連携が叫ばれている今日、地域包括ケアシステムの中で家族介護者が身に着けていく新たな看取り文化の再生が期待されています。



～やわらぎ小さな音楽会～

6月6日に米子北斗中学校・高等学校合唱部の皆さんをお招きしてやわらぎ「小さな音楽会」を開催いたしました。

当日は、中学1年生から高校3年生まで20数名の皆さんが素晴らしい歌声を披露してくださいました。

なじみの童謡から昔懐かしの名曲、最近流行りのポップスまでと、幅広いジャンルを聴かせてくださいました。歌の途中、ご利用者さんの輪の中に入って、一緒に歌われたり、手をつながれたりと楽しい演出もありました。

高音から低音のコーラスがバランス良く重なり、とても聴きごたえのある音色と温かみを感じるステージは、清々しい聞きごたえのあるコンサートとなりました。米子北斗中学校・高等学校合唱部の皆さん素晴らしい合唱をありがとうございました。



医療法人同愛会

はあとふる・ねっとわーく

●介護老人保健施設やわらぎ

TEL (0859) 31-1000

FAX (0859) 31-1003

●デイケアやわらぎ

TEL (0859) 31-0150

●ヘルパーステーションやわらぎ

TEL (0859) 31-1025

●サービスプランやわらぎ

TEL (0859) 31-1002

1日おためし体験についてのお知らせ

デイケアやわらぎでは毎週月曜日から金曜日（祝祭日除く）の9:30～15:30迄の時間でおためし体験を受け付けております。

対象者：要支援・要介護認定を受けられた方

内容：健康チェック・レクリエーション
グループ活動（体操・脳活性・工作）

【見学】入浴・個別リハビリ。施設内案内

費用：昼食（おやつ代込み）600円

ご家族同伴・送迎（車椅子でも可）も承っておりますので気軽にお申し込みください。

問い合わせ（担当：判田）

～ヘルパーだより～

今回は栄養成分が豊富な健康野菜、「トマト」についてご紹介します。
年中売り場で見られるトマトですが、露地物の旬は、6月～9月です。日光を浴びて糖度も栄養価も高くなります。



老化やがんを予防する抗酸化物質に注目

トマトにはさまざまな栄養がいっぱいです！

- ・美容効果や風邪予防に役立つビタミンC
- ・老化を抑制するビタミンE
- ・塩分の排出を助けるカリウム
- ・腸内環境を整える食物繊維

これらをバランスよく含んでいます。

更に今特に注目されているのが、老化やがんを予防する抗酸化作用を持つカロテノイドの仲間であるリコピンやβ-カロテン。中でもリコピンは強力で、β-カロテンの2倍ビタミンEの100倍とも言われています。



リコピンを上手に摂るには・・・

生のトマトより加工品や熱を加える方が2～3倍吸収性が高まります。

効果的かつ十分に摂るには、生のトマトだけに頼らず、加工品を利用するのが賢い方法と言えそうですね。夏バテ対策にトマトを食べてみてはいかがでしょうか？

今後の行事予定

| | |
|---------|-----------|
| 8月25日 | アイスクリーム喫茶 |
| 9月16日 | 敬老会 |
| 10月上旬予定 | 魚釣り |
| 10月中旬予定 | 運動会 |



編集後記

前回のしおかぜだより発刊号数に誤りがありました。訂正しお詫び申し上げます。

暑い夏、皆様体調を崩されてはいませんか？
脱水や熱中症などには十分注意してお過ごし下さい。

しおかぜだより 42号 (2017年 夏号)

2017.8月発刊

医療法人同愛会

介護老人保健施設やわらぎ

〒683-0801 鳥取県米子市新開 4-11-13

TEL (0859)31-1000

FAX (0859)31-1003

H P <http://www.douaikai.net/>

E-mail yawaragi@douaikai.net

以下の QR コードから携帯でもご覧頂けます。



【初回発刊日】1996年8月