



友愛会だより



「おいしそう～、うれしいな～」
お寿司の屋台をととても楽しみにされていた泉千重子さん

2018
12月号
平成30年12月1日発行
No. 57



社会福祉法人 友愛会
特別養護老人ホーム
希望ヶ丘荘
希望ヶ丘荘アネックス



〒795-0081
愛媛県大洲市菅田町菅田丙495番地34
TEL (0893) 25-3101
FAX (0893) 25-3105
E-mail : kibou@shirt.ocn.ne.jp
URL : <http://kibougaokasou.jp/>
発行責任者：施設長 三原 美津夫

今年度の
重点目標

尊厳と五感を大切にした生活支援 ～その人らしい生き方を援助する～

ほっとホット情報局

11/2、3 秋祭り（獅子舞）

今年の地方祭は西日本豪雨災害の影響でお神輿の来荘はありませんでしたが、菅田と田処の獅子舞のみなさんに舞っていただきました。ご利用者のみなさんも獅子舞を見て昔の秋祭りを思い出しながらかしまりました。菅田獅子舞の演者の中には被災された方もおられましたが、災害によって季節行事が次々と中止となる中、「何もかも中止にすることはやめよう！」と復興作業でお忙しいにも関わらず、力強い舞を披露していただきました。改めて一日も早い復興をお祈りいたします。



菅田獅子舞のみなさん



田処獅子舞のみなさん

この3人
誰が男前だ？



ひ孫が踊りに
来てくれた！
うれしい



怖くて後ろは
見られません!!



よかった！



どうぞ～



お寿司屋台 11/14 (アネックス)、11/20 (希望ヶ丘荘)



おいしいよ♡

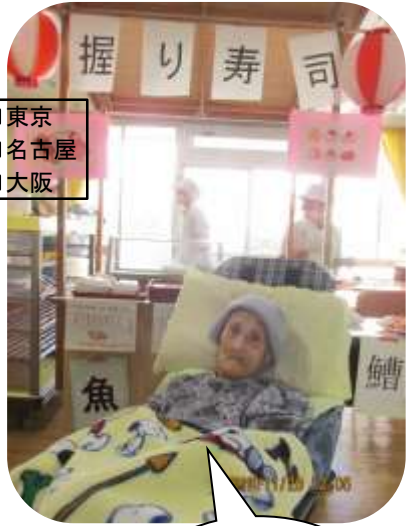
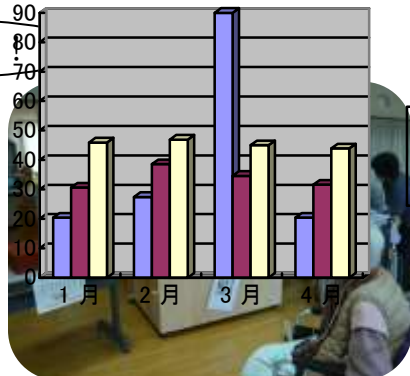
今回の屋台は握り寿司とケーキバイキングでした。色とりどりのお寿司とケーキを見てどれにしようかなと笑顔を増かべられたり、おかわりされたりといつも以上に食事を楽しまれるご利用者の姿を見ることができました。(片神管理栄養士)



どれにしようかな？



これに決めた



屋台楽しみ!



全部おいしそう



甘いものは好きじゃけん

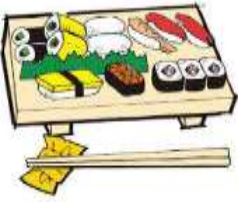


迷うな～

全部食うぞ～



私の大好物!!



早く握って持ってきてよ

10/24 ショッピング (マルナカ)



紅葉 (施設庭)



ホームのもみじも色づいているよ！外は気持ちいいね♡

10/30 菅田保育所交流会



今日は楽しかった！
どうもありがとう！



みんなかわいいな～



一緒に手を
つなぎましょ♪



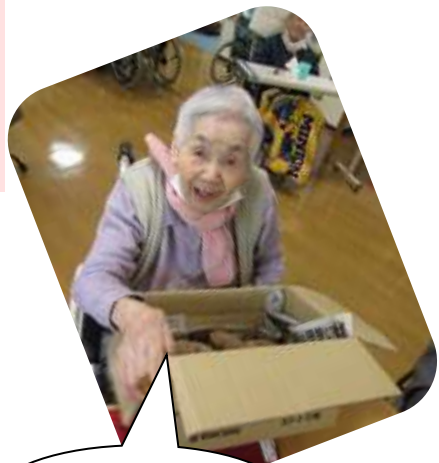
11/19 菅田小学校よりお芋のプレゼント

年間を通して交流している菅田小学校の児童のみなさんがお世話をされている「ぐんぐん畑」で採れた大きくて立派なさつま芋をいただきました。スイートポテトを作ってご利用者のみなさんに食べていただき、残ったさつま芋は12月のお餅つきに使わせていただきます。たくさんのおいしいお芋をありがとうございました。



大きな芋じゃな～

おいしかったよ！
ごちそうさま



早く
食べたいな♡

10月12日 ふる里ドライブ



中野さんの生家



中野マス子さんのご自宅へ帰りました。お嫁さんに出迎えてもらい、ご自宅でくつろぎながらいろいろ懐かしまれ、話が尽きないほどでした。話し疲れたようで少し昼寝もしてゆっくり過ごし、自宅近くの生家も見ることができました。ご家族のご協力の中野さんの笑顔が見られ、とてもよいひとときとなりました。(田中)



介護のワンポイント

冬場を快適に過ごす ～温度～

ヒートショック対策【非居室最低室温 17℃+最大温度差 3℃～5℃】

人が快適に感じる温度は、冬は 18～22℃、湿度 40～60%と言われます。

ヒートショックとは・・・急激な温度変化が体に及ぼす影響のことで室温の変化によって血圧が急激に変化し、脈拍が早くなったりすることです。年齢を重ねると気温の変化に身体がついていけなくなり、体温調節機能や温度変化への適応能力が衰えるため起こしやすくなります。冬は夏に比べ、屋内外の気温差が大きく、屋内であっても居間と浴室や脱衣所、トイレなどでは温度差が 20 度近くになることもあります。このような急激な温度差は血管を縮め、血圧を急上昇させます。冬場に増える急激な温度変化により、血圧が変動して意識を失ったり、心筋こうそくや脳こうそくなどを引き起こしたりします。

対策・・・暖かい部屋から浴室やトイレなどへ行く際は、上着を羽織ったりスリッパや靴下を履くなど身体を冷やさないようにしましょう。お風呂の脱衣所は暖房などであらかじめ暖めておき、浴室内はシャワーを流しっぱなしにしておくとう気で暖まります。すでにお湯が溜まっている場合は入浴前にフタをあけておくとういでしょう。お風呂のお湯の温度は 39～41 度くらいのぬるめにしておきます。42 度以上の熱いお湯だと血管が収縮し、血圧が上がってしまうので要注意です。トイレは小型の暖房機（温風機）で暖めるとよいでしょう。



職員研修

身体拘束廃止の取り組みについて

ケアワーカー 坂本幸江

身体拘束の現状や、身体拘束がもたらす弊害について 11 月 27 日に DVD を見て施設で研修会を行いました。

身体拘束とは、ご利用者本人の生命の保護、自他への重大な身体損傷を防ぐために行われる行動制限です。ベルト等で縛る、柵や壁で囲む、拘束道具（ミトン・つなぎ服など）を使うなど見た目では拘束だと分かる行為と、『スピーチロック』という「動かないで」「立たないで」「ちょっと待つて」などの相手の行動を抑制・制限する言葉かけなどの見えない言葉の拘束があります。

身体拘束は、ご利用者本人に対し身体機能の低下や精神的苦痛、認知症の進行等をもたらすだけでなく、ご家族を精神的に傷つけたり、介護施設に対する社会的不信・偏見を生み出す等、様々な危険性を持っています。

今後も拘束ゼロを目指し、ご家族と話し合いながらよりよいケアを行っていきます。

ユニット紹介 きはだユニット

希望ヶ丘荘のきはだユニットは、ご利用者 10 名、職員は男性 2 名、女性 3 名です。今年度の目標は、【一日の始まりである、起きる＝離床の重要性を理解し、生活リズムの見直しを行う】とし、改めて起きることの大切さを学び、昼夜逆転のリズムを直していただこうと日々頑張っています。

ご利用者、職員共にほのぼのとしたメンバーで、ぬた作り、紙芝居、ヨン様鑑賞(韓流ドラマの冬のソナタ)等、少し変わった企画を行っているのも特徴かもしれません。

ふるさと訪問や一緒に外出の希望がありましたら、気軽に職員にお伝え下さい。

これからもよろしくお願いいたします。

リーダー 城戸



ぬた作り

おいしいの
作るぜ～



他ユニットのご利用者とも交流



紙芝居の
はじまり
はじまり～



紙芝居



みなさん興味津々



ホーム喫茶

かぼちゃのモンブランのできあがり



ヨーヨー釣り



今年の夏はかき氷(しろくま風)を作り、ヨーヨー釣りを楽しみました



12月誕生者紹介



谷田博文さん
86歳



たかこ
吉良堯子さん
86歳



高崎サトミさん
91歳



森永キクミさん
92歳



窪本サチエさん
93歳



白石泰子さん
71歳



黒江ミツ卫さん
78歳



山下鈴子さん
78歳



小川芙美江さん
83歳

お誕生日おめでとうございます。
来年もたくさんの幸福が満ちた日々でありますように…



- 苦情処理委員会 (平成 30 年 11 月 8 日開催) -

今回、委員会に報告する苦情案件はありませんでした。

施設へのご意見や苦情などがございましたら、お気軽にお声かけください。また、施設内にあります「ご意見箱」もご活用ください。みなさまのお声をお待ちしています。



介護クイズ

Q. オムツの種類と使用に関することで、最も適切なものをひとつ選んでください。

1. 紙オムツは、布オムツよりも吸汗性に優れている。
2. テープ型オムツは、立位で衣類の着脱が困難な人に適している。
3. はくタイプのオムツは、腰上げが困難な人に適している。
4. 女性が使用する布オムツは、前側を厚くする。
5. 布オムツの背中側は、カバーからはみ出すようにする。



12月行事予定

- 5日(水) 訪問理美容
- 11日(火) ホーム喫茶【るりエット】
- 18日(火) 傾聴ボランティア
- 19日(水) 餅つき・門松作り
- 25日(火) クリスマス誕生食事会
- 27日(木) 生け花クラブ



1月行事予定

- 1日(火) 初詣
- 2日(水) 初詣
- 9日(水) 訪問理美容
- 15日(火) 傾聴ボランティア
- 25日(金) 傾聴ボランティア
- 31日(木) 生け花クラブ



お知らせ

●洗濯時のお願い●

施設で洗濯する場合、衣類乾燥機を使用しますので、衣類によっては縮む場合があります。縮みにくい素材の物を持ってきていただくか、ご自宅での洗濯をお願いします。

●お正月帰省●

ご利用者の皆さんはご家族と一緒にのお正月を楽しみにしておられます。年末年始の帰省や面会などのご検討をよろしく願います。

●面会時のお願い●

インフルエンザや嘔吐下痢症などが流行する季節になりました。感染症予防のため、ご面会時には必ず手洗い・マスクをお願いいたします。なお、少しでも症状のある方は、面会をご遠慮ください。

平成
年
月
日
担当

〔伝言板〕

様

より

◇7ページの介護クイズの答え◇

②が正解。テープ型オムツは、立位では装着が難しいが、臥位（仰向け）では体位変換や腰上げをしながら比較的簡単に装着や交換ができます。

- ①× 布オムツのほうが、吸汗性が優れています。
- ③× はくタイプのオムツは、下着のパンツの代わりに着用でき、立位ができる人、腰上げができる人に適しています。
- ④× 女性が使用する布オムツは、臀部（お尻）を厚くします。男性は、前側を厚くします でんぶ
- ⑤× 布オムツは、カバーからはみ出さないようにすることで、漏れを防ぐことができます。

〈編集委員〉

浅岡潤・沖田瑞恵・田中
佳津美・津田和恵・藤尾
勝子・松田悟・若宮孝行

今年もあと一ヶ月を切りました。来年は五月から新年号となります。今年の締めくくりと一緒に平成を振り返り、懐かしむと共に時代の変化を感じている今日この頃です。(一)

つぎを...

