

真心とサービス
since 1972

西山苑だより

nishiyama-en

社会福祉法人 西山苑 理事長 荷見源成
特別養護老人ホーム/通所介護/訪問介護/居宅介護支援/配食サービス/保育園

〒313-0014 茨城県常陸太田市木崎二町 937 番地の 2

TEL 0294-72-3500 FAX 0294-72-3915

No. 48 号

平成29年 6月

発行責任者

施設長 柏保男

梅雨があければ...

～ 温かみのある 施設を目指して ～

梅雨に入り、毎日がすっきりしない空模様の中、ふと今年も半分が過ぎ去っていることに気づきました。時間の流れの速さに驚きます。

4月、5月の清々しい春風の中、西山苑では様々な企画が催され、たくさん笑顔を見ることができました。本誌を介して、その様子が少しでも皆様にお伝えできれば幸いに存じます。

そして、**7月30日(日)には、法人最大のイベントである「西山苑夏祭り」が行われます。**今年も、和つしよい西山苑100%空前絶後の「夏祭り」をテーマに、昔ながらでかつ盛大なお祭りに仕上げようと職員一丸となって準備に奔走しています。

関係者の皆様のご参加はもちろんです。が、地域の皆様をはじめ、たくさんの方に楽しんでいただきたいと思います。お待ちしております。どうぞ、皆様お誘いあわせの上、「ご参加をお待ちしております。」

六月 水無月

施設長 柏保男

5月2日 子どもの日交流会 2・3階

はすみ保育園の子ども達が来てくれ、手をつないで楽しい歌を歌い、利用者様の心を和ませてくれました。帰りに、子ども達へお礼のプレゼントを渡すことができ、みんなステキな笑顔になりました。



5月 8・9日 海浜公園 2・3階

少し暑い日でしたが、天気にも恵まれました。外の空気、海風に触れ皆様とてもいい笑顔でした。

海浜公園名物!?! ネモフィラカレー

気になる方は来年ご賞味ください。



5月10日 アクアワールド 2・3階

小雨のお天気になりましたが、アクアワールドへ行ってきました。着いて間もなく早めのお昼で、自分の食べたいものを召し上がっていました。メインとなったイルカショーでは、素晴らしい出来ばえに拍手の連続。水しぶきのかかる席での観覧、迫力満点でした。



5月14日 母の日 3階

母の日のお祝いで、フロアに届いたアレンジメントと記念写真を撮りました。色とりどりの花を見ては良い香りがする」と、とても喜ばれていました。花にも負けないくらいステキな写真が撮れました。また来年も、皆でお祝いしましょう。



5月23日 クッキング 3階

この日、桜餅を作りました。女性は慣れた手つきで調理をし、中には手伝ってくれる男性の方もいました。



5月31日 歌謡ショー 2階

今年もステキなドレスを身にまとった三つ葉会の方達が、素晴らしい歌声を聞かせてくれました。しっとりする歌から、楽しい歌まであつという間の時間でした。またの来苑を約束して歌声に拍手を送りました。

上がった桜餅。少し食欲のなかった方でも、「美味しい」と喜んで召し上がっていただきました。手作りのおやつで楽しい午後を過ごしました。



6月4日 カラオケ 3階

毎月1回(日曜日午後)のカラオケの日は、入居者様やショートステイの利用者様が思い思いの歌を歌います。普段は口数の少ない方も、好きな曲がかかりマイクを向けると自然に歌いだします。周りの方も一緒に口ずさみ、手拍子を打って楽しみます。昭和の懐かしい雰囲気漂うひと時です。(面会の家族様の飛び入り参加も大歓迎です!)



6月5日 釣り 3階

ひたちなか市にある釣り堀に行ってきました。初めて釣りをする利用者様もいらつしやり、夢中になって楽しまれました。昼食は公園にてお弁当をいただきました。



『いつもの食事でも、外で食べるとより一層美味しい』と喜ばれていました。

6月8、10日 父の日 3階

梅雨入りしたとは思えない晴れ晴れとした天気の中、父の日イベントとして外食ドライブに出かけました。坂東太郎で好物をほおぼる皆様の生き生きとしたお顔を見てください! その他、道の駅ひたちのおおたや西山荘も散策し、咲き始めた花菖蒲を見ってきました。



●職員勉強会 4月26・28日
平成29年度事業計画について 講師



柏施設長 片岡
副施設長 木村
保育園園長 社会福祉法人西山苑の重点目標について、施設長が全職員に向け語りかけました。続いて、施設介護部門「在宅介護部門」保育部門」の各責任者が、(部門ごとに)本年度事業計画について説明を行いました。

平成29年度 社会福祉法人西山苑重点目標

そこに、優しさがある。笑顔がある。感謝がある。

- 1、介護と保育が共存し医療との連携による包括的マネジメント
- 2、教育指導による職員の資質向上
- 3、望む生活、望む成長への個別援助
- 4、「真心」を形に！一歩先行くサービスと安全清潔

オムツ・コールの対応について 講師
篠田相談員 紙オムツやナースコールの対応など事前



に利用者の疑似体験を行い、それらについてグループディスカッションを行いました。各グループからの発表では、色々な意見が出され最後に役立てていきたいと思えます。

●ボランティアの皆さま

根本商店 アヒルの会 カナリア
三つ葉会

●実習・体験学習の皆さま
理容組合常陸太田支部(有償)

太田第二高等学校(18名) リリーこども&スポーツ専門学校(2名) 太田小学校(77名)

※4月下旬〜6月中旬 順不同・敬称略

●7・8月の行事予定(変更の場合有)

お参り 売店 カラオケ シルバー体操
七夕 流しそうめん

夏祭り7月30日



通所介護 西山苑

◆いちご狩り 4月24日～28日

松平町にある苺園に行ってきました。真っ赤に熟した大きな苺、甘くてとても美味しかったです。



◆春の遠足 5月11日

天気に恵まれ、竜神峡く道の駅常陸大宮かわプラザに行ってきました。大吊橋を渡るの、少し疲れましたが、たくさんのお魚のほりやバンジージャンプをする人を見たり、道の駅ではお弁当を召し上がり、また買い物をしたりと楽しんできました。

◆春の運動会 5月15～17日

代表の方の選手宣誓で始まり、障害物競走と団体戦を行いました。皆様を忘れて夢中になり、白熱した戦いでした。



◆手作りランチ 5月22日

旬のフキと筍を使って、皆様と協力して美味しい昼食を作りました。



◆花菖蒲見物 6月12～17日

西山の桃源郷に行ってきました。きれいな花菖蒲を見て、甘味処では美味しいおやつをいただきました。

◆西山農園
プランターにキュウリ、グリーンカーテンにはゴーヤの苗を植えました。





お家でできる
簡単リハビリ
皆さん、元気に笑顔でリハビリ体操始めますよ



皆さん、こんにちは。お変わりありませんか？ 第十四回目は、下半身の筋力向上のための運動です。準備はできましたか？ では、はじめましょう。



STEP1

椅子の背もたれに手をかけ、足は肩幅に開き、背筋を伸ばした姿勢をとります。



STEP2



背筋を伸ばした状態で、膝をゆっくりと浅めに曲げます。この曲げ伸ばし運動を5回～10回程度行います。



STEP3

元の姿勢に戻します。痛みの出ない範囲で無理せずに行ってください。



下半身の筋力を鍛えることで、椅子からの立ち上がりや、膝の曲げ伸ばしをスムーズに行うことができます。ようになり、ふらつきを防ぎ、転倒予防にもつながります。

モデル／訪問介護・大内

訪問介護 西山苑

食中毒について・・・食中毒を引き起こす主な原因は「細菌」と「ウイルス」です。細菌は温度や湿度の条件がそ

ろうと食べ物の中で増えてしまい、その食べ物を食べることで食中毒を引き起こします。一方、ウイルスは低温や乾燥した環境の中で長く生存します。ウイルスは、細菌のように食べ物の中では増えませんが、食べ物を通じて体内に入ると、人の腸管内で増え、食中毒を引き起こします。

◎一番は予防をすること

- 調理の前後(特に生ものを扱う時)は石鹸で丁寧に手指を洗い、生肉や魚などの汁が、生で食べる物や調理の済んだ物にかからないようにする
- 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫はマイナス15℃以下に保ち、冷凍食品は使う分だけ解凍し、冷凍や解凍を繰り返さない
- 肉や魚は十分に加熱し中心部を75℃で1分間以上の加熱を目安に調理する
- 食品の消費期限のチェックを忘れずに

食中毒かなと思ったら、おう吐や下痢の症状は体の防御反応です。市販の下痢止めなどをむやみに服用せず、早めに医師の診断を受けましょう。

日常紹介



今回は 2階の日常風景をご覧ください



夏祭りの開催について

今年も夏祭りの季節がやってきました。7月30日(日)10時より行います。今年のテーマは和つしよいです！

利用者様に昔懐かしい祭りを思い出していただけるような雰囲気づくりができればと思っています。家族様にも

来苑していただき一緒に楽しんでいただければ幸いです。

お待ちしております。



昨年の夏祭りの様子

配食弁当

献立 6月のメニューより抜粋 656 kcal



ご飯 ササミのフライ ジャガ芋の煮付
ピーマン二色炒め コンポート 味噌汁

ひと言

今回はがっつりとスタミナをつくメニューです。フライに使用しているササミは脂肪が少なく、たんぱく質が多いので夏バテに効果的です。これから暑い日が続いていきますので、バランスの良い食事を心がけていきましょう。

一部を除く太田・瑞竜・峰山中学校区の独居、または高齢者世帯(65歳以上)の方に、祝日を除く月曜から金曜日まで西山苑の厨房で作った夕食のお弁当を届けています。お申し込み、お問い合わせは常陸太田市役所高齢福祉課へ ☎0294-723111

研修報告

接遇マナー研修

3階介護職 東山まどか

講師は(株)パスエイド代表取締役佐藤敏彦氏。厚生労働省や防衛省などへ指導をしている方で、どんな難しく厳しい研修になるのかと参加者のほとんどが感じていました。

ところが、研修の約束事に、積極的に学ぶ、時間を守る、楽しんで学ぶとあり「楽しんで？」と誰もが不思議に感じていると、早速テストです。限られた時間の中で自分の答えと考えをまとめ、終わったらグループになり意見交換をし、答えを一つにして発表する。その後全体で答え合わせをしました。先生は間違いを直すだけでなく、例えを挙げながら分かりやすく説明をし、自分が今まで間違っていた事や、マナーとしては正解でも、理由が違ったりと、一日でたくさんのお話を学びました。いまさら聞けない言葉遣い尊敬語・謙譲語についても今まで間違っていた使い方をしていたと知り、恥ずかしくなりました。社会人としての意識を持ち、今回学んだ事を実務に活かしていきたいと思えます。

日々歳々 36



今回は、3階にお住いの斎藤様をご紹介します。斎藤様は今年2月に入苑されました。毎日フロア内を車椅子でお散歩されるなどアクティブに過ごされています。

職員が声を掛けると、すてきな笑顔で返事をしてくださり、ときどき冗談を言っては職員を笑わせてくれます。

これからも元気で毎日過ごしましょう。



編集後記

梅雨明けがひたすら待たれる今日この頃、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか？

体調管理に気を付けて、夏本番を迎えましょう。

