

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. 50 号

平成29年10月

発行責任者

施設長 柏保男

集い多き秋



～ 温かみのある 施設を目指して ～

神無月

施設長 柏保男



今年の秋は足早に訪れ、夏の暑さから一転、朝晩の冷え込みと、冬のおおいを感じる季節となりました。西山苑でも早めの冬支度を始めたところです。

また、これからの時季インフルエンザやノロウイルス等、感染症の流行りが懸念されるところです。対策には万全を尽くすべく準備を進めております。

面会の皆様や利用者の皆様も、うがいや手洗い等励行していただき、感染症対策にご協力ください。現在、面会時のマスク持参、着用の案内をさせていただいております。

さて、9月は秋真っ盛り。食欲、行楽、スポーツ、芸術等々。西山苑でも様々な秋を満喫しました。はすみ保育園児とともに沢山の笑顔を見だし、あらゆる世代間の交流を楽しむ風景を本誌を通してお伝えできれば幸いです。

今後、西山苑という大家族の中で、心温まる感覚を提供できるよう努めてまいります。

皆様の「ご指導、ご鞭撻のほど、よろしくお願いたします。

8月20日 流しそうめん 3階

午後より流しそうめんを行いました。利用者様の目の前をそうめんが勢いよく流れていくと、上手にすくい上げました。そうめんの他にもアイスやゼリーも流れました。

自分で取ると、より美味しい」と笑顔で話される方もおり、にぎやかな時間を過ごしました。



8月27日 バーベキュー 2階

苑の玄関先でバーベキューを行いました。いつもと違う雰囲気、少食な利用者様も驚くほどよく召し上がっていました。



お肉、野菜、お魚など大好評でした。

8月29日 MAGO MAGO交流会

はすみ保育園より招待をいただき、すばらしい発表を見ることができました。利用者様も子ども達の元気な発表に力いっぱい拍手を送っていました。そして園児と一緒に運んだボールリレー！ 応援する私達ヘルパーも力が入りました。



9月5日 くしの日イベント

こんなにステキになりました。プロの手によってきれいにセットされたヘアスタイル。そしてそっと塗られた口紅。皆様すまして撮れました。



9月13日 シルバー体操 & 演奏会 3階

午後からシルバー体操と演奏会が行われました。体操では体を動かしてリフレッシュ。演奏会ではサクソフや尺八など普段はなかなか見ることの少ない楽器の生演奏に見て聞いてと、とても楽しまれた様子でした。



9月17日 三つ葉会歌謡ショー 2階

素敵な歌声に聞き入る方や、手拍子をしながら一緒に口ずさむ方がいらつしました。きらびやかな衣装にも魅了され、楽しいひと時を過ごすことができました。



9月 18日 敬老お茶会・祝膳2・3階



敬老に際して昼食は祝膳を召し上げました。

毎年この時季に、お刺身が解禁!!旬の喜びがいっぱい詰まった味わいで。お茶会では、季節の和菓子と昆布茶をいただきました。

9月 21日 常陸太田市 敬老祝金贈呈式 2・3階

今年101歳以上113名、100歳11名、99歳14名、88歳6名の合計14名の利用者へ常陸太田市(高齢福祉課 廣木浩課長)より、祝金が手渡されました。



今年で99歳の白寿を迎えられる神イエ様(写真前列中央)はお祝いに駆け付けた家族とともに喜びを分かち合っていました。

9月 23日 はすみ保育園運動会

卒園児も交えた、オールスター感謝祭に参加してきました。元氣いっぱいのダンスに拍手!歯を食いしばって走る姿に感激!楽しんでくれた子ども達に感謝!



10月 7日 泰楽五郎歌謡ショー



今年も待ちに待った泰楽五郎さんが西山苑に来てくれました。昭和の歌謡曲の数々を披露してくれ、その伸びやかな声と色鮮やかな衣装に皆さん魅了されました。一緒に観覧していた家族様は、母がとても楽しみにしていたんです」と話していました。泰楽さんが観客席に来て、利用者様ひとりひとりと握手をしながらその歌声を聞かせてくれる場面もあり、歓声と手拍子で会場がひとつになっっていました。

●職員勉強会 9月 13・27日
介護技術研修 腰痛予防に向けた安全で正しい介護技術の習得 テンダー福祉学院専任講師 國谷千春先生
介護者の腰痛予防につながるボディメカニクスを応用した体の動かし方を中心に、移乗介助を行いました。日々進化している介護技術に、参加した職員から驚きの声が上がりました。また、実際に介護される側になつて気づくこともたくさんありました。学んだことを今後のケアに活かしていきたいです。



●11・12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
SUNカフェ 秋のお楽しみ会 紅葉
ドライブ クリスマス会(歌謡ショー)
有) 保育園発表会 老人福祉大会



通所介護 西山苑

◆デイサービス夏祭り8月21～23日
射的や輪投げゲームを行い、たくさん
の景品をゲット。
楽しい時間でした。



◆ぶどう狩り 9月11～15日

お天気にも恵まれ、巨峰だけでなく色々なぶどうを食べてきました。美味しく少し食べ過ぎました。



◆保育園児プレゼント9月11～16日
はすみ保育園の園児から敬老祝いのプレゼントをいただきました。



◆敬老祝い会 9月18～23日



今年100歳を迎えられた利用者様

が2名いらっしゃいました。これからも元気にデイサービスに通ってくださいね。

◆手作りランチ 9月27日

慣れた手つきでジャガイモや人参を切っていた
だきました。美味しいカレーと南瓜のサラダができました。



◆秋の運動会 10月12～14日



障害物競走やハンドサッカー、玉入れを行いました。連日白熱した戦いでした。

◆作業療法 10月17～19日

小さく切った布を発泡スチロールに差し込み、色とりどりのお花などを作っています。11月から玄関に飾る予定です。完成した作品をぜひご覧ください。





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



STEP1

- ① 左手で椅子またはテーブルにしっかりと握まり、まっすぐに立ちます。

皆さん、こんにちは。お変わりありませんか？ 第十五回目は、大腰筋を鍛えるための運動です。準備はできましたか？ では、はじめましょう。

STEP2

- ② 右の膝を曲げて前へグイッと大きく引き上げます。



STEP3

- ③ 足を下げつつ大きく後ろへ引いていきます。
- ①～③を5回行い、左足も同じように行います。股関節の可動域をキープして大腰筋をしっかり使えるようにします。

転倒予防に効果的。



大腰筋は姿勢を維持し、歩く時に脚を引き上げるために使う筋肉なので、運動不足だと大腰筋が弱くなり、姿勢が崩れてしっかりと歩くことができなくなってしまいます。

モデル／訪問介護・大内

室内の空気をキレイに！

訪問介護 西山苑

人が摂り入れるもののうち、食事や水は15%、残りの85%は空気だそうです。だとすると、キレイな空気を吸う事は健康のカナメと言えますね。

厚生労働省によると、室内の空気をキレイに保つためには、最低2時間に1度の換気を行う事が必要だと言われています。朝起きたらまずは窓を開けて室内の空気を外に出し、新鮮な空気を取り入れるなどこまめな換気を心がけましょう。

【正しい換気方法】

- 部屋の真ん中を風が通りぬけるように、対角にある窓を全開にする。
- 同時に換気扇や扇風機を使用して、部屋全体の空気の入れ替えをスムーズに行うようにしましょう。



配食弁当



献立 10月のメニューより抜粋 627 kcal
炊き込みご飯 天ぷら カブの煮物
酢味噌和え 果物 そうめんスープ



つ言

今回は秋を感じさせるメニューになっています。天ぷらはひとつひとつ丁寧に揚げており好評です。野菜もたっぷり満足感が得られます。

一部を除く太田・瑞竜・峰山中学校の区、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

介護職と看護職の連携促進のためのコミュニケーションスキル研修

3階介護職 角田誠人
ひとりひとりの利用者様に対して介護職・看護職は、それぞれが介護的視点・医療的視点で生活の援助をしています。そしてその違いが職種間の連携の妨げとなってしまうこととでした。

連携促進のためには、挨拶をすることや自分の仕事に責任を持つことなど当たり前のことを行うことで互いに信用を得ることが必要です。そして援助に対する考え方の違いというのは、それぞれ職業上の経験や教えから無意識に生まれるもので、無意識はコントロールできるものではないのです。その職種の無意識の存在を互いに理解することが大事です。その上で自分を理解してもらうにはポジティブな結果を想像できるような声掛けが必要です。



基本的なコミュニケーションスキルを身につけ、職種間の違いを理解し連携をはかることが介護の現場では必要です。ひとりひとりが意識すること、絶大な効果が得られることを今回の研修で学ぶことができました。

家族様へのお願い

入所者様の衣類をお持ちになる際は、あらかじめ油性ペンでお名前を記入ください。未記入の場合は、職員にお声を掛けてください。



ボランティアの皆さま

根本商店 アヒルの会 カナリア WウッドM and S 全国美容週間茨城地区実行委員会 三つ葉会 理容組合常陸太田支部(有償) 泰楽五郎(有償)

実習・体験学習の皆さま

太田第二高等学校(18名) 峰山中学校(8名)

※8月下旬〜10月中旬 順不同・敬称略

日々歳々 38



今回は、3階にお住いの川崎良子様をご紹介します。

いつも元気に過ごされておられ、職員が声を掛けると笑顔で返してくれます。また、他の利用者様のことも気遣ってくださる優しい一面もあります。これからも良子様笑顔あふれる生活を送れるようお手伝いさせていただきます。



編集後記

皆様のご協力で記念すべき50号を発行することができました。今後も食やレジャーを楽しみ体調に気をつけ、秋を満喫してください。

