

# うぐいすの声

通巻109号

2014

3



## — 基本理念 —

私たちは、人道・公平・奉仕の赤十字精神に則り、  
利用者の人権と福祉を守ることを第一に、  
安心で安全な施設づくりを目指します。

## Topics

スライドボードの活用！  
お元気教室開校

今年もよろしくお祈りします!  
新年会 1月6日(月)

今年もよろしくお祈りします



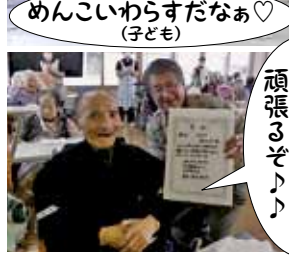
食堂で新年会を開催。新年会は毎年恒例の職員(各部門ごと)の余興にて幕が開きました。昨年の流行にちなんだものが多く、潮騒のメモリー、某ご当地キャラ(非公認)○○っしーを

はじめ、デイサービス職員も飛び入り参加して盛大に行われました。「楽しかった。」「またやってもらいたい。」「おべだ人たちが楽しかった。」などの声が聞かれました。

お膳のついでには雲丹!?

じぇじぇ!!?

ぺったん♪ぺったん♪  
もちつき・忘年会 12月27日(金)



最初はうたた寝していた利用者の方も、餅の「ペタン、ペタン」の音で目を覚まし、釘付けになっていました。「よいしょ、よいしょ」の掛け声に手拍子も加わり、賑やかな餅つきとなりました。

忘年会では、中川アイ子社中の余興もあり、おおいに盛り上がりました。食事に手を付けず、見入る方や涙ぐむ利用者の方もいました。また、いつもは腰痛があり、長時間座ってられない方も「最後まで見たい」と言ったり、日ごろ食事ほとんど食べない方も、ほとんど食べたりと、利用者の皆さんも良い刺激となりました。

懐かしいなあ～白と杵!!

めんこいわらすだなあ♡(子ども)

来年も相撲屋取り大会頑張るぞ!!

楽しいひと時  
～地元老人クラブとの交流～ 2月28日(金)



食堂つぐいすにて榊地区老人クラブとの交流会が行われました。当日は、老人クラブの方9名が来園して下さり、利用者16名と交流を行いました。「ココロからダンス」というDVDを見ながら、「ぞうさん」、「春(ヴィヴァルディ)」の曲に合わせて、体操を行いました。

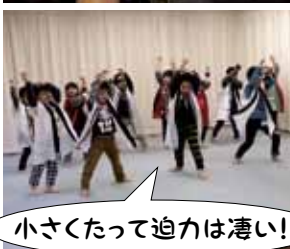
チーム対抗のレクリエーションでは4つのチームに分かれ、ストレッチボールというゲームを行い、大盛り上がりでした。あつという間で、楽しいひと時を過ごすことが出来ました。

どお?? 結果は?

体操も結構難しいなあ～

一番点数が高いのは??

保育園児とのふれあい♡ 1月16日(木)



御所保育園の5歳児11名が来園し、可愛らしい歌と、お遊戯を披露しました。御所保育園の園児の皆さんは、白と赤の衣装を着てステージいっぱい「よさこいソラン」を披露。また、「パンパンパンやさん」でお買い物、「やきもちグーチャーパー」という手あそびも利用者の皆

さんと一緒に行いました。小さな手で握手をしてもらったり、最後に手作りの折り紙のプレゼントを手渡ししてもらいました。小さな園児たちの訪問に、皆さん楽しいひと時を過ごすことができました。

おばあちゃんのチョコキ...??

ひ孫を思い出して涙が...(;。.;)

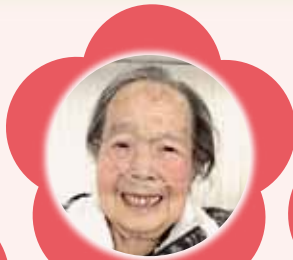
小さくたって迫力は凄!!

# 1月、2月、3月生まれの誕生者紹介コーナー

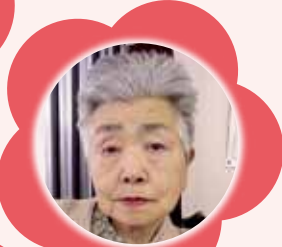
おめでとうございます。これからもお元気で(●^o^●)

HAPPY BIRTHDAY

1月  
生まれ



伊藤 ナヨさん  
[大正4年1月27日 99歳]



米澤 トミノさん  
[昭和8年1月1日 81歳]



村上 ツヤさん  
[昭和3年2月10日 86歳]

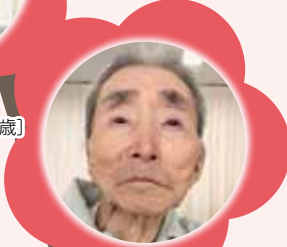
2月  
生まれ



柳屋 武雄さん  
[昭和8年1月9日 81歳]



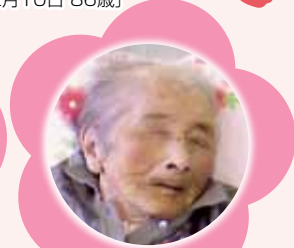
藤原 ツナさん  
[大正5年1月18日 98歳]



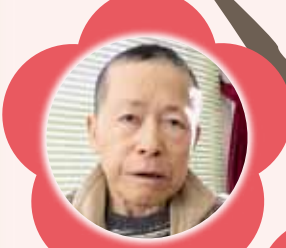
松本 正一さん  
[昭和3年1月23日 86歳]



宮下 友子さん  
[大正11年2月18日 92歳]



佐々木 サチヨさん  
[大正4年2月10日 99歳]



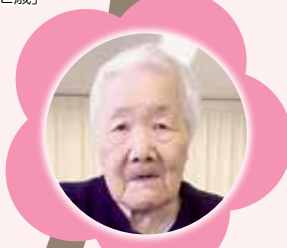
舛沢 吉男さん  
[昭和4年1月5日 85歳]



黒瀧 サキさん  
[大正9年1月12日 94歳]

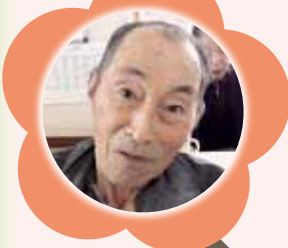


夷森 ミツさん  
[大正9年1月10日 94歳]

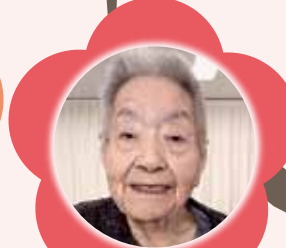


白坂 ハルさん  
[昭和2年2月6日 87歳]

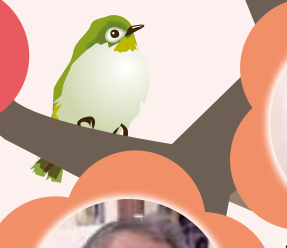
3月  
生まれ



杉澤 公一さん  
[昭和12年3月3日 77歳]



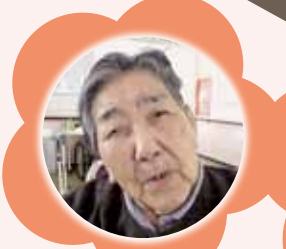
林崎 イシさん  
[[大正5年1月19日 98歳]



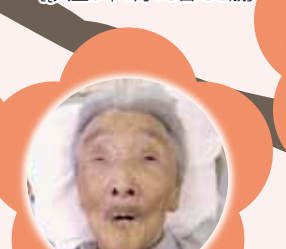
三本 芳郎さん  
[昭和23年3月7日 66歳]



伊藤 ヤエさん  
[大正15年3月15日 88歳]



高橋 キヨさん  
[大正11年3月21日 92歳]



畠山 チエさん  
[大正11年3月1日 92歳]



中河原 巖さん  
[昭和6年3月20日 83歳]



村田 サメさん  
[大正4年3月3日 99歳]



佐々木 春江さん  
[昭和7年3月7日 82歳]

## 栄養士のお仕事紹介

- 本人や家族の意欲  
栄養・食事に係るニーズ、改善への意欲、健康感等
- 身体状況等  
体重減少、褥瘡(床ずれ)、浮腫(むくみ)、服薬状況等
- 食生活状況等  
食欲、食事の満足感、摂取量、療養食、食事形態、嗜好、アレルギー、禁忌食品、食習慣、生活習慣等

### 鸚鵡荘の栄養管理

利用者の皆様に栄養の関連要因について、関係職種から随時、情報を得ながら解決すべき課題の把握に努めています。

## 今年もお元気教室開校！

- お元気教室とは？**  
通称『お元気教室』  
(〒石町複合型二次予防事業〔御所地区〕)
- 対象者**  
65歳以上で要介護認定を受けていない方
- 開校期間**  
12月～3月までの冬期間  
(閉じこもり予防)
- 登録者**  
女性8名(今年度)
- 3カ月間に11回の計画  
プログラム(水曜日)

平均年齢76歳と心身ともに元気な皆さんは、専門的なプログラムも熱心に傾聴されています。なによりお話が好きな方が多く、情報交換の場となっています。

また、身体を動かすことが大好きで体操や運動は積極的に参加され、笑いが絶えない教室となりました。

来年度以降も地域に介護の知識を提供できるよう職員で力を合わせて頑張っていきたいと思っております。



ただいま脳下し中



みんなで体操

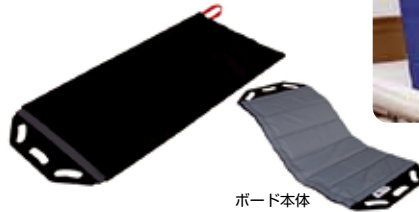
## 安心・安全な介護を目指して ～スライドボードの活用～

2月より、利用者の安全の確保と介護者の腰痛予防のため、車椅子やベッドへの移乗の際に使用するスライドボードを導入しました。表面は滑りやすく裏面は滑り止めの加工がされています。

利用者の身体の下に、バスタオルを敷きスライドボードの上を滑らせて、移乗を行います。利用者を持ち上げる動作がないため、介護者の腰痛の予防と利用者に安心感が得られます。今後も、福祉用具を活用しながら、安心・安全な介護を提供してまいります。



フレックスボード



ボード本体

ローラースライドフレキシ

## 健康診断を受けていますか？



今回は、骨粗しょう症についてお話しします。骨粗しょう症は、骨強度が低下し、骨折しやすくなる骨の病気です。発症すると、骨の中がカスカスな状態になり、骨がもろくなってしまう。その結果、わずかな衝撃でも骨折しやすくなり、それによる骨折から要介護状態になる人が少なくありません。

この病気は、がんや脳卒中・心筋梗塞のようにそれ自体が生命をおびやかす病気ではありませんが、前述のとおり骨折を誘発しやすい因子として考えられています。



骨粗しょう症の骨



健康な骨

生涯を健康で充実した状態で生活を送るため血圧やコレステロール値、骨強度などに気をつけ、定期的な健康診断を受けましょう。

- 骨粗しょう症になりやすい方**
- ・女性、高齢者
  - ・骨密度が低い
  - ・過去に骨折したことがある
  - ・たばこを吸っている
  - ・過度のアルコール摂取
  - ・運動不足
  - ・転倒しやすい など

## 在宅介護支援だより

在宅介護支援センターでは、栗石町より委託されている介護予防事業を2ヶ所で定期的に開催しております。

今月は栗石町鶯宿地区にお住まいのとってもお元気なご先輩方と栗石町健康推進課の栄養士・食生活改善員の2名の先生と共に「きなこごゴマの2色巻餅」作りしました。

先生のご指導のもと、和気あいあいと話しながらあっという間に出来上がりました。

完成後は、毎回、先生方や参加者と一緒に感謝を言いながら頂いています。ちなみに昨年は「がんばぎ」を作りました。来年も予定しております。

なかなかお菓子となると市販の物を購入して食べてしまうと味がちですが、たまには外に出て、知り合いと話しながらいっしょに作り、作った物を食べることも介護予防において非常に大事な要素のひとつだと感じています。



愛情こめて♡



とってもおいしそう!

## デイサービスだより

新年会開催

1月4日～1月10日

地域ボランティアの谷地香保さんが、「おいせ坂」、「栗石よしゃれ」の踊りを披露し、職員之余興では「白鳥の湖の中の小さな白鳥の踊り」をし、大変盛り上がりました。デイサービス利用者は楽しませていました。



よしゃれっ、栗石おねっです。



ロイヤルバレエ団には負けません!



おもしろかったなあ

## お知らせ

岩手県の赤十字施設を紹介!  
第14回赤十字ふれあい  
フェスティバル

平成26年5月18日(日)  
午前9時から午後16時

イオンモール盛岡  
セントラルコートにて開催

日本赤十字社岩手県支部、盛岡赤十字病院、岩手県赤十字血液センター、日赤岩手乳児院、日赤鶯鳴荘の活動紹介や、展示、相談コーナーを設け、お子さんには手づくりおもちゃの実演、救護服や看護衣等試着会で記念撮影も行います。

また岩手県不来方高等学校音楽部による合唱も披露する予定です。皆様のご来場をお待ちしております。



## 行事予定

4月

○誕生会 ○防災訓練 ○ショッピング  
○町内遊覧

5月

○誕生会 ○ショッピング ○町内遊覧  
○大相撲星取り(夏場所)

6月

○誕生会 ○ショッピング ○町内遊覧  
○運動会

## 新人職員紹介

よろしくお願ひします。

### ●嘱託介護職員 千葉 明佳

早く一人前になれるように精一杯努力させていただきます。

### ●デイサービス嘱託職員 向井 弘子

利用者の皆様に「デイサービスに来るのが楽しみ」と言ってもらえるように頑張ります。宜しくお願いします。

## 広報活動で栄誉！ 2度の優秀賞に輝く!!

第6回もっとクロス！大賞  
「もっとクロス広報委員会の広報活動  
強化！」 優秀賞

日本赤十字社では、広報活動を評価し表彰する「もっとクロス！大賞」を毎年開催しています。今回、なんと当園の広報活動が優秀賞に輝きました！2月28日（金）に開催した全国広報担当者会議において、プレゼンによりこの広報誌についても紹介しました。



全国会議で初登壇!!  
プレゼンをする



優秀賞とったぞー!!

### 岩手県高齢者福祉施設フォトコンテスト 優秀賞

鶯鳴荘から応募した「めんこいな〜」が優秀賞となりました。

このコンテストは、毎年開催されている高齢者施設・介護の現場において、人と人とのつながりの大切さや介護の魅力を発信することを目的としています。



めんこいな〜

来年はぜひ最優秀賞をいただけるように日々の広報活動を頑張ります。



表彰状



景品授与

## ご協力ありがとうございました

- 中川アイ子御一行様
- 南畑小学校様
- 御所保育園様
- 雫石町赤十字奉仕団野菊の会様

## ユニットケア研修報告 1月22日~24日

2名の職員が仙台市で行われたユニットリーダー研修（講義）<sup>※1</sup>に参加してきました。

実地研修では、ユニットケアを行っている施設に行き、入居者それぞれの時間の流れや、職員の動き等を学んできました。

たくさんのことを学び、また全職員に情報を伝達して、ユニットケア導入に向けて頑張っていきたいと思います。

※1:ユニットリーダー研修とは、ユニットケアの意義のほか、具体的な手法、効果的に実施・展開するための職員間サポート体制のあり方などについて、講義と実習を取り入れた形で、認知症介護研修・研修東京センターが指定する施設において行います。この研修は国の事業として始まり、カリキュラムとテキストに基づいて研修が行われています。



## 編集後記

春は別れと出会いが入り混じったり、環境に大きな変化がある季節です。皆さんは、春先特有の三寒四温の天候などで体調を崩していませんか？「フー」と長い息を吐き肩の力を抜いて、考え事をしない時間をあえて作り春のゆううつを乗り切りましょう。

### 特別養護老人ホーム日赤鶯鳴荘

うぐいすの声 第109号 2014.3

〒020-0573 雫石町南畑第32地割263番地  
TEL 019-695-2131 FAX 019-695-2576  
E-mail oumeisou@oumeisou.jrc.or.jp  
ホームページURL <http://www.oumeisou.jrc.or.jp>