

うぐいすの声

通巻116号

2015

12



くも上手に
かけてますね

— 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

冬におこる食中毒 ノロウイルス
イベント写真特集



敬老会

9月18日 日赤鶯鳴荘敬老会を開催しました。今年は2名の利用者が100歳を迎えられます。ご家族と一緒に盛岡広域振興局局長よりお祝い状、お祝い品を受け取られました。

続いて祝演では岩手民謡もりおか会一行による演舞のアトラクションを楽しみながら、特別な日のお料理・お酒をいただきました。





鶯鳴荘まつり

10月3日 鶯鳴荘まつりを開催しました。今年のテーマは「Enjoy 地域と共に」
地元栗石町の食と文化、東北のグルメを取りそろえ、利用者と来場者に楽しんでいただきました。



家族と過ごす
大切なひととき



地域の協力



楽しんで頂けた
でしょうか



9月19日(土)～10月30日(金) 秋季バス旅行



ひゃっこい

紅葉...
しつかり目に
やきつけたかしら

玄武洞「ひさしぶりだな」

今年も秋のミニバス旅行を企画し、計7回行いました。行先は道の駅・松ぼっくり・沢内・鶯宿・大村等、それぞれ紅葉やアイスクリームを楽しんできました。

しそうな笑顔で職員に話してくれた利用者もいて、とても良い気分転換になったと思います。

アイスクリームはお店によって種類も違いパンプキンやマロン、ひとめぼれなどのジェラートやソフトクリームの季節の味を楽しみました。利用者の笑顔が見れて、職員も嬉しかったです。

9月12日(土) 御所保育所運動会



全員集合



は～い。青組さん

よいしょ！
よいしょ！

今年も御所保育所の運動会に招待され8名の利用者が参加しました。

利用者と園児の競技「宝物をツムツム」で、競技内容は、園児の手作りした小さな箱を利用者と園児が一緒に手渡しする競技でした。初めは、戸惑っている様子でしたが、だんだんと動きもスムーズにな

り、競技終了。園児の皆さんから、「おじいちゃん、おばあちゃんありがとう。」とごあいさつされとても嬉しそうなお表情で、「めんこいな」と話されていました。前日の、天候は雨でしたが当日は、晴れ。天候にも恵まれ外での運動会ができた良かったです。

11月9日(月)
大村小学校友愛訪問

頑張れ!げんき!

どっちが
きれい?

どうもありがとう(涙)

全校生徒10名と先生が「思いやりの心を育てたい。」のスローガンのもと毎年友愛訪問を続け今年も来園してくれました。

はじめに、児童と先生による合奏「シング・シング・シング」はドラムと鍵盤ハーモニカでの演奏でとてもリズムカル!とても心に響きました。合唱は「夢をあきらめないで。」という曲で児童のやわらかい歌声は、やさしく心に伝わってきました。

その後利用者マンツーマンとなって似顔絵をかいてもらいました。会話をしながら描いた似顔絵のまわりにはそれぞれの好きな食べ物まで付け加えられていました。

最後にメッセージの折り紙も添えられ利用者は本当に楽しそうでした。

お互いとても良い交流会となりました。また来年きてくれる事を心待ちにしています。

10月24日(土) 南畑小学校学習発表会
10月31日(土) 大村小学校学習発表会

南畑壺賛太鼓

大村小学校
全校生徒による合奏

上手でした

今年も南畑小学校、大村小学校からの招待があり、学習発表会に参加してきました。各小学校へ利用者3名ずつ参加し、小学生の皆さんや家族、地域の方々など顔見知りの方々と会え、とても嬉しそうに話していました。

どちらの小学校も「くじらぐも」の劇が演技されていて、一緒に参加した職員は懐かしくも感じました。(小学校の国語の教科書

に載っていました) また、全校生徒で取り組んでいるという、「南畑壺賛太鼓」と「山祇神楽・鳥舞」は力強さと迫力がありとても感動しました。参加された利用者も少し長い時間でしたが、涙を流しながら喜んでいました。子供たちの元気な姿に感動し、沢山元気をもらいました。また、来年も楽しみにしています。

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



延足仁太郎さん
[昭和7年10月20日 83歳]



菊池 京子さん
[昭和2年10月1日 88歳]



桜小路竹子さん
[大正11年10月25日 93歳]

11月
生まれ



七木田ユミさん
[大正3年11月20日 101歳]



米澤 信男さん
[昭和9年11月13日 81歳]



横欠ハヤ子 さん
[昭和14年11月22日 76歳]

12月
生まれ



鎌田 タカさん
[大正10年12月27日 94歳]



松原キミ正さん
[大正14年12月29日 90歳]



築場シモヨさん
[昭和10年12月1日 80歳]

相談部門からのお願い

現在、利用者ご家族等の皆様から依頼を受け通帳管理をさせていただいているところですが、通帳残高が少ない方も見受けられます。預り金からの支払いで事務処理に支障をきたすことになりまうので、期限前に入金をお願いいたします。

なお、入金が遅れるなどの諸事情がございましたら遠慮せずに相談願いたいと思います。



日々勉強

10月29、30日の2日間、いわてリハビリテーションセンターで行われた「高齢者施設職員リハビリテーションケア技術講習会」に参加してきました。

目的は、高齢者の寝たきり状態の予防のためリハビリテーションの基礎、生活活動への関り、機能訓練の基礎などについての知識と技術力を高め地域におけるリハビリテーションの推進を図る事でした。県内30以上の施設から44名が集まり行われ、理学、作業療法士、言語聴覚士、歯科衛生士、看護師などが講師となり実施された講義や実



技指導はどれも大変勉強になる内容でした。実習は役割を替えて行うことで、利用者の疑似体験にもなりました。2日間学んだ事を活かし、利用者ひとりひとりに合わせたケア、リハビリテーションを実践していきたいと思っています。

高血圧薬とグレープフルーツについて

影響を与えないもの

バレンシアオレンジ、レモン、かぼす、温州みかん

影響を与えるもの

グレープフルーツ、はっさく、ブタン、サワーオレンジ(だいだい)、ポンカン、いよかん、夏みかん

高血圧薬であるカルシウム拮抗薬と一緒にグレープフルーツを食べると、薬の作用が増強して血圧が下がりすぎ、心拍数が増える(ドキドキの回数が増える)ことがあります。また、頭痛、ふらつき、顔がほてるなどの副作用が出やすくなる場合があります。カルシウム拮抗薬にもいろいろ種類があり、グレープフルーツの影響を受けやすい薬とあまり神経質にならなくてもよい薬があります。

かんきつ類の果実も薬の影響を与えるものがあります。参考にご覧ください。

グレープフルーツの影響は、一般的に摂取後24時間程度に及ぶといわれています。果肉や果皮も同じような作用が起こることがわかってきましたので、摂取は避けましょう。

免疫力を高めるグレープフルーツの栄養素と効能効果も紹介します。れっきとしたかんきつ類なのに、名前がグレープ(ぶどう)フルーツというのは、ちょっとへんな気もしますが、これは一説には甘い香りがぶどうに似ているためといわれています。栄養面から見ると、ビタミンCの含有量が豊富に含まれているので、毎朝、半分ほど食べれば、1日の摂取必要量を十分取ることができてしまうほどです。疲労回復や二日酔いの朝には最適な果実です。眠れない時は、温めたグレープフルーツジュースを試してみると良いでしょう。神経がやすまります。食べ方として、酸味が強いと感じる場合は、砂糖をかけたり、プリンダーをたらすと美味しく召し上がれます。

ノロウイルス

●ノロウイルスとはなに？
食中毒を引き起こす原因のひとつ

近年で感染者数が増えて、特に冬に多いのが特徴で、冬におこる食中毒のおよそ9割と言われています。

●特徴

人の腸管内だけで増殖し、感染力が強く少量でも発症する。

●感染経路

ウイルスに感染された食品や「人から人」の接触が最も感染しやすい。(排泄物、嘔吐)

●症状

24〜48時間ほどの潜伏期間で、嘔気、嘔吐、腹痛、下痢があげられ、

37〜38度くらいの発熱見られる。

●感染したら

外に出ない。人との接触をひかえる。

●対応

・ノロウイルスはアルコールでは除菌できない。

・手の消毒には次亜塩素酸水が使用されている。

・処理には次亜塩素素ナトリウム(台所用漂白剤)が良い。

・感染症予防するには、うがい、手洗いが大事。



デイサービス だより

9月14日から1週間、恒例のバスハイクへ出掛けてきました。

紅葉には少し早かったですが、町場のキバナコスモスは、ちょうど見頃でした。

天気にも恵まれ、食欲の秋を満喫してきました。

10・11月の誕生会では、さつまいもの「きやお餅」を作り、お祝いしました。

寒い冬に向けて体調を整えましょう。



満開に咲いてとってもキレイです



さつまいもで作ったきやお餅
おいしい!



キバナコスモスをバックに
1枚カシャッ

在宅介護支援 だより

初冬に近づき、朝晩は冷え込むようになりました。寒暖差もあり体調管理がとて難しい時期です。体調を崩さない為に水分補給や食事をしっかりとる、日中は身体を動かして夜はしっかりと寝るなどをこころがけるといいですね。

そしてこの時期夕暮れが早くなってきます。交通事故が発生しやすく特に歩行者に注意が必要です。認知症高齢者の症状の1つでもある「黄昏症候群」。皆さん知っていますか?

夕暮れになるとソワソワし落ち着きがなくなったりして徘徊が見られることもあります。

そんな時は積極的に声を掛けてあげてください。夕方に一人ポツンとしていることがないようにしましょう。もし時間に余裕があるときは一緒にゆつくりお茶をのんであげたりすると気持ちがやわらぐこともあるそうです。



面会について

日を増すごとに寒くなってきました。今年もインフルエンザやノロウイルスなどの感染症が流行る時期になりました。予防の為、11月16日(月)～3月31日まで面会は、多目的室、食堂、閲覧所の三カ所に限らせていただきます。

その際、正面玄関に面会者の手洗い場を設置しました。体温計、アルコール消毒、マスクを準備しておりますので、お手数おかけしますがご協力の程、よろしく願います。

手指消毒とマスク着用の手順

- ①流水で手洗いを行う。
 - ②アルコール消毒剤で手指の消毒をしてください。
※インフルエンザ等の対策の消毒剤
 - ③ウィルスセーバー(消毒剤)で手指の消毒をお願いします。
※インフルエンザ・ノロウイルス等の対策のため
 - ④マスクの着用をお願いします。
※インフルエンザ等の対策のため
- 以上4点の予防対策にご協力願います。
日赤鯉鳴荘

約束まもる
なっしー



行事予定

1月

○新年会 ○誕生会 ○大相撲星取り(初場所)

2月

○節分 ○誕生会

3月

○誕生会 ○大相撲星取り(春場所)
○春彼岸供養 ○防災訓練

異動

●山崎 愛里 (デイサービス生活相談員)

おつかれさまでした

●小野寺 智子

ご協力ありがとうございました

- | | |
|------------------|------------|
| ●南畑小学校 様 | ●大村小学校 様 |
| ●御明神小学校 様 | |
| ●雫石町赤十字奉仕団野菊の会 様 | |
| ●佐々木リヨ 様 | ●大村神楽保存会 様 |
| ●吉田夏美 様 | ●長井環奈 様 |
| ●長澤茜 様 | ●高坂葵 様 |
| ●岩手民謡もりおか会 様 | |

通信欄

防災訓練 10月15日(木)

日中想定の日中防災訓練が行われ、その後職員で消火訓練を行いました。怪我もなく避難誘導出来ていました。私たちは大切な命を預かっている為、年に数回このような訓練を行っています。常日頃から緊張感を持ち対応しています。これから寒くなり火災が多くなる時期火災防止に努めていきたいです。



消火訓練



訓練の様子

編集後記

今年も残すところ、あとわずかです。そして…雪の季節がやってきます。先日、職員間で「今年は暖冬の中の暖冬なんだってよ～」という話で盛り上がり、そこで初めて聞いた話がありました。皆さんは、カメムシは知っていますか？臭いを発して、いつの間にか部屋の中にいるという…虫です。あのカメムシが発生率が低い年は、実は雪の量が少ないらしいです。因みに、今年は発生率が少ないと言われているようです。

さて、今年の冬はどんな冬になるのか…楽しみです！(^^)！

特別養護老人ホーム日赤鶯鳴荘

うぐいすの声 第116号 2015.12

〒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>

日赤鶯鳴荘

検索