

敬老会

先月は敬老会がありました。この日のために職員が練習した踊りを披露したり、保育園の園児たちがお祝いに来て歌ってくれたり、にぎやかに開催することが出来ました。

さくら新聞

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
10月1日
第28号



九月の倶楽部活動

先月の書道クラブは、先生不在でしたが、用意しておいたお手本をもとに、職員、実習生と一緒に、皆さん思い思いに筆を走らせていました。

フラワーアレンジメントでは、本物そっくりの柿やどんぐりの造花を使って、秋らしいアレンジを作りましたよ。



スタッフ紹介



羽方リーダーは、桜園開設当初からのスタッフ。しかも新卒入社の方です。三歳になる甥っ子と本気で遊ぶこと。毎日会えるわけじゃないので、会えない日はテレビ電話で話しています。三歳と言え、可愛い盛りですものね。思い切り癒されて下さい。★身体に良いことしていますか？ ★若いから、許されます(笑) ★好きな食べ物教えてください。絶対！からあげですネ！毎日でも大丈夫です。お母さんが作ってくれる鶏のからあげが大好きなんです。毎日(！)でも若いから許されます。若いっていいなあ(笑) ★とっておきのリラックスメソッドは？ お風呂にゆっくりと入って、音楽流して歌ったりしてます。あとは、お気に入りのピン★ときたものは、買うようにしています。それと四つ違いの姉と遊ぶことです。★趣味はなんですか？ ゆずのライブに行くことです。タオルやペンライト振りたりして応援します。それと、口紅の収集です。グロスやリップも集めています。★最近楽しかった思い出は？ 姉とゲームセンターに行くと、何も景品が取れなかったことです。大爆笑しちゃいました。ここで言ったらビックリ！するくらいゲームにつき込んでしまったそうですよ！でもお姉さんと仲良く、楽しい思い出です。これからはどうぞよろしくお祈りします。



相談員より

少しずつ「天高く馬肥ゆる秋」を感じるようになりました。(元来は「この時期になると必ず事変が起きる」という警戒を意味することばだそうです。) やつぱり、散歩が気持ち良い！ 春とは異なる草花を摘んだり、風のおいしさや清々しい空気を共有出来たり。栗や柿等「美味しい」を共感出来たり。短いですが、貴重な時季と一緒に楽しみたいと思っています。

個人的には祖母が送ってくれる薩摩芋と里芋と焼酎(全部イモ)が楽しみ！ やつぱり「食欲の秋」かな。(相談員・神野)

先月のご馳走！



敬老の日の御馳走は、お赤飯にエビの天ぷら、湯葉とフキの煮物、茶碗蒸し、澄まし汁。デザートには生の柿をご用意いたしました。

どれもあまり登場しない特別なメニューで、とても喜んでいらつしやいました。やはり定番の茶わん蒸しは、一番人気だったようです。

(管理栄養士・日下)

ユニットケアの視点

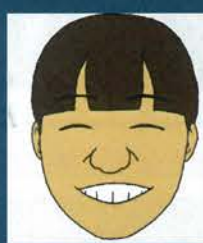
先日、あるユニットの職員から相談を受けました。聞くと「今度企画したイベントで出前を取る」との事。何を出前してもらうか、どこの店を使うかなど、一生懸命考えていました。

ユニットの食べ物系レクは、開催回数もダントツに多い人気レクリエーションです。ユニットのキッチンで職員とご入居者様と一緒にホットケーキや焼きそばを作るユニットレク、喫茶店やレストランで食事を楽しむ外出・外食レク、それからバイキングなどの行事レクなど。今回職員が企画していた出前レクも、とても盛り上がりそうです。好きなものが食べられるのは勿論、何を食べてよいかとメニュー表を見て悩む時間もレクの一部です。

普段何気なく暮らしていると忘れがちですが、「食べる」という行為が暮らしの中でどれだけ重要か気づかされる一瞬です。

(介護主任・山田)

主任の眼 ～三丁目四番地～



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：このユニットの特徴を教えてください。
- 高橋リーダー：ご入居者様は一人一人個性的で、みんなワイワイ楽しくおしゃべりするといった雰囲気はあまりないんですが、何かやるときは一致団結。みんな楽しんでくれるユニットです。
- 山田：プライベートを重視するケアをこころがけているんですね。ユニットケアだからできることで、とてもよいと思います。ほかに心がけていることは？
- 高橋リーダー：きちんと向き合って、個別にお話しすることを心がけています。ちょっとした時間をみつけ、職員と二人で散歩に行ったときに要望や不満等、そつと伺うようにしています。
- 山田：リーダーとしてユニットをこんな風によくしたい、変えていきたいという目標はありますか？
- 高橋リーダー：去年参加したリーダー研修で学んだ事を取り入れてきました。昼食は陶器の食器を使い、家庭での食事の雰囲気を出してみたり、くつろげる場所に椅子を置いたり等…。まだ試行錯誤中です。
- 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。
- 高橋リーダー：普段は他の人の言動に厳しいご入居者様が大声を出して落ち着かない方に「大丈夫？」と手を添えて声をかけている場面がありました。不思議とその方も落ち着いてきて、ユニットが穏やかな雰囲気になりました。
- 山田：いいですね！これからも、がんばっていきましょう



機能訓練指導員より

今月は機能訓練にも取り入れている、ストレッチについて説明したいと思っています。ストレッチとは筋肉を伸ばすことです。ラジオ体操のような運動をしたり、一定の姿勢を取り続けることで身体の各部位にある筋肉を伸ばすことができます。効果として、関節の動く範囲を広げたり、疲労軽減、けがの予防などが期待できます。高齢者においては血行の改善や筋肉の萎縮予防につながります。

桜園の機能訓練では集団体操の中にストレッチを取り入れて、無理なく取り組んでいただいています。最近ではテレビや書籍などでも様々なストレッチの方法が紹介されています。まずは自分の身体の柔軟性を評価して、無理なくできるストレッチを、コツコツ続けていく事をおすすめします。ちなみに私は毎日、仕事前にやっています。腰痛予防にもなりますよ。

(機能訓練指導員・伊藤)

ケアマネ便り

桜園では、年二回行われる避難訓練、今回も皆さん真剣な面持ちでご参加くださいました。

(介護支援専門員・滝澤)



今月と来月のスケジュール

十月

10/2・3 縛られ地蔵散歩
10/6(金) 書道倶楽部 地域交流室
10/12(木) ワークショップ 15時地域交流室
10/25(水) 2F バイキング 地域交流室

十一月

11/10(金) ワークショップ 15時地域交流室
11/11(土) フラダンス 14時地域交流室
11/22(水) 園児との交流会 (詳細未定)
11/24(金) 園児との交流会 (詳細未定)
※書道倶楽部 日付未定

編集後記

十月十二日(木)のフラワールンジメントは、久しぶりに生花を使ったアレンジメントを作ろうと、予定しています。

花の香り、生きているものを扱う気遣い、そういった刺激は機能訓練の側面から見ても大きな効果があると思います。自宅に花を飾っていた頃を思い出して、楽しんでいただければと思います。(平戸)