

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

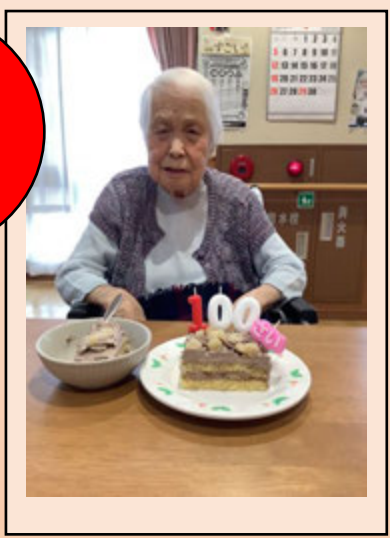
5月1日  
第131号



## スタッフ紹介

4階の黄ユニットの ムハマド ランガ サブトラ 介護職員を紹介いたします。

## 四月の桜園



今年で桜園も創設十四年目を迎えました。そして今年百歳の誕生日の入居者様がいらっしゃいます。とても笑顔の素敵なお方です。いつもありがとうございます。言葉に励まされています。職員一同皆様が健康で楽しく過ごして頂けたらと思っております。今年担当させて頂く事になりました。一年間宜しくお願い致します。(長瀬)



## 係長の眼



五月に入りましたが、予想通り不安定な気温が続いている印象です。こんにちは、山田です。晴れる日が多いので、日差しは初夏に近いのに寒暖差は激しいという、体調を崩しやすい季節となっております。体力の消耗度や睡眠の質にも影響するな、と私自身の身体でも実感しています。個人的には四月に桜とバラと芍薬と藤が同時に咲いていた事が日本の四季も中々シニールになってきたな、と思いました。さて、この枠では桜園が目指しているユニットケアについて、を時折話題に出しています。桜園で行うケアやイベントの「なぜそれをするのか」の部分です。ユニットケアの目指すものは「ごく普通の暮らしを送る事」なので、今までの暮らしにあった出来事は、出来るだけ当たり前にその人らしく再現していく、という考え方になります。例えばお茶を飲みたい人に、飲み物を出す前「何が飲みたいのか」を聞く、というケア。元々はその人が「のどが渴いた」「休みたい」と感じた時、無意識に自分自身で好む飲み物を選択し用意していた行動です。様々な理由から自分ひとりで言う事が難しくなったとしても「その時飲みたい飲み物を選ぶ」気持ちが無くなっています。好きな飲み物なら嬉しいし好みに合えば飲みたい。飲みたい。だからまず「何が飲みたいか」を聞く事がユニットケアの主軸になります。(山田)

○ 桜園で仕事をしようと思ったきっかけは？  
特別養護老人ホームという形態に興味を持ち、いろいろな施設を調べました。その中で桜園の資格取得支援や待遇面が気に入りました。

○ 仕事のモチベーションとなっているのは？  
良い職場環境と待遇面です。

○ 仕事で印象に残っている出来事は？  
入居者様が「ありがとう、あなたで良かった」と言ってくれた時に、とても嬉しく印象に残っています。

○ とっておきのリラックス方法は？  
好きなゲームをしながら音楽を聴いて過ごすこと。

○ お休みの日は何をしていますか？  
ゲームをしたり、映画を観たりしています。そして介護や日本語の勉強も少々……

○ マイブームはありますか？  
色々な国のおいしい食べ物を採るのにはまっています。

○ 尊敬してる人はいますか？  
両親です。私を苦労しながら育ててくれて、いつも私を支えてくれます。いつも家族のことを第一に考えて頑張っている姿をみて尊敬しています。

# 先月のご馳走

【四月一日・創設お祝い膳】



開設十四年目を迎えました。赤飯・刺身・天ぷら・彩団子の煮物・苺・清汁と入居者様が好きなメニューを揃えました。また、盛り付けコンテストを開催。各ユニットで器等を選定して盛り付け、豪華なお祝い膳になりました。  
 栄養士・日下

## ケアマネ便り

五月になりました。五月と言えば「菖蒲湯」ですね。桜園でも菖蒲湯を楽しんでもらっています。菖蒲は、豊かな香りが特徴です。アロマ効果と、血行をよくする茎の薬効成分を引き出すのが菖蒲湯です。わかし湯なら水のうちから浴槽にたくさん菖蒲を入れます。給湯式なら、はじめから菖蒲を入れて少し高めの温度のお湯をためてさましてから入ります。これが、香りをがグンと高まるコツだそうです。また、菖蒲の香りは、邪気をはらう効果があるとされているそうです。昔は、菖蒲で枕を作ったり、枕や布団の下に置いて寝たそうです。この季節は菖蒲のパワーで元気に過ごしたいですね。

(介護支援専門員・滝澤)

## ～4月1日盛り付けコンテスト【結果発表】～

### 盛り付けコンテスト(行事レク委員会より)

毎年恒例【創設お祝い膳の盛り付けコンテスト】を開催しました。毎回ユニット職員さん達の盛り付けやカメラワークの上達ぶりには驚くばかり。どれも一つとない美しいお膳でした。それでは、栄えある上位三つのユニットを発表致します。



第1位 3-2 33票



第2位 5-4 32票



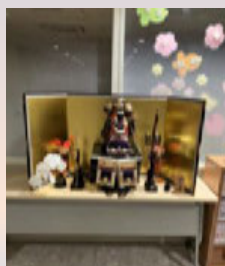
第3位 2-3 18票

コンテストお疲れさまでした！  
 投票にご協力いただきました皆様、有難うございました。

## 機能訓練指導員より

保育園には鯉のぼりが飾られ、桜園の玄関にも兜を出しました。五月は気温が急激に上昇したり、新年度を迎えてからの環境変化によって、心身の疲労が起りやすくなる時期だと思います。

ストレスがかかりやすい時には血圧の上昇に注意が必要です。血圧を下げる方法として、医師が深呼吸や首を回す体操を紹介していました。イライラした時には、できるだけ肺を膨らませてゆっくり息を吐いたり、静かに上を向いて首を伸ばしてみましよう。  
 (伊藤)



## 相談員より

五月に入り、徐々に過ごしやす季節となってきました。バイクで通勤中は至る所につつじの花が満開となっていて、少し癒されながら通勤しています。

桜園では四月二十九日(水)に買い物イベントを実施しました。

たくさんのご家族様にご来園していただき、ありがとうございます。また、不定期ではありますが、企画をしていく予定となっていますので、楽しみにしていただければ幸いです。



## シヨートの様子

お祝い膳召し上がっている様子

