



福祉施設 広報誌

木もれ陽

No.66

2017.秋号



ライフケア デイサービスセンターのみなさんの作品

木もれ陽……

木立の合間からやさしくもれる光

木立の中の生命を育てる光

それは多くの皆様からの優しく支えられた愛である

「やさしさと愛情」「やわらかいぬくもり」

「あたたかい思いやり」である

岡山県済生会の理念とビジョン

～切れ目ないサービスのために～

岡山県済生会の理念

あらゆる人々に手をさしのべる済生の心で
まことの医療・保健・福祉のサービスにつとめます

岡山県済生会のビジョン

(社会におけるポジション)

1. あらゆる人々に信頼されるパートナーを目指し、良質・安全で、潤いのある医療・保健・福祉サービスを提供する岡山済生会トータルライフケアシステムを実現します。

(事業経営の将来像)

2. 済生会グループの総合力を活かし、地域との連携のもと、医療から介護に至るまでの一貫したサービスが提供できるネットワークを構築します。

(組織の人のあり方)

3. 適切な人事評価やキャリアアップ支援など、職員が誇りとやりがいを持てる組織を目指し、職員満足と健全経営の両立を図ります。

目

次

- ライフケアセンター…………… p 2 ～ 9
- 憩いの丘 …………… p10～11
- 備中荘 …………… p12～13
- 宇垣荘 …………… p14～15
- 玉松園…………… p16～17
- 和みの郷かなや …………… p18～19
- 新人紹介 …………… p20
- トピックス(点眼薬(目薬)を正しく使っていますか?) … p21～22

施設全体行事

風船バレー大会

夏祭り

8/22火



10/12木



敬老会記念式典

9/18月



祝敬老月間



七つの子

(複合施設を童謡の題名に例えて表現しました。) この「七つの子」では、各団体のご協力のもとで行われた行事を中心に、ご紹介していきます。

8/1火

北消防署

救急講座



9/12火

あすなる腹話術



ミニコンサート

10/23月

若浪会社中



お月見茶会

10月5日7F食堂にて、14時からお月見茶会が行われました。お月見にふさわしいうさぎのお茶菓子に舌鼓をうちつつ、お抹茶と一緒に召し上がられていました。日中に行ったため、飾り付けに月やもみじなどを窓側に飾りつけをし、花には桔梗や菊、ススキなどを生けるなどしてお月見の雰囲気を楽しまれていました。

介護職員 福田 一幸



お団子会

9月21日にお団子会を行いました。お月見にはちょっと早かったのですが、じゃが芋餅にあんこことみたらしを絡めてお団子を作りました。皆さん優しいんです。「おいしかったよ！ありがとう！」って。次回はもっと美味しいのを作ります。

介護職員 山下 のり子



秋の遠足

10月10日・24日と2班に分かれて山陽自動車道吉備サービスエリアに行きました。皆さん何日も前から楽しみにされており、居室や廊下で会う度に「何処に？何時に集まるの？何があるの？何を買ってもいいの？当日何着ていこう？」と気にされています。当日、吉備サービスエリアへ着くと、皆さんたくさん買い物をして食べたり飲んだり、あっと言う間に時間が過ぎてしまいました。帰りのバスの中でも会話が弾みました。参加されたかたは「楽しかった。また行きたい。」と言われていました。サポートしていただいたボランティア、ドライバーの方ありがとうございました。そして何よりもお天気に感謝です。

介護職員 吉木 誠



可愛いお客さん

10月31日になでしこ保育園の園児が遊びに来てくれました。手遊びや歌に体操を見せてくれたのですが、とにかく可愛くて…ほのほのとした時間を過ごす事出来ました。



《運動会》 運動の秋ですよ!

10月5日、毎年恒例の運動会をやすらぎホールにて開催しました。紅組と白組に分かれ、男女入居者代表の選手宣誓から始まり、ボール送りゲーム、輪送りゲーム、応援合戦、菓子くい競争、玉入れとプログラムは進行していきました。

菓子くい競争では、人前で口を大きく開けることに恥じらいながらも洗濯バサミから菓子を引きちぎる様は面白かったです。職員も参戦して盛り上げました。

玉入れは2回戦行いました。合図と共に籠めがけて勢い良く玉が投げ込まれていきました。球数の集計が始まると、それまでのお祭りムードが一変、会場内が緊迫した空気に包まれ、入居者さまは、数の読み上げに神経を集中させ勝敗の行方を固唾を飲んで見守られていました。

普段おしとやかで控えめなお嬢様という印象の方が予想以上の活躍を見せてくれる等普段見られない入居者さまの一面を垣間見ることができました。入居者のみなさまに運動会の醍醐味を存分に味わっていただけたと思います。



《風船バレー大会》

10月12日、恒例の施設対抗風船バレー大会が交流ホールで開催されました。なごみ苑では毎回練習日を設けて入居者さまに風船の感触に慣れてもらうようにしています。

試合は2回戦行われました。入居者さまの白球を追いかける姿は真剣そのもの。いつもの朗らかな表情は消え、勝負師の顔になっていました。普段見せないような俊敏な動きで来た球を確実に相手コートに返しながらかッコツ点を積み上げていきました。手に汗握る攻防が続いたため自然と応援にも力が入りました。結果は見事優勝!

〘優勝、の美(有終の美)を飾れました。(笑)



《健康教室》

10月24日、理学療法士の山本さんと前田さんを迎えて健康教室を開きました。

前半は、ふくらはぎの太さから健康状態を自己評価する方法や、〘健康、と〘要介護、の中間状態を見極める簡易テスト等わかりやすく、興味深いテーマでお話をしていただき、楽しみながら勉強することができました。90歳を過ぎてからでも運動効果は得られるというお話は、自主トレに励む90代以上の方々には朗報でした。やる気が湧いてきたことでしょう。

後半は、掃除・洗濯の動作を取り入れたゲームを紹介していただき、チーム戦を行いました。今後のなごみ苑のレクリエーションにも使わせていただこうと思います。

理学療法士の山本さん、前田さん、ありがとうございました!



これからも、入居者に優しくして良い〘優良、老人ホームを目指して色々企画していきたいです!

生活相談員 野上 雄介



家族会 ～紅白仮装カラオケ大会～

10月27日に家族会を開催し、30名のご家族にお越し頂きました。今年は事前に曲のリクエストを行い、曲にあわせた衣装を着て歌って頂こうと仮装カラオケ大会を開催しました。

左の一番上の写真は、「瀬戸の花嫁」をリクエストしたご家族の様子です。ウエディングドレスを着て頂き、花嫁と父親になりきって歌を歌って頂き、とても満足そうな表情をされていたのが印象的でした。職員もカラオケを歌うご家族の後ろで、仮装して踊ったり歌ったりと頑張りました。

入所者様もご家族の歌に負けじと「花」を含む2曲をアカペラで歌われました。皆さんがお昼の時間に歌っている歌本のなかからの曲でもあり、大きな声で歌われていました。

職員からも何曲か皆さんの前で披露しました。なかでもAKB48の「心のプラカード」では踊りの上手な精鋭メンバーを揃え、振付付きで歌いました。色とりどりのコスチュームを身にまとって踊りましたが、大変好評でした。参加された利用者様も大きな声を出したり、手拍子をして楽しんでいる姿を見ることができました。

ご家族からは、「親と一緒に参加することが出来てよかった」「年に1回の行事なので小規模でもよいのでこんな家族会があればよいと思う」「親の病気のことを忘れて楽しめました。」等、楽しく感じて頂けたようです。

次回も趣向をこらした企画を考え、楽しんで頂きたいと思っています。

看護職員 内田貴子

百歳万歳！
～これからもお元気で～



入所者の高塚瀧代様が8月14日にめでたく百歳を迎えられました。百歳お祝いの会を開催し、ご家族にも来荘して頂きました。岡山市・岡山県から名誉長寿証と記念品を授与されました。職員からはお祝いのメッセージを書き込んだ壁紙を制作しました。夏生まれということもあって、ひまわりと気球のデザインにしてお部屋に飾りました。

また、3月に百歳を迎えられた藤井滋子様からはお祝いのメッセージを頂きました。百歳とは思えない程、はきはきとした口調で話される言葉の一つ一つに重みがあって、後に続く方への目標になったと思いました。あと参加者全員で誕生日の歌を歌い、手作りケーキにあるロウソクの火をご家族と一緒に吹き消して、和やかな雰囲気うちに終わりました。高塚様はとても朗らかで、笑顔がとても素敵な方です。これからもお元気に施設での生活を送っていただきたいと思います。

生活相談員 田村 嘉章



なでしこ苑

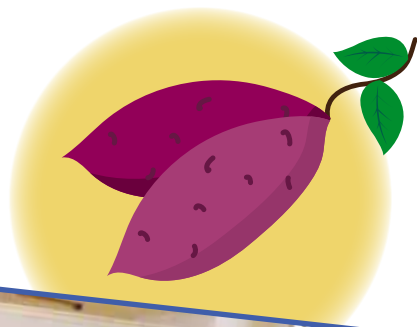
介護老人保健施設

秋祭り

9月27日（水）に秋祭りを開催しました。

今年は何んなメニューにしようかと色々考えた末、秋という事で、さつまいもで茶巾絞りを作ろうということになりました。飲み物はどうしようとこれまた悩み、お抹茶はどうかという意見が出てお抹茶に決定しました。そして当日を迎えました。まずは午前中に茶巾絞りを作ったのですが、さつまいもの量の多さに全部使い切って作れるかなと不安に思いつつも、ひたすら丸めては絞ってを繰り返していきました。そして食堂のテーブルにテーブルクロスを敷き、薄やお花を飾ったり、琴の演奏を流したりして準備万端。慣れない職員がたてたお抹茶で、味はどうか？とかうまくだてれてるかな？とか心配していましたが、きれいに完食されておられ、「美味しい」と言っていたいたり、中にはおかわりをされた方もおられホッとしました。準備等、バタバタして慌ただしかったですが楽しい時間となりました。

介護職員 山下 弥生



〈2F〉《10月 風船バレー大会》

なんと、たちばな苑チームが準優勝になりました!!

選手の方はしっかりとボールを打ち返し頑張っておられ、出場されなかった方も声を張り上げて応援されていました。出場されていた方、応援されていた方々全員の力で準優勝をもぎ取ることができ、何より入所者様が楽しくゲームをされていてよかったです。本当にお疲れ様でした。

長雨が続き、急に気温が低くなり、寒くなってきました。初秋は、体調を崩しやすい季節でもあるので、よく食べよく寝て、しっかり運動をし、健康に過ごしていきたいと思います。

今年もあと一ヶ月となりましたが、悔いがないよう1日1日を過ごしたいと思いました。

介護職員 難波 秀一



〈3F〉《バイキング》

10月24日のお昼ご飯はバイキングでした。やすらぎホールに行き、用意されたたくさんの料理の中から好きな物を選んで食べるのは、いつもと違って新鮮な感じでした。皆様バイキングが始まるのを、料理を前にしてまだかまだかと待ちわびていました。中にはフライングをされている方も居られました、、、

皆様バイキングを美味しく召し上がり、笑顔がたくさん見られました。バイキングが終わると満足そうに食後のコーヒーや紅茶とクッキーを食べられていました。入所者様にとって楽しく美味しい時間になったのだと思います。来年も元気で迎えられるように体調管理に気をつけ、皆様参加して頂きたいです。

介護職員 川間 脩平



〈4F〉《8月誕生日会》

猛暑の毎日が続いた今年の夏、暑さを吹き飛ばし夏の雰囲気味わって頂こうと、4階では夏祭りゲーム大会を開催しました。

リハ室で手作りのハッピーの絵を飾り、職員もハッピーを着て夏祭りを盛り上げ、屋台ゲームの定番、あひる・スーパーボールすくいのゲームに挑戦してもらいました。

黄色い愛らしいアヒルと色とりどりのスーパーボールが水に浮かんで見た目も可愛らしく涼しげです。手作りのポイを使って破れないよう集中してお目当てのアヒルやボールを上手にすくい上げておられました。中には昔を思い出しながら慣れた手つきで何回もすくい上げることが出来る方や、破れてもまだまだと頑張っておられる方など、皆さん真剣な表情で取り組んでおられました。

そして、最後にもう一つ、くじ引きゲームを行いました。くじの景品はユニットの職員に不用品を持ち寄って頂いたものです。タオルの詰め合わせ、ハンカチ、置物、アクセサリー、手作りの作品等さまざまな品物が集まり、利用者の方々も何が当たるかとてもワクワクしながらくじを引かれていました。「思わぬプレゼントを頂けて楽しかったよ」「おもしろかったよ」といっぱい喜びの感想を聞くことが出来ました。提供して下さった職員の皆さま、本当にありがとうございました。

介護職員 出口 富美子



デイケアセンター

通所リハビリ

- 8月4日(金) 嚙下について(デイサービス・デイケア合同)
- 8月18日(金) 「お話の会」
- 8月22日(火) 夏祭り
- 9月11日(月) 「おはなしの会」 & 「お茶会」
- 9月18日(月) 敬老会
- 10月4日(水) 「秋祭り」
- 10月13日(金) 「お話の会」



◆ 暑い夏もあっという間に過ぎ、いつの間にか肌寒くなってきました。月日の経つのは早いですね。デイケアのリハビリも5月から新しくなり、皆さんも少しずつ慣れてこられました。今では、起立運動での姿勢も意識ができ、自主的にされている方もいます。ちょっとした体調の変化で、日々の生活に影響が出やすい年齢ですが、元気に体操されている姿を拝見していると、皆さんの日々のリハビリの積み重ねが何よりも大切だと痛感します。「今日はしんどいから10回にするわ」と、ご自分で調整されたり、声をかけあって一緒にされる光景が見られます。午後はデイケアのフロアにもぎやかに号令が聞こえてきます。デイケアでは、利用者さんも職員も一緒に、リハビリを頑張っています。しんどい時もありますが、『継続は力なり』無理せずやっていきましょうね。

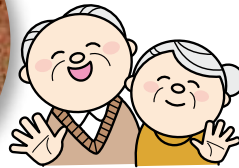
介護職員 松浪たづ子

お話の会 (8月18日)

お話の会の後は、冷たい手作りデザートで一休み。抹茶寒天は、初の試みで、皆さんに好評でした。白玉、あずき、抹茶寒天の3種盛りです。



いい笑顔ですね



夏祭り (8月22日)

かわいい高校生の女子が手伝ってくれました。



童心に返り楽しそうですね



秋祭り (10月4日)

ことしは、悩んだ末お好み焼きとお竹饅頭にしました。皆さんとても喜ばれました。

職員も衣装揃え頑張りました。

リハビリの職員さんも一緒に楽しいな!



リハビリスタッフからのワンポイントアドバイス!

寒い時期になると、筋肉が固くなり身体が動かしくくなります。特に早朝や夜間の歩行時ではつまづきに注意して下さい。また、厚着をすると身体を動かしくなくなったり、分厚い靴下で室内を移動すると滑りやすくなったり、転倒の危険性が高まりますので気を付けて生活して下さい。

理学療法士 新本 祥太郎



●甘利様による手作りクラフト教室●

デイサービスの毎月恒例行事である、甘利先生による手作りクラフト教室！10月は本物そっくりな手芸の柿作りでした！

オレンジ色の布を縫い合わせ、そこに手芸綿を詰め込んで針と糸を使い、縫い縫い〜仕上げは本物の柿のヘタにニス塗った物をボンドでとめて完成しました。「針を使うのなんて何年ぶりかな〜」「上手く縫えないわ〜」「拡大鏡はどこ〜？笑」なんてお話しされながらも、とても素敵な柿が完成し、ご利用者様の笑顔は印象的でした。



●季節の作品づくり●

デイサービスでは季節に合わせて張り子で沢山の作品を作成しています。

1月には巨大な干支の酉と2匹のひよこ、3月はお雛様、5月は金太郎と熊、7月は折姫様と彦星様、9月は敬老のおじいちゃんとおばあちゃん、そして11月からは来年の干支である戌を巨大な張り子（直径60センチ高さ100センチ）を作成し始めました。

デイサービスのご利用者様は既に手慣れた様子で作成して下さります。「ここはこうの方が良い！」「いや！こうだ！」「ほら、良くなった！」など沢山のアイデアや技を出して下さい、毎回想像を超える作品が完成しています。

戌の完成をお楽しみに〜♪



介護職員 森安 亜希

特別養護老人ホーム

特別養護老人ホーム 憩いの丘

敬老会式典・運動会・昼食会

9/
18月



9月18日は敬老の日、高齢者にとってはとても大切な日であり、長い人生を歩んで来られた先輩方を敬う気持ちを抱きお祝いをしています。また、利用者の方々・ご家族の皆様との交流が図れるよう憩いの丘でも毎年盛大なお祝い会として敬老会式典・運動会・昼食会を設け大勢のご家族の出席を頂き開催することができました。

式典では出席して頂いた岡山市職員・町内会・婦人会の方々よりお祝いの言葉を頂き、100歳のお祝いを受けられるお二人には、ますますのご長寿を願いたくさんの祝福を受けられました。

また、毎日のタオルたたみやおしぼりを巻くなどの奉仕活動をして下さる利用者の方々にも施設長より表彰状を受けられました。

運動会



たくさん玉を持ってぜったい入れてやる～。



長いパン・丸いパンどれをとろうかなあ～。久しぶりのパンにかぶりついています。

昼食会



家族と食べる食事はとってもおいしいよ。



憩いの丘 デイサービスセンター

7/
8±

沖縄フェア



夏の日差しを浴びて今年もデイのゴーヤが実りました。不思議なことに、白いゴーヤがまぎれてなっていました。ご利用者と一緒にゴーヤのカーテンを眺めて収穫しました。「白いのがなっとるが。」と珍しそうでした。お好みコーナーの沖縄フェアに合わせてゴーヤチャンプルーを作って夏の味覚を味わいました。



さわやか桃のスムージー

8月

当事業所は郊外型で、周りには桃農家が多いです。熟れずに廃棄処分になる桃を加工してでも食べて欲しいと分けて下さいました。ご利用者と共にワイワイ楽しく作業を進めます。皮をむき種をとったら、氷と一緒にジューサーでまわして出来上がり。ほんのり桃色で冷たくさわやかなスムージーを皆と一緒にいただきました。「わぁ！ほんまに桃言うだけに桃色じゃな。おいしいわ！」「熟れんのもこうやって食べたらええな。」などと喜んで下さいました。



喫茶コーナー

8月

隣接する総社市の小さな町のケーキ屋さんプティ・グレースからのお取り寄せです。涼しげな桃のムースはお口に入れるとトロリと広がってとてもさわやかです。「こんなのじゃったらなんぼでも食べれるわ。」と喜んで頂きました。

低コストの相談にも快く応じて下さいました♡
ありがとうございました。

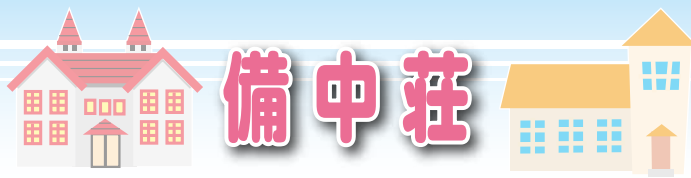


こんにちは赤ちゃん!天使がデイにやって来た!

産休職員が赤ちゃんを連れてデイに来てくれました。

愛らしい笑顔で見つめると「ちょっと抱かして。大きゅうなったなー。」と誰もが手を出さずにはられません。さっきまでウトウトしていたご利用者も急に元気になります。90の年齢差を超えた交流でデイルームが一気に明るくなりました。赤ちゃんって不思議な力がありますね!





介護老人保健施設

就実大学薬学部 学生ボランティア受け入れ

普段、同世代や利用者様としか関わりのない私には、平成生まれの学生さんはただただ若い！それ以上に、大正、昭和初期生まれの利用者様にとってはもはや別世界の人!?『どこから来られとん?』『親御さんはお若いん?』と興味津々。最初は緊張気味だった学生さんも、次第に利用者様と笑顔で話ができるようになっていきました。ただ隣に座って話をしてくれるだけで場が和みました。終了後のレポートに『介護はきつくて大変なイメージでしたがとても明るく笑顔があふれ、できないことをお互いで支え合って生活されていると感じました。』と書かれていました。そんな風を感じてもらえたことに驚きと感謝です。利用者様にとってだけではなく、私にとっても良い刺激になりました。未来ある学生さんたちの今後のご活躍を期待しています。ありがとうございました。

介護職員 鈴木 梨加

「今年も笑顔いっぱいの夜市になりました」



今回で5回目となる備中荘・吉備病院合同の「夜市」を平成29年8月4日（金）に開催しました。ここ数年雨に悩まされてきましたが、今年は天候に恵まれ、地域住民の方も沢山来て頂き、大盛況となりました。鯛焼き・祭り寿司等、10件の夜店以外にも、ボランティアの方による演芸が行われ、高松農業高等学校様による和太鼓の演奏では、間近で聞く迫力ある演奏に皆様聞き入っておられました。また烏城穰鼓遊会様の和太鼓に合わせて宮内踊保存会様による盆踊りが行われ、入所者様も、楽しそうに踊っておられました。関係者、ボランティアの方など沢山の協力のもと、今年も沢山の人の笑顔が溢れるお祭りを行う事が出来ました。

介護職員 山縣 壮平

秋の溝清掃を実施

平成29年9月9日（土）、地域の溝清掃に合わせる形で済生会吉備病院と同一日に備中荘周辺の溝清掃及び草取りを行いました。

職員は日頃の感謝を込め、国道180号線沿いや備中荘周辺の溝の泥をすくい、藻や草の掃除をしました。同時に袋一杯になるまで草取りも行い、とてもすっきりしました。

地域の皆様やご利用の皆様にご気持ちよく過ごして頂けるように、今後も地域のとの結びつきを大切にしていくよう、取り組んでいきたいと思ひます。

総務課 市川 浩司

敬老の日記念式典

平成29年9月18日（月）、敬老の日記念式典が行われました。式典では、来賓の方からお祝いの言葉を頂き、備中荘からは利用者様へ記念品の贈呈を行いました。

地域ボランティアの加茂学区愛育委員会様による朗読や歌の披露もあり、利用者様と楽しい一時を過ごすことができました。

昼食には「祝い善」が用意され、利用者様も「美味しいねえ!」と言いながらいただきました。

これからも利用者様が元気に過ごせるよう、スタッフ一同、力を合わせて頑張っていきたいと思ひます。

介護職員 枝松 順子



介護老人保健施設

町内秋祭り



平成29年10月8日（日）秋晴れの下、町内の秋祭りがあり、備中荘の玄関前に子供神輿と獅子舞が来てくれました。“わっしょい！ピッピッ！わっしょい！ピッピッ！”“ドン、ドン、ドン！”遠くの方から笛の音と一緒に子供たちの元気な掛け声と太鼓の音がだんだんと近づいてきます。さあ、玄関前にて子供たちのお迎えです。まずは子供神輿の到着です。元気に神輿を担ぐ子供たちの姿を見て皆様自然と笑みがこぼれます。続いて獅子舞が到着。皆様順番に頭をガブリ。獅子に頭を噛んでもらう事で悪い事や病気から守ってくれる御利益があります。最後は子供達手作りの折り紙の小物を入居者様一人一人にプレゼントしてくれました。『良かったなあ。嬉しいわあ。』『可愛かったなあ。』と皆様喜ばれており、賑やかで微笑ましいひと時となりました。町内の皆様ありがとうございました。来年もお待ちしております！

介護職員 北口 由佳

備中荘デイケアセンター 防火避難訓練を実施

平成29年10月18日（水）に、防火避難訓練を実施しました。総勢23名が参加し、火災発生時の対応方法、避難誘導等の訓練を行いました。

定期的な訓練を実施し、職員の防災・防火意識を高め、より安全で安心される施設にしていきたいと思えます。

総務課 市川 浩司



ハーモニカ演奏会



先日、備中荘でボランティアの岡村謙一様によるハーモニカ演奏会が行われました。

もみじや桃太郎さんなどの童謡からりんごの歌や丘を越えてなどの昭和歌謡まで幅広い選曲で、当時を懐かしみながら入所者様も大きな声で口ずさんでいらっしゃいました。

また、演奏の合間のお話も興味深いもので備中高松の歴史について話して下さいました。入所者様も「そんな意味があったんじゃ〜」などと興味深く話を聞いておられました。

アンコールを入れて9曲、最初は小さかった歌声も次第に大きくなり素敵なハーモニカの音色と歌声がフロア中に響く素敵な時間となりました。

介護職員 藤岡 麻由子

御津中学校 ふるさとボランティア

10月27日（金）に御津中学校から8名の生徒さんがボランティアに来てくれました。デイサービス利用者は、「やあああ〜！」と喜びの声と拍手でお出迎えし、自己紹介を行いました。「何かスポーツしているの?」「何人家族なの?」などと、気になることを尋ねたり、自分の学生時代のことを思い出して話される方もおられました。

集団体操では生徒さんと一緒に体を動かすことによって、いつもより肩が動かせていたり、足を上げることができていたり、若いパワーをもらっていつも以上に元気が出ていました。

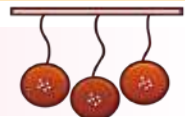
そろそろお別れという時間になった時、最後に歌のサプライズ!『ふるさと』を歌ってくれました。「まあー歌ってくれるん」と喜ばれ、手拍子しながら聞き入っていました。



看護職員 江田 知里

特別養護老人ホーム

「ミニ運動会」



9月18日敬老会の式典後、スポーツの秋ということで皆様に身体を動かし元気に楽しんでもらおうと、今年もミニ運動会を開催しました。

いつになく若さみなぎる皆様の声!いつもはあまり口を開かない方も競技が始まると「えいっ!それっ!」「頑張れえー!!」と明るい声が飛び交いました。

今年の競技は綱引き、リングリレー、ボール送り、そして昨年も好評だったパン食い競争!紐に吊るされたパンを取ろうと一生懸命に大きな口を開けて頑張りました。パンが取れると大きな歓声が沸き上がり、今年も大盛り上がり!!

真剣な表情と必死さに周りの応援もさらにヒートアップ!!

笑って、笑って、大笑いして、身体も心もぽかぽかに温まる一日になりました。



介護職員 尾崎 幸枝

宇垣荘夏祭り



平成29年8月18日（金）に第5回宇垣荘夏祭りが、宇垣荘地域交流ホールで行われました。今年も職員が一致団結し、地域の方々のご協力を得て、利用者様主体の夏祭りを実施することが出来ました。恒例の「盆踊り大会」では、利用者様のなじみの曲を選び参加者みんなで心と体を弾ませました。名物の「すいか割り」では声を揃えて選手を誘導しましたが皆様、悪戦苦闘…でも、ちゃんと割れたから良かったです！

また人気コーナーの職員競技、今回は「二人羽織でアイスクリーム早食い競争」でした。利用者様をはじめ、他職員の声援や笑いが会場を包み込み、大いに盛り上がりました。来年も宇垣荘ならではの夏祭りを楽しんでいきたいと考えています。



デイサービスセンター

生活機能改善への取り組み



集団体操

日々の機能訓練では日常生活動作の練習を行っています。集団体操の中でも棒体操、紐体操、膝痛予防体操等を行い、身体を動かし生活機能改善体操を実施し利用者が生き活きと活動参加できるよう支援しています。個別機能訓練ではADLの状態に応じた訓練を実施、膝曲げ伸ばし、膝のマッサージ等の回数を設定、楽しく訓練に取り組めることの大切さを理解しながらの取り組みです。活動内容では、脳トレ、認知力、発想力、認識力、集中力、協調性等が培われるように運動レク、音楽リズム、発声等の静と動を組み合わせを行い、「今日はボーリング、風船バレー、玉入れ、ハンドゴルフ、カラフル輪投げがしたい。」と利用者様から声上がり意欲満々。点取りゲームでは集中して投げ入れ、入ると「よし私も。」というように意欲の連鎖反応、次ぎの方もねらいを定めていきよい良く投げて「わー。がんばったね。」と互いに歓声上がり盛り上がっています。日課の中の運動メニューを組み合わせることで変化がもたれ活動へのサポート。デイで運動を続けることで、身体向上機能を目指して支援しています。

機能訓練指導員 丹原 加代



ホットパック

ペダルこぎ



紐編み



裁縫



点取りゲーム



カラフル輪投げ



IADL活動(手段的日常生活活動)に参加しています。洗濯物たたみは馴染みのある仕事、役割をもつことで生き甲斐を感じておられ、「もうないん?」と表情豊かに励んでおられます。



洗濯物たたみ

毎月音楽レク、手工芸クラブ、書道、絵画、手作りおやつ、DS喫茶、季節の行事等を行い、題材提供を工夫し心身機能の活性化を図っています。



合同芋掘り



手工芸



夏祭り



夏祭り



手作りおやつ



みたらし団子

玉松園デイサービス

運動会



輪っか送り

10月23日(月)デイサービス運動会が開催されました。玉松園地域交流ホールを使用して、玉松園入所者の参加者を募り合同運動会を開催しました。利用者の皆様から「私も参加してみたい。」の声が上がり、当日DS利用者様と玉松園入所者を含めて30名の参加がありました。輪っか送りでは足先を使い隣の方にバトンタッチするも、うまく入らず苦戦し大笑い。「利用者からヨイショ。」「もう少し。頑張って。」と盛りあがりました。ジャンケンゲームも職員の掛け声に「最初はグー、ジャンケンポイ。」と、みんなで一声に声を上げて「あー負けた。勝ったよ。」と真剣勝負でした。玉入れは、職員が籠を持って動く玉入れで行い、自分の所に来たらと待ちかまえても動きが分らず集中して投げましたが入らず残念。赤チームが入ると「よっしゃ。」と声上がり歓声が響きました。白チームも「今度は勝つぞ。」カウントを意識して大きな声で数えました。パン食い競争はパンが揺れてなかなか難しい様子。お口に入れ噛んでゲット。水分補給として後に喫茶で頂きました。運動会結果発表、勝敗は「赤チーム」が優勝。「ばんざーい。」と手を高く挙げて喜び合いました。「楽しかった。またしたい。」声上がり、合同運動会を行ったことで個々のモチベーションも上昇したこともあり、諦めない精神、団結力も高まり有意義な時間を過ごしました。職員の馴染みのある声援で皆様の表情が明るく輝いていました。



玉入れ



パン食い競争



結果発表～

「楽しかった。またしたい。」声上がり、合同運動会を行ったことで個々のモチベーションも上昇したこともあり、諦めない精神、団結力も高まり有意義な時間を過ごしました。職員の馴染みのある声援で皆様の表情が明るく輝いていました。

生活相談員 田村 浩子

玉松園祭

10月28日（土）第4回玉松園祭が今年も盛大に行われました。
アトラクションとして午前の部では恒例になりました『御津中学校吹奏楽部』の皆様によります、元気のいい演奏がありアンコールも出て大盛り上がりでした。



御津中学校吹奏楽部



慰問：バルーンアートふわふわ

午後の部では『バルーンアートふわふわ』の皆さんの慰問で浦島太郎を題材に風船で作った大きなウミガメや綺麗な乙姫さまが登場して会場が一体となって楽しい時間を過ごしました。

今年の祭りには雨天にも関わらず約130名の方の来場がありました。1階交流ホールでは炊き込みご飯・豚汁・たこ焼き・焼きそば・たい焼き・今川焼・飲み物・デザートの屋台を開き終始賑わっていました。
介護職員 重森 真弓



ゲームコーナー：輪投げと景品コーナー



文化祭：デイサービスの利用者様が作った作品



玉松園デイサービスセンターがゲームコーナーを担当しました。あいにくの雨天にてお客様の来場が心配されましたが、ご家族様、近隣住民の皆様、中学生等、多く方がお越し下さり大変ありがとうございました。

ゲームコーナーでは、輪投げを行い今年で4年目、お顔も馴染みとなり、昨年参加された子供たちの成長が何え、「去年参加されましたね。成長されました。」と話が弾み和やかな雰囲気になりました。参加者の皆様に先着100名様にてお菓子を数種類の中から選択、同時に手工芸クラブで作った作品（帽子）をご希望者に差し上げて大変喜ばれ、心身ともリフレッシュされていました。輪投げの開催時間が2時間の限定でしたが、ゆとりをもって開催、楽しく有意義な時間をもつことができました。最後に関係者及び、御津ボランティアの皆様には感謝申し上げます。
生活相談員 田村 浩子

そうめんバイキング



そうめん・
天ぷら・
巻きずしの
バイキング
お好きなだけ
ど〜ぞ！



敬老会

平成29年9月18日（月）敬老の日記念式典が開催されました。

国家斉唱から始まり、施設長、来賓の挨拶のあと、長寿のお祝いが行われました。

今年では百寿のお祝いが2名、卒寿の方が3名、傘寿の方が4名、喜寿の方が5名おられました。それぞれの方に記念品が贈呈され、入所者代表より謝辞が述べられ式典は終了しました。その後長谷井社中の皆様により日本民謡の慰問がありました。



国家斉唱



記念品贈呈

体験学習「ふるさとボランティア」

今年も当施設の近くの御津中学校より3年生10名が「一日ボランティア体験」として来園され、玉松園祭の前日だったので、男子は机を運んだり、ポスターを貼ったり、女子はお花を生けたりして準備を手伝っていただき、大変助かりました。また、入所の皆様もふれあいが出来て喜ばれていました。



入所者代表謝辞



日本民謡慰問：長谷井社中



パッチワーク作り



ふれあい

祝100歳

高本勇さんは今年で100歳を迎えられます。

ご自分のことは、ご自分で全てされていて、とってもお元気です！

介護職員 重森 真弓





和みの郷かなや



養護老人ホーム

雨にも負けず、暑さにも負けず、納涼祭は楽しかった



♪新見音頭でよいのよい♪

8月10日(木)夕方から和みの郷の中庭「和み広場」で納涼祭が行われました。開始直前に夕立が降り、少し心配しましたが、私たちの願いが通じたのでしよう。無事に納涼祭が開催できました。

大勢のお客様を迎えた納涼祭は、例年通り入所者の歌と踊りからスタート。今年はステージの上の輪に入ってくださいる地域の方もおられました。

出番を終えた入所者は食べ物コーナーから持ってきた美味しいものを食べたり飲んだりして三光神楽同好会の大国主命舞や職員の出し物を楽しみ、夜更かしして、いつもと違う夜を堪能しました。

食べ物コーナーやキッズコーナーも大盛況。たくさんボランティアの方が手伝ってくれたので、わいわいとにぎやかで和みの郷らしい盛大な会ができました。



三光神楽同好会の大国主命舞



職員の濃い〜い(恋)ダンス♪



♪おかみさんソーランby職員



今年も敬老会を楽しみました

9月18日毎年恒例の敬老会が開催されました。

今年は市長が来賓として出席してくださり、厳粛な式典で入所者皆さんの長寿をお祝いし心づくしのご馳走に舌鼓を打ちました。

式典の最後には、三光神楽同好会が「奇稲田姫乃舞」を披露。長寿の祝いに華を添えてくれました。あでやかな衣装と舞に「きれいじゃ」「豪華じゃ」と見とれ、会場に入った奇稲田姫の着物を触ったり、握手をしたり、大いに楽しませてくれた神楽でした。



千屋牛追い唄の稲刈り



職員の出し物は「千屋牛追い唄」に合わせた稲刈りの再現。和みの特製牛が早乙女と一緒に登場、稲を刈り取って脱穀し俵に詰めて牛の背中に負い、持ち帰る様子を見ていただきました。途中から入所者さんの間に入った早乙女は稲刈りを入所者さんに手伝ってもらい「まあ、あんだったん」と驚かれたり「稲はこう刈るんよ」とご指導を受けたり、和やかな笑顔が入り混じって今年の敬老会も大盛況のうちに幕を閉じました。



心づくしのごちそう



くしいなだ姫の舞

中国地区老人福祉施設研修大会に参加しました

9月14、15日に鳥根県松江市で開催された「中国地区老人福祉施設研修大会」に岡山県の研究発表会から選ばれて職員の金藤さんと藤井さんが出席しました。

「歌えばあなたの心が輝く〜地域との交流に向けて〜」と題した研究は施設内の「歌声クラブ」「お楽しみクラブ」の活動内容をまとめて報告したものです。うまくいったこと、いかなかったこと、そのときの解決方法、今後の課題などをパワーポイントを使って分かりやすく発表しました。

大きな大会での発表は緊張するものですが、二人は堂々と大役をこなし、和みの郷の良いところをアピールしてくれました。



地域交流の話題

私たちの施設は新見市の金谷にあります。この季節は続けて地域の方と交流する機会に恵まれましたのでまとめてご紹介します。

金谷地区ミニmini運動会

9月24日金谷地区ミニmini運動会が開催されました。お誘いを受けたので会場となった公園まで出かけ、地域の方と一緒に、球入れ、スプーンリレー、パンくい競争などさまざまな競技に参加しました。会場では焼きそばも焼いていたので、青空の下おいしく食べて力をつけて走りました。

翌日は「疲れた」と言う人もいましたが、写真のとおり満面の笑顔で「楽しかった」「また行きたい」「アンパンおいしかった」などと楽しく話してくれました。



運営推進会議

和みの郷かなやのデイサービスセンターは地域密着型ですので、「運営推進会議」という会議を外部の方を招いて開催します。

今回も9月28日、地域の方、市役所の担当者、家族の方などをお招きし、運営状況や活動報告などについて話し合いました。栄養士による「薬と食べ物の相互関係」の話もあり、皆さん熱心に聴いてくださいました。

お茶菓子は、利用者さんが誕生会で楽しみにしているケーキです。デイサービスでどんなことを楽しんでどんなおやつを食べているのか、分かっていたきたくて用意しました。地域の方はみなさんデイサービス利用中の楽しみを感じてくださいました。

写真は会議のあとでデイサービスを見学して下さったときのものです。利用者さんもギャラリーがいるのでいつもより張り切って活動してくれました。



金谷祭り

10月12日和みの郷がある新見市金谷のお祭りがありました。

おみこしの姿が見える前に遠くから「わっしょい、わっしょい」の声と笛や鐘の音が聞こえると集まっていた入所者さんは前に乗り出して中庭に入ってくれるのを待ち構えました。

残念なことに雨が降り出して担ぎ手の皆さんは濡れてしまいましたが、大きなおみこしと子供が担いでいる樽みこしが大勢で威勢よく到着。濡れているからと遠慮がちなが、獅子は入所者の無病息災を祈って順番に噛んでくれました。「なんだか足の痛いのが治ったような」と言う人もいて、氏神様のお陰を感じたうれしいひと時でした。



第二月曜日は 散髪の日

和みの郷かなやでは月に1回、第二月曜日に理容師さんたちが順番に有償ボランティアに来てくださいます。

髪が伸びてるなど気にしていたり、そろそろどう？と職員にと勧められた入所者がこの日に順番にカットしてもらいます。

3組の理容師さんのグループが順に来てくださるのですが、どの理容師さんもときぱきと手際よく散髪を進めながら利用者が笑顔で過ごせるように話しかけてくださいます。

次はお正月前になるので希望者がたくさんいるでしょう。みんな月に1回の散髪を楽しみにしているので、これからもよろしくお願ひします。



介護支援専門員 橋本 央子



新人
紹介

新しい仲間たち



我々の仲間入りしました。

①抱負 ②趣味・特技等



デイサービスセンター

在宅ケア部長 **松村 望東美**



①10月より岡山療養センターからライフケアセンターに勤務させて頂いております。看護教育、管理を経験し初めて福祉の分野に入って参りました。戸惑う事の多い毎日ですが、周囲の皆様から教えて頂きながら、自分の役割を果たせる様、努力したいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。
②趣味：旅行、園芸（ハーブガーデン）好きな言葉：「即今当処自己」

やよいの里

介護職員 **吉木 誠**



①8月からケアハウスやよいの里で勤務させて頂いております。介護職の経験は無く、見る・聞く・話す全てが分からない事ばかりですが、先輩職員の方から丁寧に指導して頂いております。今出来る事を精一杯頑張りたいと思っていますので宜しくお願い致します。
②趣味：愛犬と遊ぶ、スポコンマンガを読む

やよいの里

介護職員 **松本 元気**



①1日でも早く、皆さんと一緒に楽しく仕事ができる様に日々、研鑽して一生懸命頑張りますので宜しくお願い致します。誰に対しても、笑顔忘れず頑張ります。
②趣味・特技：水泳、マラソン好きな言葉：終わりよければ全てよし好きな歌手：DREAMS COME TRUE

やよいの里

介護職員 **雲岡 祐加**



①8月から勤務させて頂いております。新しい環境の中で、まだまだ慣れない事が多く、ご迷惑をおかけすると思いますが、笑顔忘れず、頑張りたいと思いますので宜しくお願い致します。
②趣味：ドライブ

なでしこ苑

看護職員 **黒木 布美子**



①9月より勤めさせて頂いております。新しい環境の中、慣れないこともありますが、徐々に仕事に慣れていきたいと思っております。ご迷惑をおかけする事もあると思いますが、宜しくお願い致します。
②趣味：音楽鑑賞、DVD鑑賞

なでしこ苑

介護補助員 **畑 重美**



①8月より勤めさせて頂いております。しばらく介護職を休んでいたため、仕事を覚えるのに時間がかかっていますが、明るくだけにとりえなので、頑張りたいと思っております。どうぞ宜しくお願い致します。
②趣味：旅行です。お寺参り等で、朱印を集めています。好きな音楽：ソナーポケット「プロミス」

たちばな苑

労務員 **布野 克明**



①9月から労務員として勤務しています。外回りの掃除、蛍光灯の交換、パンク修理等、少しでも利用者様に喜んでもらえる環境作りに努めていきますので宜しくお願い致します。
②茶トラのオス猫を飼っています。

たちばな苑

看護職員 **相馬 愛**



①9月より、たちばな苑に参りました。入職してから丸1ヶ月たち、少しずつではありますが勤務にも慣れてきたところです。皆さんのお役に立てるよう頑張ります。
②趣味：インターネットゲーム、ドライブ

憩いの丘

介護職員 **森谷 涼夏**



①11月から特養で働かせて頂いて、以前つとめていた施設とは何もかもが違い毎日が新鮮です。これから早く一人前の職員になれるよう頑張っていきます。
②趣味：釣り、車を見に行く、映画鑑賞

憩いの丘

介護職員 **田村 美紀**



①8月から働かせて頂いてますが、まだ覚えていない事も多いですが、1日1つ、2つと徐々に覚えていきたいと思っております。ご指導宜しくお願い致します。
②趣味：三代目J Soul Brothersが好きで良く聴いたりしています。

備中荘

介護職員 **枝松 順子**



①抱負：介護の仕事は初めてなのでわからないことばかりですが、1日も早く慣れるよう頑張りたいと思っております。よろしくお願い致します。
②趣味：お菓子づくり

宇垣荘

介護職員 **齊藤 博**



①8月より勤務させて頂いております。利用者が安心して過ごせるよう頑張っていきたいと思っております。どうぞ宜しくお願い致します。
②趣味：旅行

宇垣荘

介護職員 **秋葉 千愛希**



①9月より宇垣荘にてお世話になっています。日々勉強させていただき楽しく過ごさせていただいています。施設内で一番若いので若さと明るさをモットーに頑張りますのでよろしくお願い致します。
②趣味：音楽鑑賞、動画をみる事、ゲーム

玉松園

介護職員 **平田 敬子**



①10月より玉松園に勤務させて頂いております。養護老人ホームは初めてなので、初心に戻り精一杯頑張っていきたいと思っております。宜しくお願い致します。
②趣味：スノーボード、愛猫・愛犬と戯れること

トピックス

点眼薬（目薬）を正しくさしていますか？

ライフケアセンター薬剤師 酒井 律江

今更と思われるでしょうが、皆さんは点眼薬（目薬）を正しく使用していますか？

点眼薬・眼軟膏は抗菌薬、抗アレルギー薬、抗炎症薬、ビタミン類やその他の薬物を含有し、結膜嚢に適用する無菌の外用薬です。

目薬をさすとき、容器の先が目やまつ毛についていませんか。目薬をさした後、目をパチパチしたりしていませんか。点眼回数や滴数をまもっていますか？これらは、目薬の汚れ、薬の効果や思わぬ副作用などに影響を与えます。そこで、目薬のさし方の前に、眼のしくみ・目薬の流れなどについて、知っておきましょう。

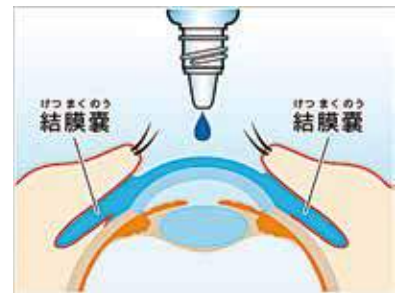
「眼のしくみ」



眼球と眼瞼（まぶた）の間に結膜嚢という袋状になった部分があり、目薬のたまる場所となっています。涙は絶えず涙腺から出て、目の表面を潤したり、埃などを洗い流したりしています。その涙はまばたきによって目頭の方へ集って涙点・鼻涙管を通過してのどの方へと流れていきます。“目から鼻へぬける（頭の回転の早いこと）”と云う諺もありますよね。


「目薬の流れ」


目薬をさすと、目薬はまぶたの下の袋状になった結膜嚢にたまり、その成分が徐々に目の奥へと浸透して行き、吸収された薬は、最終的には全身の血管へ入り、全身に作用します。結膜嚢はとても小さいので（容量は約30 μ l）、目薬の一部は目からあふれ出ています。また、目薬をさすと、目薬は目の表面にある涙と混じり合います。このため、目薬も涙と一緒にのどの方へと流れています。のどの奥で薬を感じることはこのためです。この場合も薬は、最終的には全身の血管へ入り、全身に作用します。薬によっては、たとえ目薬といえども全身性の有害作用が現れることがあるということが分かってもらえると思います。



「目薬の正しいさし方」

1. 手をきれいに洗います。

2.  頭を後方に傾け天井を見つめるようにし、下まぶたを引いて1滴さします。結膜嚢の容量は約30 μ lで、点眼薬1滴は約50 μ lなので、1滴で十分です。（2～3滴の場合もあるので、指示に従って下さい）この時容器の先がまぶたやまつ毛に触れないように注意して下さい。

3.  点眼後はしばらく静かにまぶたを閉じるか、軽く目頭を抑えましょう。ただし、手術後は傷口に触れることもあるため、目頭をおさえるのではなく、眼を閉じるだけにしましょう。結膜嚢からあふれた目薬は鼻涙管を介して全身へ行き、副作用の原因になるため、まばたきをしないで、目を閉じるか、目頭を押さえたりして下さい。

図は参天製薬「正しい目薬のさし方」、慶応義塾大学病院「点眼薬」から使用

4. あふれた目薬は、眼瞼炎などの原因になるので、清潔なガーゼやティッシュで拭き取って下さい。

次に、よくある質問についてお答えします。

(1) 2種類以上の目薬をさす順序と間隔は？

医師の特別な指示がある場合を除き、一般的には、①最も効果を期待する目薬は最後、②懸濁性の目薬、油性の目薬は後に点眼する。
水溶性目薬→懸濁性目薬→油性目薬→眼軟膏の順序で点眼します。
目薬をさす間隔は、5分以上あけることで目薬の相互の影響は少なくなります。



(2) コンタクトレンズをつけたまま点眼してもいいの？

一般的にはつけたまま、目薬をささない方がいいでしょう。目薬の成分や防腐剤などがコンタクトレンズに吸着・蓄積することによって、眼表面に影響することがあるからです。特にソフトコンタクトレンズは吸着しやすく、眼表面に影響が大きいです。

(コンタクトレンズをつけたまま点眼できる目薬もあるので、使用上の注意をよく読んで下さい)

目薬をさした後、再びコンタクトレンズをつける場合は、5～10分を目安にあけて下さい。



(3) 寝る前に目薬をさしてもいいの？

一般的には、点眼して10分以上経っていれば、薬が目の表面から吸収されてしまうので、刺激性が強い目薬など一部を除けば、寝る前の点眼は問題ないと考えられています。

(4) 目薬を開封してからどれくらいの期間使用できるの？

一般的には開封後は最大で1ヶ月が使用期限といわれています。

(5) 救急箱に保管する場合は、湿布薬などの芳香成分が吸着するおそれがあるので、注意しましょう。

☆正しく点眼薬(目薬)を使用して、美しくものを見ましょう!☆



朝夕めっきり寒くなり、ストーブやコタツなど冬支度をする時期になりました。

今年は夏が過ぎてから雨続きで秋晴れの日が少なく、一気に冬を迎えそうですが、先日、小雨のなか蒜山に出かけたところ、木々も色づき紅葉が始まっており、何とか四季の移ろいを感じることができました。

この時期、気になるのがインフルエンザの流行ですが、既に流行の兆しを見せていると言われ、施設従事者にとっては一番気になるところですが、今年はインフルエンザワクチンが不足し大流行が懸念されるとの報道や、インフルエンザの予防接種は意味がないとの意見もあります。

何れにしても、当施設では入所者、職員に対しインフルエンザワクチンの接種を行うとともに、インフルエンザの予防策として、まずは施設内に持ち込まないように、うがい、手洗いの励行に取り組みたい。皆さんも気を付けてこの冬を乗り越えましょう。

和みの郷かなや 中山 淳輔

ライフケア：岡山市北区国体町3番12号 TEL086-252-2222 宇垣 荘：岡山市北区御津宇垣2069-10 TEL086-724-0707
憩いの丘：岡山市北区日近1807 TEL086-295-1155 玉松 園：岡山市北区御津金川123番地 TEL086-724-0058
備中 荘：岡山市北区高松原古才600-5 TEL086-287-3332 和みの郷かなや：新見市金谷641番地 TEL086-772-1244