

セントラル堀田新聞

第40号
2ヶ月1回発行
H30年5月10日

風船ゲーム大会

暖かい日が多くなり、木々の緑が鮮やかに彩る過ごしやすい季節になつてきました。

さて、このたび3・4階では4月8日(日)に風船ゲーム大会を行いました。

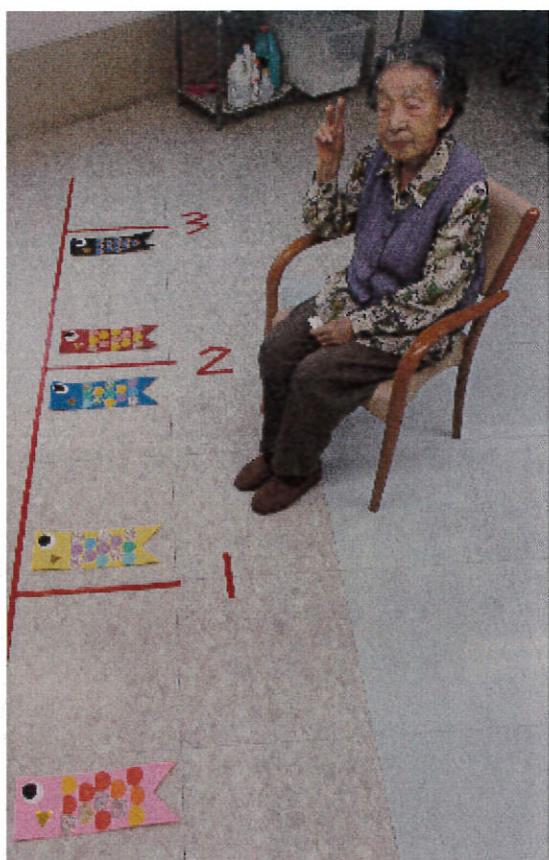
職員が準備を始めていると「今日は何をやるの?」と興味津々なご様子。今日は5月5日のこどもの日にちなみ、鯉のぼりを

目印に飛距離が分る様に工夫した風船飛ばしがでます。

職員より説明があり、上位3名様には景品が贈られることを伝えると、普段はあまりレクリエーションに興味を示さない利用者様も「たまにはやってみるわ」と意欲を示して下さり、多くの利用者様に参加していました。

山入った大きなビニール袋を棒で3回打ち飛ばして頂き、3回の合計で飛距離を競うゲームとなつています。「よーし、一番になるよー」と意気込んでゲームに挑んでくださる利用者様方なのでが、皆様、1打目はなかなか飛距離が出ず、難しい様子。

最近の4階の利用者様はご飯を食べる前や食べた終えた後、このソファーに座り女子会を開かれております。職員もその姿を見ています。職員もその姿を見ています。時々、この女子会に交じつてお話をしたりするのですが、「今日のご飯は何かな」「その着ている服、良い柄だね」など話されたります。またこの女子会に男性も参加されたりし、より一層盛り上がっております。



試しに職員が行つてみると、フワフワとした風船を棒で真っ直ぐに飛ばすのは中々難しかったのですが、皆様やる気になつたのか「次は上手くやるから貸してごらん」と2打目からは皆様工夫され、前方に上手に飛ばしていました。

結果発表をし、上位3名様にはBOXティッシュが贈られました。入賞されな



女子会

利用者様にルール説明が終わると、風船ゲームの始まりです。

今回のゲームは風船が沢山入った大きなビニール袋

かつた方々は「次は負けないよ」と次回を期待される声をいただき好評を得ました。

健康体操

身体を動かさないでいると筋力や骨は衰え、心臓や肺の機能も弱くなってしまうそうです。

2階では、利用者様が楽しみながら健康的な毎日を送るように、との思いから身体を動かす時間を作っています。



介護予防リーダーの資格を持つ職員が中心となり、利用者様になじみのある歌や曲に合わせて手足を動かしたり、ソフトなカラフルボールを使ってストレッチをしたりと色々です。



【介護予防とは】
元気な高齢者はなるべく要介護状態にならない様に、また介護が必要な人はそれ以上悪化させない様にしようとする取り組みで、

楽しみながら体を動かす事で快適な日常生活を送り、心身ともに健やかに過ごして頂ければとても嬉しく思います。

2階フロアより楽しそうな声が聞こえたら、是非覗いてみてください。



生きとし生けるものすべての命と桜、限りあるからこそ儂く美しい、そんな言葉を思い出します。もう一つ仏教の教えの中に諸行無常という言葉がありますが、浮世すなわち移り変わつていく世の中だからこそその時その時に出会った人を大事にするように、といふ教え。その教えの大切さを改めて感じました。



色んな想いを馳せながら、この後恒例の喫茶店にて、皆でコーヒーを飲みながら楽しい時間を過ごしていただきました。



普段身体を動かすことにより興味を示さない利用者様も、音楽が始まると笑顔になり、手にすると生き生きとする姿を見ることができます。

高齢者が生き生きと暮らしに行くための方法です。

介護予防は、『健康日本21あいち』の新計画にも入っています。

お花見 & 喫茶店

花を見て戦時中の仲間を想い出したとのこと。「今はもう悲しくはないけれど、仲間の分も一生懸命に生きていかないとなあ」と話されていました。

5・6階の利用者様と桜のお花見に行きました。利用者様全員一度にお連れするの大変な為、人数を分けて参加して頂きました。写真に写っているのは、セントラル堀田の近くにある会社の駐車場です。あまりにも立派な桜が咲いていたので会社の方にお断りして、敷地内で撮影させていただきました。



生きとし生けるものすべての命と桜、限りあるからこそ儂く美しい、そんな言葉を思い出します。もう一つ仏教の教えの中に諸行無常という言葉がありますが、浮世すなわち移り変わつていく世の中だからこそその時その時に出会った人を大事にするように、といふ教え。その教えの大切さを改めて感じました。



色んな想いを馳せながら、この後恒例の喫茶店にて、皆でコーヒーを飲みながら楽しい時間を過ごしていただきました。

お花見に出掛けました

この春、デイケアでは、お花見の行先を検討し、スタッフや運転手が下見をして、港区「荒子川公園」に決定しました。

今年の名古屋の桜は、平年より早い開花となり、外出日程の3月26日～30日は、もう、見事に桜が満開！満開！満開！

全日程晴れとなり、気温も暖かくお天気に恵まれました。



利用者様も暖かい外気に触れ、満開の桜を観て「キレイだねえ、見事だね」と、感動の声が聞かれました。普段、目が見えにくい利用者様も、春の陽光に照らされた桜は目に映ったのでしょう。喜んで下さる利用者様を見て、また外出する

機会を考えて行きたいと思っています。

☆サービス提供時間が長くなりました☆

平成30年度、介護保険法改正でご利用時間が16時40分迄となりました（一部の利用者様は除きます）。

朝のお迎え時間を早くする事は、利用者様やご家族に身支度を早めて頂く事となる為、終わり時間を、延長させて頂くことに致しました。

利用者様には、お疲れが出るかと思いますが、スタッフ一同より良いサービスを提供していく所存です。ご理解の程、宜しくお願い致します。



藤の花が満開

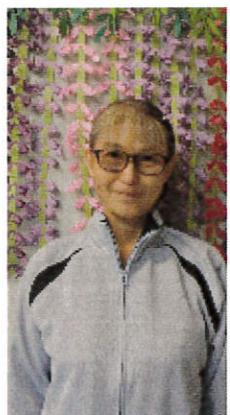
デイケア利用者様宅のお庭に、藤の花がとつてもキレイに咲いていましたので、ご了承を得て撮らせて頂きました！



スタッフ紹介

セントラル堀田に、新しい仲間が増えました。どうぞ宜しくお願ひ致します。

ます。
「看護師・山本奈津」



「デイケア」



「3・4階・辻本さおり」

※掲載されている写真はご本人、ご家族の承諾を頂き、掲載しております。

④石川規子・④大谷美穂子

事務所だより

ている人はいないか、食事の様子を見に伺っています。

事務員の松谷です。風薫るさわやかな季節となりました。皆様いかがお過ごしですか。

さて、私事ではあります
が、現在妊娠しており安定期に入りました。自分の中にもう一人の命があるとい
うのは、とても不思議な感
覚ですね。最近は胎動を感じ
るようになり、赤ちゃんとコミュニケーションをと
ることができて楽しいで
す。

予定日まであと4ヶ月。
性別はまだ分からないので
すが、どちらでもいいので
元気に産まれてほしいなと
思います。

リハ通信



【食事観察について】

施設で時間を過ごす中
で、『食べること』は大きな楽しみの一つですよね。
そこで、食べにくくて困つ



言語聴覚士 三宅伸子



5月行事食

食べにくくて困っている
方、是非お声掛けください。
一緒に食べやすくなる方法
を考えましょう。

「硬くて肉が噛めないか
ら残してるとんだわ」「口の
中に残るからお茶で流し込
んでる」等話してください
ます。口の中を見ると、噛
み合う歯が一本もないこと
に気づき、義歯製作や食事
形態を変えたら全量摂取で
きるようになったこともあります。

予定日まであと4ヶ月。
性別はまだ分からないので
すが、どちらでもいいので
元気に産まれてほしいなと
思います。

観察内容は、食べ方・姿勢・一口量・摂取量・口の動き・咀嚼具合・飲み込み具合・食べ残し・義歯の有無等です。気になる状況を見つけたら声をかけてお話を聞いています。

『栄養ワントピントメモ』

管理栄養士の

編集後記

桜の季節も終わり、過ごしやすい気候になってきた。それと同時に、徐々に蒸し暑く、これから食中毒も起きやすい時期になります。

食中毒には、細菌、ウイルス、真菌、化学物質、自然毒、寄生虫とそれぞれ好む環境が異なっており、いつも発生する可能性があります。

食品の温度管理には十分注意し、手洗い・うがいも冬の風邪予防の時だけでなく、いつでも行うよう心掛けました。

4月に続き、5月6月は気温の変動も激しい為、体温管理には十分お気を付けください。

最近、伊能忠敬の伝記を読みました(漫画ですが)。正確な日本地図を完成させた人物で、誰でも知っている偉人です。驚いたのは、五十歳の時に家業を息子に譲つて引退し、五十一歳かから本格的な天文学暦学を学び始めたということ。五十にして天命を知るといふでしょか。

じりじりと五十が迫りつつある中で、思いもよらず惰性で生きている自身を問うことになりました。四十代も惑いの連続なのに、これでいいのか自分。

先ずは四月からの介護報酬改正に対応しながらも、ご利用者様の健康管理に努め、セントラル堀田の向上に尽力を尽くし、来てよかつたといつてももらえる施設づくりを目指す姿勢は搖らがずに行きたいと思いまます。目標は皆様にそう感じていたらしく。

どうぞよろしくお願ひします。

施設長

西本潤子