

うぐいすの声

通巻128号

2018

12



— 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

ヒートショックとは？
食べ物で改善！冷え対策

9月19日(水)・10月30日(火) 御所小学校交流会

御所小学校の皆さんが鶯鳴荘に遊びに来てくれました。9月に遊びに来てくれたのは、1年生のみなさん。一人ひとり紙に「自分の好きなもの」を書いて発表してくれました。「新幹線」「みかんー」などと元気に発表する姿に、「ほかの孫さんもかわいいなあ」という声が聞かれました。風船バレーや玉入れでは、子どもたちに負けじと参加していましたよ。10月には6年生の皆さんが交流に来てくれました。歌の披露には拍手をしながら聞く

ありがとね♪



狙いを定めて…

居るもいました。的あてゲームは、6年生も入居者も素晴らしきコントロールド、白熱した対決となりました。御所小学校のみなさん、楽しい時間をありがとうございました。また遊びに来てくださいな。

9月14日(金) 敬老会

新しい鶯鳴荘になって初めての敬老会。旧施設ではホールで行っていました。今年からは各ユニットで過ごす敬老会ということで、例年よりもゆったりとした時間が流れていたように感じます。お部屋は職員が工夫を凝らした飾り付けで華やかになっていました。敬老会の食事は赤魚の山椒焼きや栗ごはんなど、いつもより豪華な仕様です。お酒好きにはたまらないビールも用意。うーん！うまい、ありがたい」と喜んでいただけましたよう

おめでとうございます！



美味しそう！

で、よかったです！食事後は職員の踊りや歌などの余興を楽しみました。新しい鶯鳴荘になって初めての敬老会でしたが、入居者に喜んでいただけました楽しい会となりました。

9月15日(土) 御所保育所運動会

楽しいね！



小さい将来のアスリートからご招待を受け運動会に参加してきました。一生懸命お遊戯や競技をしている姿に笑みを浮かべます。一緒に参加できる競技もあり、子どもたちのサポートもあり楽しんできました。帰って

きて「いやあ。かわいかった」と満面の笑み。時間は短いですが、子供たちからパワーをもらい元気に帰園しました。また来年行けるといいな…

10月27日(土) 御所小学校学習発表会

旧南畑小学校で学習発表会が開かれました。毎年ご招待いただき嬉しい限りです。今年、御所小学校になり2年目。堂々とした迫力のある発表でした。低学年の皆さんは元気いっぱいでもかわいらしく、高学年の皆さんはさすが、見ごたえのあるかっこいい姿を見せてくれました。参加した入居者もいつになく真剣なまなざしで見えていました。また来年も楽しみにしています。是非、また呼んでくださいな！



ふむふむ



誕生者紹介コーナー

HAPPY BIRTHDAY

おめでとうございます。これからもお元気で(●^o^●)

10月
生まれ



岩崎 ヒデさん
[昭和6年10月4日 87歳]



高橋 トキエさん
[昭和4年10月6日 89歳]



横欠 ハヤ子さん
[昭和14年11月22日 79歳]



新里 幸子さん
[昭和11年11月25日 82歳]



米澤 信男さん
[昭和9年11月3日 84歳]



沼尻 富さん
[大正14年11月25日 93歳]



古館 浩幸さん
[大正11年11月15日 96歳]



築場 シモヨさん
[昭和10年12月1日 83歳]



松原 キミエさん
[大正14年12月29日 93歳]



宮野 ミツさん
[大正10年11月17日 97歳]

12月
生まれ



葛根田 テルさん
[昭和5年12月1日 88歳]



医 務

ヒートショックとは？

冬場になると、入浴中の事故が急増すると言われております。原因のひとつと考えられているのがヒートショックです。ヒートショックは、血圧と深く関係しています。暖かい室内から寒い脱衣室で服を脱ぐと血管が収縮し、血圧が上がります。寒さで血圧が上がった状態からお湯に浸かると、血行が良くなり血管が拡張し、今度は血圧が急激に下がります。それにより、脳出血や心筋梗塞など深刻な事故が発生する危険性があります。

ヒートショック対策

- 浴室や脱衣室を温めまじょう。
 - お風呂のお湯はゆるめの40度以下に。
 - 湯船に入る前にはかけ湯をし、お湯に身体を慣らしてから。
 - 気温が下がる深夜の入浴は避ける。
- これからますます寒くなる時期、安全に入浴、心安らぐバスタイムを…



介 護

あおぞら・そよかせユニット

入居者あおぞら10名、そよかせ10名、7月から全居室個室になりました。プライバシーを重視し自宅にいる感覚で自分らしく過ごしていただきたいです。手厚い介護をモットーにユニットについてスタッフが勉強し歩みだしたところです。一人ひとりの目覚める時間に合わせて朝の挨拶、食事の間も違います。マンツーマンでの入浴ゆくり入っていただいておりますが病状や状態により叶わない方もおります。



あおぞら敬老会



さえずり敬老会

入居者様が心地良くいきいきと暮らしていただけるようにスタッフ一同努力しております。ご家族様のご意見ご要望などなんでも言っていただければありがたいです。よろしくお願いたします。

栄 養

冷えを解消！

寒さが一段と厳しくなるこの時期、つい油断して体を冷やしてしまい、風邪などひいてしまったという経験はありませんか？冷えの原因は様々であり、厚着だけでは冷えを防ぐことができない場合もあります。体の内部が冷えやすい場合は、食習慣を見直すことも必要です。熱帯地方の食べ物や、夏が旬の食べ物には体を冷やす性質があると言われております。これらの食材は焼く、煮るなどの温める調理法を活用したり、体を温め

体を温める性質の食べ物

- 主食：もち米、ふライ麦など
 主菜：肉類(鶏肉、羊肉など)、魚類(あじ、さば、いわしなど)、納豆など
 副菜：玉ねぎ、にら、かぶ、かぼちゃ、大根、しょうが、唐辛子、にんにくなど



相談部門

相談部門からのお知らせ

7月から新施設でのユニットごとの生活が始まり、5ヶ月が過ぎようとしています。入居者様、職員ともユニットでの生活が慣れてきた頃と思います。ご家族様が面会に来所された時でも結構ですので、新しい施設へのご意見、ご感想などがございましたら、1階、事務室前、2階、医務室前にご意見箱を設置しましたので投書していただければと思います。

平成31年度確定申告(平成30年1月～12月)について

は、医療費、利用料領収証等必要な方は相談係までご連絡ください。
 各入居者様の居室に来年度のカレンダーを貼りたいと思いますので、ご家族様のご協力をお願いします。



デイサービス だより

10月、11月もデイサービスはイベントがいっぱいでした。壁力レンドー作りのほかに、ストライクボールやキックボール、シユートゲーム等の身体を使つれく活動をしました。計算や間違い探し、トランプ等の脳トレの活動も行いました。中

でも一番の楽しみは誕生会。今回の手作りおやつはカボチャを使って『ぎゃあ餅』を作りました。蒸かしてつぶしたカボチャに餡子を包んで片面焼いたおやつです。皆さん「おいしい〜」と好評でした。

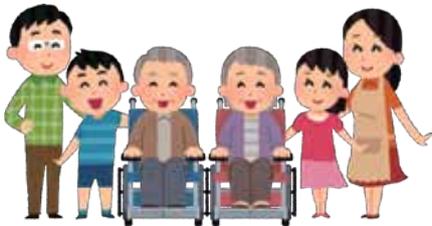
先日、干し柿作りにも挑戦してみました。利用者さん数名にも皮むきや、ひもを通す作業をお手伝いして頂きました。現在、デイサービスの外につるしています。出来上がりはまだ先ですが、皆さん利用日には観察しながら出来上りを楽しみに待っています。



在宅介護支援 だより

さて、私事です。10月25日に「岩手県認知症セミナー」に参加してきました。「認知症になっても自分らしく」のテーマで演劇と講演を拝聴しました。

どちらも、働き盛りでの認知症発症の内容で他人ごととは思えない内容でした。少しい前の研修会では「自立して元気に生活できる年齢」を『健康年齢』と聞いて、今回は「自分が自分らしく生きる時間」を『精神余命』と学びました。『精神余命』は認知症を早期発見し家族や周りの支援で伸びることも学びました。数日前の新聞で50代で発症し、家族や職場の支援で仕事を続けている人が載っていました。テレビでも若年性認知症を題材としたドラマがあります。もし、自分が発症したらと考えると正直怖いのです。そして実際に認知症と向き合って生活している利用者に関わっています。自分自身も予防に努め、利用者の『精神余命』を伸ばせるように支援していきけるように学んでいきたいと思います。



栗石中学校職場体験

中学生の学習の中で職場体験があります。体験をすることで自分の将来の職業について考え選択できる体験です。そんな皆さんの職業の中から介護をしてみたいと少しでも思ってくれたことに感謝です。

ユニット、デイサービスと体験してもらいました。入居者と話をしたり、職員と台所仕事をしてみたりといろいろな体験してもらいました。なかでも中学生が楽しそうだったのは・・・デイサービスでの「空き缶積み」積み木のように重ねていき最高14個まで積み上げました。缶が倒れると中学生は悔しい表情をし、利用者は「きゃー」「あーあー」と声を出し笑っていました。中学生に介護の現場をみてどうだったか聞いてみたところ「いい勉強になりました。楽しかったです」と感想をいただきました。介護の職業を将来の選択肢にしてもらえたらうれしいです。



ボランティア ありがとうございました

- 野菊の会 様
- 御所小学校 様
- 栗石中学校 様
- 石鳥谷赤十字奉仕団 様
- 御所保育所 様

石鳥谷赤十字奉仕団

施設見学を兼ね、石鳥谷奉仕団の方々が来てくださいました。御礼にということで、入居者と合唱をして楽しい時間を過ごしました。ありがとうございました。



こんにちは！

新人職員紹介

よろしく申し上げます。

●堀合 由紀子

高齢ですが、若いスタッフと一緒に入居者様のお世話を一生懸命頑張ります。宜しくお願い致します。

通信欄

お知らせ

入居者さまへの食品の差し入れについてのお願い

- ・居室に持ち込む前に必ずユニットのスタッフへお知らせください。
 - ・ご家庭での手作り食品はご遠慮ください。
 - ・生もの（寿司、刺身、加熱処理されていないもの）はご遠慮ください。
 - ・梅干しや佃煮等は市販のもので未開封の状態でお持ちください。
 - ・他の利用者さまへのおすそ分けはご遠慮ください。
 - ・果物に関しては、カットされていないものをお持ちください。
- ご協力お願いいたします。

編集後記

さわやかな秋を快適に過ごし、次は冬。今のところ日差しもたっぷりそそぐ日は暖房をつけず自然の光で過ごせる日もあります。冷暖房が適切に完備され、またお肌のトラブルに必要な加湿器も完備。日々の暮らしを快適に過ごすためにいろいろなところに工夫されています。玄関には暖炉が設置されとてもいい雰囲気。暖かみを感じます。今後活躍する予定の暖炉。みんなに早く見てもらえるような寒さも暖炉はきっと待ち遠しいんでしょうね。近くに寄ってみてあげてください。小さく見えますが結構パワフルで暖かいです。



特別養護老人ホーム日赤鶯鳴荘

うぐいすの声 第128号 2018.12

〒020-0573 栗石町南畑第32地割15番地30
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>

日赤鶯鳴荘

検索