

職員FILE vol.293



あったかいの里



今年の4月より3階で介護福祉士として働かせていただいています、景浦志保です。
 以前は看護小規模多機能という施設で6年間程働いていました。以前の施設より、利用者の方の人数が多く、利用者の方の名前と顔を覚えたり一日の流れや業務内容を覚えたりと最初の方は大変でしたが、働き始めてから2ヶ月程経ち少しずつ慣れてきました。
 これからも頑張っていきますのでよろしくお願いします。



職員FILE vol.294



高井の里で介護をしています、佐藤弥生と申します。
 趣味はドライブ・読書。ドライブは週1回程度 100~200km程度走ります。運転中は、ただただ窓外の風景に集中し、癒しの時間となります。読書は、活字中毒で歴史・推理・時代小説を好んで読みます。最近では携帯で見るとなると、悲しいかな、老眼がすすんでいる事を自覚しています。

高井で勤めて30年が過ぎようとしていますが、私がこれまで、この仕事を続けてこられた、たったひと言があります。もう20年近く前、デイケアに通って来られていた男性利用者の方が、体調の都合で入院する事になりました。その方が、最後の日「帰って来た時、誰も知らんのは嫌やから、あんたはおれよ。」と言われました。私は、日々この言葉を思い出します。
 介護するのは体だけでなく、心も援助させて頂きます。「しんどい」「寂しい」「つらい」「痛い」そんな気持ちに寄り添いながら、少しでも身心共に元気で過ごして頂けるよう、私自身も楽しく元気に大好きな高井の里で勤めさせて頂きます。これからも宜しくお願いします。

高井の里菜園

たまねぎの収穫♪

6月に入りたまねぎの葉が黄色く枯れ始め茎が倒れてきたので、利用者様と協力して収穫しました！！みなさんとても上手に収穫して頂き、収穫したたまねぎの大きさにびっくり＆ニコニコ笑顔でした。「次は何植える？」「こっちのトマトはもう少しで収穫できそう！」と会話も盛り上がりしました。これからも高井の里菜園を利用者様と一緒に楽しみたいと思います。



(お写真及びお名前の使用については、ご利用者様、ご家族様の許可を頂き掲載しています。)



高井の里だより

医療法人財団慈強会 介護老人保健施設高井の里
 〒791-1111 松山市高井町 1203 番地
 TEL: 089-975-7761 FAX: 089-976-5779
 http://www.jikyokai.or.jp/facility/takai/



行事&クラブ予定

- 7月15日 習字クラブ
- 7月17日 アイスの日 (2階)
- 7月23日 アイスの日 (3階)
- 7月4週目 クマリンピック (デイ)

※感染対策を行いながら実施しています。

みなさんこんにちは！
 今月の表紙は、施設玄関横で育てているきゅうりを収穫した時の様子です。5月初めに植え1か月ちょっとで写真のように立派に成長してくれました。
 収穫して頂いた利用者様は、慣れた様子ではさみを使って収穫されていました！！きゅうりは95%以上が水分で、低カロリーながらもビタミンやミネラル、食物繊維を豊富に含んでいて、高血圧やむくみの予防、美肌効果が期待できるそうです。
 これからの暑い夏を、美味しい野菜を食べて乗り切りたいですね♪



お楽しみ喫茶(テイ)



今回は6月12日~14日の3日間で、リクエストに応じて渡部製菓さんの大判焼きと水まんじゅうをご用意しました。お店の協力を得て、直前に焼いて頂いた大判焼きを温かいうちに利用者様に召し上がってもらおうと企画しました。大判焼きは中身をこしあんか粒あんで選ぶことができ、利用者様に事前にアンケートを取りました。一番人気は粒あんで、食べると「やっぱり粒あんにしてよかった。」「まだ、温かいねえ♪」などと喜んで頂きました。



また、水まんじゅうは見た目も綺麗で、器に移し目でも楽しんで頂く事が出来たと思います。今後も利用者様からの声を聞きながら季節にあったおやつを提供ができればと思います。これ食べたいなあ…あれ食べたいなあ…と思う物がありましたら是非職員へ教えて下さいね!!



高井の里 運動会

3階



3階では6月25日にミニ運動会を開催しました。全員参加のもと、入念に準備体操をして選手宣誓を行い、競技を開始!!
まずは全員参加の玉入れから始まり、風船バレー、叩いてかぶってジャンケンポン、ボーリングと、どの競技も歓声や拍手があり盛り上がりました。
当初ジャンケンポンは職員がプレーし入所者の方々には応援してもらう予定が、入所者の方にも参加してもらい更に盛り上がりました。
ボーリングでは丁度面会に来られていた家族様も飛び入り参加され、とても白熱した対決になりました。
笑顔でプレーや応援する方もいらっしゃれば、真剣な表情でプレーする方もいらっしゃって普段ではなかなか見られない表情が見られることができ楽しい運動会でした。

選手宣誓!!



準備万端!!



ナイス!!



リハビリのツボ



口腔ケア用品の正しい使い方②



言語聴覚士の岡です。今回は、前月号に引き続き、自分に合った歯ブラシの選び方(ヘッドの大きさと持ち手)についてお伝えします。

③ヘッドの大きさ

ヘッドの大きさは、縦3列の小さめサイズが推奨されています。奥歯や細かい箇所隅々までブラッシング出来て汚れが落としやすいので、歯並びが気になる方や口腔内が狭い女性におすすめです。逆に、認知症により空間の認識が苦手であったり、手指が上手く動かせない方は、大きめを選びましょう。

④持ち手

高齢になると、力が入りにくいために歯磨きが難しいことや細かな動きが苦手になる方もいます。軽くて持ち手が太いものを選ぶか、右図のような鉛筆用のグリップや100円ショップやホームセンターで購入出来る「フォームチューブ」で柄を太くすることが出来ます。ブラシが自動で振動し、回転してくれる電動歯ブラシの活用もおすすめです。



皆さんはどのタイミングで歯ブラシを交換しますか? 背中側からヘッドを見た時に、毛がはみ出していたら交換の合図です。そのまま使い続けると、汚れを落とす効率が悪くなります。力の入れ方によっても変わりますが、毛が広がっていなくても、一カ月に一回は交換するよう意識するとよいでしょう。

6月は利用者の皆さんと紫陽花を作成しました。

紙粘土に小さく切った花紙を割り箸で刺していく簡単な作業で、きれいな紫陽花がたくさんできました。「その色もきれいやね」「かわいく出来た」と色鮮やかな紫陽花を楽しまれていました。紫陽花の後ろにマグネットを付けて、ベッド頭元の電気の傘のところに飾れるようにして「明るくなるね」と喜んでいただきました。食堂の壁にも花紙で作った大きな紫陽花ができています。面会時など、ぜひ見てください。

