

セントラル堀田新聞

第47号
2ヶ月1回発行
H30年3月10日

ユーマシーン登場

今回は、最近セントラル堀田に仲間入りした、新しいカラオケ機について、紹介します。



カラオケ機といつても、普通のものではあります。スタジオの声掛けで、いろいろな

心も体も弾みます。スタッフの声掛けで、いろいろな体操は行っていますが、映像を見ながらの体操は、また違った雰囲気で、テンションも上がりますね。

なんと、カラオケと介護施設用のリハビリプログラムがてんこ盛りなのです。

掲載した写真は、ディケ

アの皆様が「みんなでポンリズム遊び」という体操を行っているところです。

さて、このユーマシーンどんな姿かと申しますと…



カラフルなポンポンに、

こんな感じです。

意外とコンパクトながらも、ネットにも接続されているので、常に最新のヒット曲も入っています。

セントラル堀田では、このセントラル新聞の他に、ブログでも入居者様・利用者様の日々の暮らしを配信しています。興味のある方はぜひアクセスしてください。Blog/livedoor.jp/center/a-/horita/



背面



前面

鬼退治

2月3日節分の日。セントラル堀田でも豆まきを行いました。

BGMが鳴り響く中、よいよ鬼の登場です。利用者様の中にはビックリしきて動けなくなってしまつた方もいらっしゃいました。



鬼の登場を待ち構えていた方達は、豆に見立てた紙ボールを力一杯投げたり、「もっと近くに来てから」とニコニコしながらスタンバイ。

皆さんとても楽しそうな表情で、何度も何度もボールを投げて鬼退治をしました。

お湯を注ぐだけのカップのお汁粉ですが、利用者様には食べやすいようにお餅を細かく割っていただきました。

今回の企画は鬼の顔を的に見立てた玉入れゲーム。準備を始めると、「今日は何をするの?」「玉入れか、お湯を注いで待つこと1分。お汁粉の出来上がりです。



お汁粉の蓋の裏にはおみくじが付いていて、大吉、中吉等々。大吉を引かれた方は大喜び。あまあいお汁粉が益々美味しくなったそうです。



司会の職員からルール説明と、点数が上位の方には景品が出ると話があると、皆様やる気満々。張り切つて参加して下さいました。

3・4階では1日遅れで節分のレクリエーションとしては初のゲームでしたが、行いました。

今回の企画は鬼の顔を的に見立てた玉入れゲーム。準備を始めると、「今日は何をするの?」「玉入れか、お湯を注いで待つこと1分。お汁粉の出来上がりです。

投げた玉がテーブルの角度等により思っていた所に入らないと、「じゃあ、今度はこっち側から狙つてみよう」と皆さんとても考えながら玉を投げられ、熱中されていました。

ゲームを終えられた方に感想を伺うと、「点数、あと少し当たったよ」「意外と難しかったけど、楽しかった」と言つていただき、節分のレクリエーションとしては初のゲームでしたが、皆様より好評をいただけました。今後も入所者様に楽しんでいただけるようなレクリエーションを提供していきたいと思っています。

お汁粉作り

南山大学落語研究会 演目は「青菜」でした。

2月17日（土）、今年もボランティアとして、南山大学から落語研究会の方が来てくださいました。今回、落語を一席披露してくださいさつたのは万能亭（オールマイティ）ルーレット様、



と少しだつたよ」「意外と難しかつたけど、楽しかつた」と言つていただき、節分のレクリエーションとしては初のゲームでしたが、皆様より好評をいただけました。今後も入所者様に楽しんでいただけるようなレクリエーションを提供していきたいと思っています。

節分玉入れゲーム大会

聴いた方の方が話の展開が

みな時間であります。

聴いた方の方が話の展開が未知である分お楽しみいただきやすいかと思われますが、披露してくださる方にヨット語り・演じ方に違いがあるので、たとえ話の「落ち」を既に知っていたとしてもお楽しみいただけたの

ではないでしょうか。
落語の鑑賞中は参加され
た皆様に笑顔が見られ、演
目の終了後は会場が拍手に
包まれました。

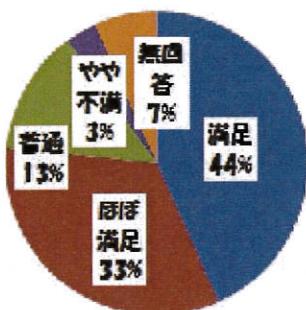


みな時間であります。
長く暮らしていく上で、
楽しみがあることは非常に
重要なことです。ボランテ
リアの方々に負けないよ
う、レクリエーションや年
間行事の取組みをがんばっ
ていきたいと思います。

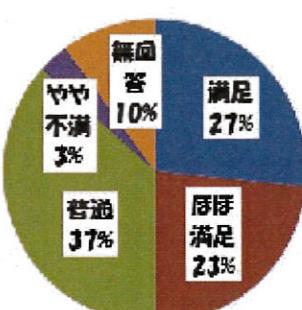
アンケート結果

毎年実施させていただい
ているアンケートについ
て、結果がまとまりました
ので一部を抜粋し、ご報告
させていただきます。

アンケート結果



入浴について



食事内容について

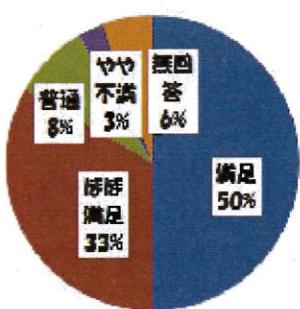
デイケア

桜の花見に行きたいです。
・大変なお仕事だと思いま
すが、新聞を拝見、拝読し
ても解るように、良くお世
話していただけると存じま
す。これからも宜しくお願
いします。季節柄、風邪な
ど体調を崩さないようご注

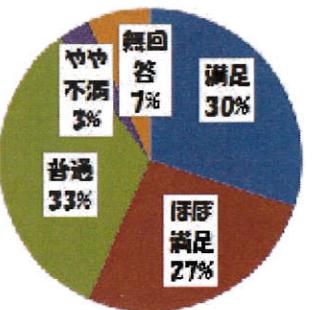
・いつもお世話になつて感謝しております。

・通総帳はティの様子を記入していただき、ありがとうございます。今後も是非続けて欲しいです。

卷之三



施設内の生活環境



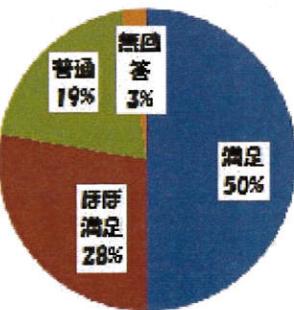
リハビリについて

※掲載されている写真は
ご本人様、ご家族様の承諾
を頂き、掲載しております。

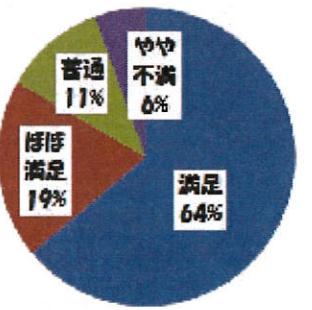
・人物言いがぶつきらぼうの人がみえる。

・施設内でお逢いしますと
皆様満面の笑みでご挨拶頂き、その都度私自身、皆様より元気を頂き感謝しております。運動会も大変感動致しました。

・レクリエーション、外出は難しいですか。



相談や苦情は伝えられているか



利用者様、ご家族様への対応

事務所だより

介護支援専門員の高木です。

2年前から町内会の役員をしています。役員を引き受けたとき話がきた際は、

仕事と両立できるのか?そもそも町内の方々の名前や顔も分からぬのに大丈夫か?と不安でしたが『皆で助けるから…』と言われて、前向きになりました。

本当に周囲の方々のが優しくフォローして下さりました。パトロールや消防訓練、秋祭り等々活動に参加していると、いかに今まで町内の事に無関心だったのかがよく分かりました。

先日も学区の卓球大会に参加しました。結果は2回戦敗退でしたが、年齢の異なる方々と団結でき楽しかったです。3月で任期を終えますが、ほっとするような寂しいような気持ちです。セントラル堀田でも様々な委員会があり、4月は新しくメンバーが編成されました。

すので、今まで以上に親睦が深まる嬉しさです。

リハ通信

【嚥下リハビリテーションについて】

言語聴覚士の三宅です。

今回はセントラル堀田で行っている『食べる訓練(嚥下訓練)』についてお伝えします。

どんな“食べにくさ”があるかと言うと：むせる、飲み込んで口の中に沢山残る、口に入れても口からこぼれる等、症状は人によつて様々です。嚥下訓練では、そのような症状が起きる原因を見つけて、少しでも食べやすくなる訓練や工夫をしています。

例えば、飲み込んで口の中に食べ物が沢山残った方は、舌などの動きが不十分で、食べ物を喉へ送り込めないことが原因でした。訓練では舌の運動を強化し、食材を小さく切ってあんかけをかけたら、スムーズに食べられるようになります。

これからも、皆さんのが少しでも食べやすくなることになります。

で、毎日の生活が豊かになるお手伝いをさせていただきます。

管理栄養士の

栄養ワンドボイントメモ

新玉ねぎは、春のほんの短い期間にだけ、店頭に出回る旬の味覚です。一般的な玉ねぎは、辛みが強く、

加熱して甘みを引き出す調理法が向いているのに対し、新玉ねぎはそのまま生で食べても甘みがあるのでサラダに向いています。玉ねぎは糖質が多く、ビタミン類の含有は少ないですが、様々な効能が期待できる玉ねぎ特有の成分「硫化アリル」を含んでいます。よく知られた「血液サラサラ効果」の他にも、血液中の中性脂肪を減らしたり、胃の消化液の分泌を高め、胃の働きを改善して食欲を増進する効果があると言われています。

編集後記

私事ではありますがあん

と春からの一年間、子供会に突入し、人口の三分の一が六五歳以上になる二〇二五年問題に向けて、政府は高齢化社会の対策として、高齢者が住める地域づくりを進めています。大雑把にいうと要介護ニマでは在宅で生活する社会システムで生活する社会システムです（その考えが正しいかどうかは賛否あるのだろうと思いますが…）。

介護・福祉を職業にしている人たちだけでは高齢者をカバーできず、地域住民も高齢者の支援を行うように考えていました。しかし、地域意識がない人は地域貢献の活動はできないでしょう。その地域意識の原体は、地域意識がない人は地域貢献の活動はできないでしょくお願い致します。

施設長 西本潤子