

特別養護老人ホーム 有度の里

2ヶ月間の

いつも元気な笑顔の絵日記



有度の里 大運動会



輪っか送り



11月16日恒例の『秋の大運動会』が行われました。当日、外は雨も降っていて、室内も少し肌寒い陽気ではありましたが、利用者様の移動も終わり、開会式が始まる頃には天気も良くなり、晴れ晴れとした気持ちで競技を開始しました。

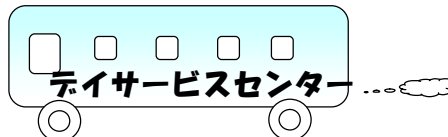
一番初めに行った「輪っか送り」では、皆さん一致団結して楽しく行う事ができました。続いての借り物競争では、代表の方が仲間の期待を一身に受けて頑張ってくれました。応援合戦では、赤組も白組もとても元気よく声が出ていました。

おやつでは、「パン食い競争で競い合って取ったパンを食べました。普通に食べるのとは違い、格別においしかったと思います。

利用者様、一人一人が協力し合って行った運動会は、皆さんにとっていい思い出となったと思います。

ユニットケア特別養護老人ホーム 雅笑

11月28日に日本平に紅葉見学に行ってきました。11月にしては暖かい日で絶好の見学日よりでした。天気もよく富士山も綺麗に見えてみなさん大変喜んでいらっしゃいました。今回、雅笑の方たちは、初めての外出とあって緊張していましたが、紅葉と富士山ですっかりリラックスして楽しんでいました。これからも、出かける機会を増やしていきたいです。



10月から11月にかけて 有度第一小学校、袖師中学校、また清水国際高校の生徒さん、そして「3B体操」指導の先生に来て頂きました。リコーダーの演奏、トランペットの演奏には大きな拍手をされたり感激に涙を流されていらっしゃいました。折り紙では輪になり笑顔でいっぱいになり、3B体操では楽しく身体を動かしました。慰問のたびに利用者さんひとりひとりが目を輝かせています。地域の皆様から沢山の元気を頂きありがとうございます。



☆健康一口メモ☆ ~これだけは心掛けたい！インフルエンザ

～インフルエンザとは～

インフルエンザは、すでにインフルエンザにかかった人の咳やくしゃみなどで、ウイルスが空気中に広がり、それを吸い込むことで感染します。

～症状とは～

- ①突然の高熱(38～40度)
- ②頭痛・関節痛・筋肉痛
- ③のどの痛み・咳・鼻水

上記の症状が普通の風邪に比べ、強くあらわれます。
☆流行期＝12月上旬～3月上旬
成人であれば一週間ほどで治癒に向かいますが、インフルエンザウイルスは、熱が下がっても体内に残っているため、他人にうつす恐れがあります。一週間は安静にしておくことが大切です。

～インフルエンザの予防～

- 〈予防のポイント〉
- ①十分な栄養や休息をとる
 - ②室内を温かくし、加湿器など利用
 - ③人込みは避ける
 - ④外出時には、マスクを着用
 - ⑤帰宅時には、うがい・手洗いを!

有度地域包括支援センター

～ほじょ犬って知っていますか？～

ほじょ犬(身体障害者補助犬)は、目や耳、手足が自由な人のお手伝いをする「盲導犬」「介助犬」「聴導犬」のことです。

日本では、まだ理解が十分ではなく、レストランなどで、ほじょ犬同伴での入店を断られる、ということもしばしばありました。

そこで、H14年10月1日に施行されたのが、「身体障害者補助犬法」。公共の施設や交通機関にほじょ犬を同伴することができるようにするための法律です。さらに、H15年10月1日からはデパートや飲食店などの一般的な施設にも、ほじょ犬を同伴する事ができるようになりました。

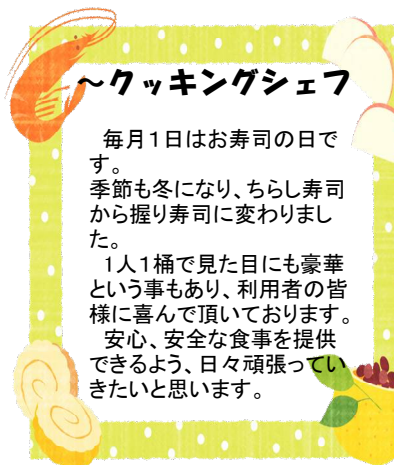
少しずつ活躍の場をひろげているほじょ犬のこと、もっとほじょ犬が自由に街へ出て行けるよう、みなさんも応援してください。

指定居宅介護支援センター ケアマネより一言～

年末に向けて、急ぎ退院され、在宅に戻られる方が増えています。現実には、施設入所・療養型の病院を希望される方が大半ではありますが、経済的事情や施設・病院側の受け入れの問題で在宅生活とならざるを得ない状況があります。

私達ケアマネは、ここで在宅生活をサポートする担い手になるわけです。病院側との連携を取り、アセスメントを充分し、家族や御本人が安心して在宅生活が送れるよう、あらゆる方法の提案をし、サービス導入のお手伝いもしていきます。さて、物理的にはたいして必要な準備はケアマネであれば、すぐにできます・・・が、それでは決してサポート・ケアにはなりません。

「ケアには万人に共通する答えはない。在宅ケアの醍醐味は、今、自宅で生活している方に対して、その方に合わせたケアを考え、実行する事です。在宅ケアの担い手は、生活のにおいを感じる感覚が必要だと思います」～訪問歯科五島朋幸様のコメント～
“生活のにおいを感じるケアマネ”になりたいと思っています。



～クッキングシェフ

毎月1日はお寿司の日です。季節も冬になり、ちらし寿司から握り寿司に変わりました。

1人1桶で見た目にも豪華という事もあり、利用者の皆様に喜んで頂いております。安心、安全な食事を提供できるよう、日々頑張っています。

～訪問介護スタッフよりひとこと

☆笑顔が見たくて☆

在宅ヘルパーをしていて、よかつたなあと思う瞬間は、やはり行く先々の利用者さんの笑顔です。

体調が思わしくなかったり、御自分が長年やってきた事が思うように行かなかつたりすると、「どうしてこうなつちやつたんだろう」と訴えます。

回りが危ないからと一つ一つ取り上げてしまう現実！どんなに心が泣いていることでしょう。そういう点をいち早く察知して、おいしいものを作って食べて頂き、マイナス面を満腹感で忘れて頂き、気分転換、それにとまなう話題を提供して、笑顔を取り戻していただきます。