

初夏のお散歩

さくら新聞

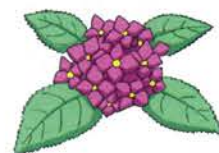
梅雨入り前にみんなで散歩に出かけました。近所のスーパーや衣料品店で買い物したり、新緑を眺めたり。外が気持ちの良い季節です。



社会福祉法人
清風会
特別養護
老人ホーム
東かなまち桜園
〒125-0041
東京都葛飾区
東金町
2丁目13番10号
03-5876-5281

2017年
6月1日
第24号

五月の倶楽部活動



五月は花菖蒲を豪華に活けたフラワーアレンジと、恒例の書道倶楽部がありました。今回もたくさんのご参加ありがとうございます。



スタッフ紹介



伊能みつき 事務職員
今回は、事務室に配属されました、ニューフェイス、伊能みつき事務職員をご紹介します。
受付にいますので、来園時、お会いする方も多いと思います。どうぞよろしくお願ひします。

★仕事の疲れを癒すのは？

ひたすら寝る、です。

そういう方多いんですね。寝ればなんでも治る、と。

★身体にいいことしていますか？

夜寝る前に、ストレッチ体操をしています五分くらいですけど。

日々の努力は大事ですよ。たとえば、五分でも違ってきます。

一年間続けて、屈伸で手の指が床に着くようになったそうですよ。

★とっておきのリラックス方法は？

オイルの入浴剤を入れたお風呂に入ってぼーっとすることです。

オンオフが大事ですよー。

★最近楽しかった思い出は？

六年ほど施設にいた母の介護をしており、こういうところで働いてみたいなと思い、縁あって桜園で働く事になりました。ご家族の思いやご苦労に寄り添って、お仕事できたらと思っています。ここで、働けるのが、最近の楽しいことです。どうぞ、お気軽に声を掛けて頂ければと思います。

あと、大きな息子（もう成人しております）と一緒に暮らしているのですが、日々助けてもらっています。子育てを終えて、息子と助け合える生活というのは、本当にうれしく楽しい日々です。

子育て真っ盛り頃の頃のご苦労が、今実を結んでいるわけですよ。うらやましい限りです。事務のお仕事も少数精鋭で大変だと思いますが、どうぞ末永く宜しくお願いします！

相談員より

東かなまち桜園周辺地域のご自宅を訪問すると、高齢者夫婦世帯や高齢者単独世帯の方が非常に多いことに気づかされます。各家庭によって生活上の課題や問題は様々ですが、複雑で多様なニーズを抱えながらも、住み慣れた自宅で、できる限りの生活を希望される方も多く、福祉サービスをうまく活用することで、何とか日常生活を送れているケースも多いです。特養のショートステイの役割や重要さを痛感させられます。これからも我々にとって何が出来るのか、何をしなくてはいけないのかを、ご利用者様、ご家族様の視点に立って、考えていく必要があると感じます。

(生活相談員・三薺)

先月のご馳走！



今年のごどもの日のメニューは、オムライスにエビフライ、夏みかんゼリーにポターージュを用意しました。

オムライスにデミソースをかけ、食べ易く工夫しました。また、夏みかんゼリーはさっぱりとした甘さにしました。ご入居者様に好評で、皆さん良く召し上がられていました。

(管理栄養士・日下)

ユニットケアの視点

東かなまち桜園では、日々様々なイベントが行われています。先日は、にいじゆくみらい公園までお散歩レクを行いました。天気は、生憎うす曇りでしたが、連日の暑さが弱まり参加された皆様楽しんでいらっしやいました。

私も同伴しましたが、目を引いたのがレクの一環であったスーパードでの買い物の一コマです。女性のご入居者様ですが、スーパードに入るなり「懐かしい」「昔のようだ」と繰り返され、「夕飯を作るつもりで」と、総菜やお肉のコーナーに行つては職員と献立を考えている姿が印象的でした。

「暮らしの継続」を目指すユニットケアですが、イベントの中にもユニットケアのあり方を見た一日でした。(介護主任・山田)

主任の眼 ～二丁目四番地～



桜園の全ユニットを知り尽くしている山田介護主任が、最近のユニットの様子を各ユニットリーダーに取材。ユニット毎のホットな情報をお届けするコーナーです。

●山田：羽方リーダーは、最近ここに配属されましたね。もう慣れましたか？

●羽方リーダー：正直まったく慣れていません。わからないことばかりで、毎日バタバタと過ごしてしまい反省することばかりです。

●山田：リーダー業はいろんな仕事を受け持つから、大変だよ。がんばって。ご入居者様に対しユニットケアの観点から、特に心掛けている事はありますか？

●羽方リーダー：ご入居者様の状態を把握し、介助方法を常に見直すようにしています。あと、ご入居者様のペースに合わせて、食事の時間やトイレに誘う間隔等を配っています。

●山田：リーダーとしてこのユニットをこんな風に変えていきたいという目標はありますか？

●羽方リーダー：ご入居者様も職員も皆が「今日も良い一日だったネ」と思えるようなユニットにしたい。たらしいなと思います。

●山田：最近ほほえましく思ったご入居者様のご様子を教えてください。

●羽方リーダー：就寝介助を行っている時「一緒に寝る？」と仰って下さったり、退勤の時にかばんを持っていると「帰つちやうの？また明日も来るよね」と声をかけて下さる方がいらっしやいました。とても嬉しかったです。

●山田：そうですね！心が伝わってくるエピソードですね。励みにしてがんばりましょう！



機能訓練指導員より

今月は医療・介護用語として最近注目されている、「フレイル」という概念について紹介します。なじみのない言葉かもしれませんが、「加齢に伴う心身の虚弱」を意味しています。

この心身の虚弱状態に陥ることを予防することが、健康寿命を延ばすためには必要となります。具体的には、栄養(食・口腔機能)・運動・社会参加という三つの項目に注意して生活する心がけが大切です。バランスの良い食事、適度な運動、社会とのつながりの維持が重要です。

フレイルを予防するために、医師をはじめとする医療・福祉の専門職がチームを組み高齢者を支援していく事が潮流となってきました。

さくら園の機能訓練もこのような考え方を意識して取り組んでいきたいと思っております。

(機能訓練指導員・伊藤)

ケアマネ便り

今月も三十人程のケアプランの更新をしております。

ケアプランは、ケアマネが一人で作っているわけではなく、他職種で話し合い、より良いプランを模索して作っています。

五月には全職員対象に、ケアプラン作成についての勉強会を開催しました。職員が個々のご入居者様のケアプランを理解してこそ、良い支援を提供できることですから、これからも日々努力していきます。

(介護支援専門員・滝澤)

今月と来月のスケジュール

六月

6/8(木)ワワ-アレンジメント 15時 地域交流室
6/12(月)書道倶楽部 14時 地域交流室
6/23(金)七夕準備 3.4階 14時 地域交流室
6/28(水)4階バイキング 地域交流室
6/29(木)七夕準備 2.5階 14時 地域交流

七月

7/4(火)七夕行事 3.4階 14時 地域交流室
7/5(水)七夕行事 2.5階 14時 地域交流室
7/7(金)書道倶楽部 14時 地域交流室
7/14(金)ワワ-アレンジメント 15時 地域交流室
7/26(水)5階バイキング 地域交流室
7/28(金)園児交流会 14時 4階緑ユニット

編集後記

今月よりフラワーアレンジメントの他に、フラワーセラピー教室というのを開催しようと考えています。ボランティア講師による本格的なもので、ドライフラワーを素材として作るアレンジ作品です。材料費として一回、千〜二千円程ですが、指導料は無料なのでとてもお得です。興味のある方は、相談員の末松までお声がけください。(平戸)