

「食と芸能の祭典」 十一月六日(土) ゆうゆう祭開催

ゆうゆうだより

「食と芸能の祭典」

剣舞がやってきた!

今年のゆうゆう祭は、「食と芸能」をテーマに準備を進めてきました。そこで、芸能という観点から、かねてから皆様に剣舞を観ていただきたいと考え、今回初めて、剣詩舞をされている伊藤勝美氏、萩野照子氏の両氏に披露して頂きました。そもそもなぜ剣舞をと考えたのかと申しますと、高校時代からほんの暫く私も剣舞をしていたからです。

剣舞というのは読んで字の如く「剣の舞」であります。詩吟に合わせて勇壮無尽にステージを駆け回る剣舞は、詩吟に詠われている情景を視覚的にも楽しませてくれ、迫力もあります。来年のゆうゆう祭では、皆さんの中からステージに立って下さる方をお待ちしております。

支援相談員 尾ヶ口 徹

鍋祭り

豚汁と海鮮鍋の二種類が振舞われました。入所者の方は昼食と共に召し上げられました。早くから作ったので少し煮くずれてしまいましたが、味のほうは「おいしかった!」との声が聞かれました。

介護職員 梅島 順子



お茶はいかがですか?



このお鍋おいしいね、あんたも食べっしょい



みんなで体操しましょう!



子供たちにも人気の駄菓子屋さん



2階作品「麦わらペイント」



1階大作「空き缶みこし」

かくし芸

今年のゆうゆう祭の出し物の一つである、かくし芸大会の司会をさせていただきました。至らない点多々ありましたが、観客の皆様温かい拍手や笑い声に支えられ周りの職員の手を借りながら無事終えることが出来ました。この感動はとてもよい経験となりました。

介護福祉士 川西 綾



千昌夫です。似てるかな?



私たちもがんばりました

最後にボランティアの皆さん、ご協力いただいた方々、そして参加して頂いたご家族の皆さんありがとうございました。来年もよろしくお願致します。

秋の大運動会

赤肉優勝おめでとうございます。運動会に向けての準備も一ヶ月前より利用者の皆さんと一緒に取り組みました。競技も毎週練習し、当日に向けての気持ちを高めていきました。本番当日の利用者の皆さんの顔はいきいきとされており、競技にいつもは参加されない方がされていて本当に嬉しく思いました。全てにおいて満足できた運動会でした。来年も優勝目指してがんばりましょう！

介護福祉士 島山 律子



がんばるぞー！エイエイオー！！

敬老会

九月十五日、松沢保育園の子供たちが来所し、歌や踊りをおどってお祝いに参加してくださいました。利用者の方々は園児に首飾りをつけてもらい、満面の笑みを浮かべていました。**【ホームページ上では人数のみのご紹介とさせていただきます】**

卒寿(九十歳) 5名
米寿(八十八歳) 2名
傘寿(八十歳) 2名
喜寿(七十七歳) 1名 (順不同)
以上十名の方、おめでとうございます。



いつまでも元気でいてね

ありがとう

寒い季節になってきましたが体調はいかがでしょう？今回は豆乳茶碗蒸しを紹介します。夏頃、テレビで豆乳の効果について番組がありました。当施設ではボランティアの方々に豆乳使用のジュースを作ってもらっていました。が、しばらく豆乳が手に入らなくなりマスキンの影響力をつくづく感じたと思います。

『豆乳茶碗蒸し』

材料 (四人分)

成分無調整豆乳・一カップ、卵・三個、枝豆(冷凍)・適宜、だし汁・二五〇ml、しょうゆ・小さじ一、塩・小さじ1/2

作り方

冷凍の枝豆をさから出しておく。
だし汁を耐熱ボウルに入れ、ふんわりとラップをかけて電子レンジで加熱し、しょうゆ、塩を加えて混ぜる。
ボウルに卵を溶きほぐし、豆乳を加えて混ぜ合わせる。ざるでこしながら耐熱の器に入れる。

の器が入る大きさの鍋に器の半分がつかる量の湯を沸かしておき、布巾をかませてふたをし、二三分蒸す。枝豆を散らし、少しずつ再びふたをし、弱火で約十五分蒸す。

(参考)栄養士会福祉協議会レシピ

枝豆を銀杏など、いろいろアレンジして下さい。元気に寒い冬を乗り切りましょう。

管理栄養士 上坂優美子

まめ知識 『豆乳』

豆乳には、イソフラボンという抗酸化物質が豊富です。イソフラボンは女性ホルモンと似た構造を持ち、体内で同じ作用をします。骨粗鬆症や更年期障害を和らげる女性の強い見方です。



お礼の言葉

現在入所中の河岸武夫様のご家族が使用しなくなった大量の毛糸を贈付して下さいました。当施設での作業療法の材料として使わせて頂きます。誠に有難うございました。

作業療法士 平木裕子

主な行事予定

12月 3日(金) 報恩講
22日(水) クリスマス会
1月 5日(水) 新春餅つき大会

* 変更になる場合がありますのでご了承ください。



結婚しました

十月二日(土)にて結婚式を挙げました。今まで以上に仕事を頑張り、家事も出来る夫になります。

介護職員 萩野和博

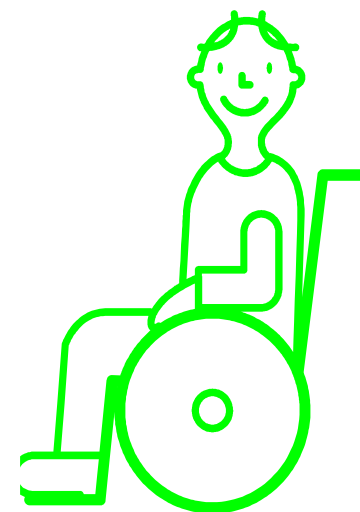
編集後記

段々と寒さが厳しい季節になりました。年末年始の準備でお忙しいでしょうが、利用者が楽しみにしている正月の外泊・外出を検討してみてください。それでは体に気をつけ、良いお年をお迎えください。

介護福祉士 中川 瞳

介護ワンポイント

今回、痴呆性高齢者ケアのポイントについてお話しします。



ケアのポイント

痴呆性高齢者の心

体験したことをすぐに忘れてしまうため、生活の一幕、一幕に連続性が見出せなくなります。

これはちょうど、常に途中から映画を見ているようなもので、自分の周りで起こっていることについて正確に理解することができません。そのため、不安な気持ちに陥ったり、混乱した反応を示したりします。

痴呆のお年寄りに接する基本

A：お年寄りのペースに合わせる。

介護する側とお年寄りとは時間の流れが違います。

ポイント ひと呼吸待ての術

B：根気よく繰り返し答える。

からかっているのではないかとと思われるくらい、同じことを何度も聞いてきます。

ポイント 環境を変える、5割聞き流しの術

C：一度に一つのことを伝える。

一度にたくさん情報を伝えるとわかりにくい。不安をまねくことが多い（わからない、わからない、おろろ）。

ポイント こちらに来て座ってほしい場合

…「ここに来て」と呼んで「座ってください」という、言葉分割の術

D：話すだけでなく書いてみる。

言葉で話しただけではすぐに忘れてしまいます。トイレのドアに「トイレ」と貼ったり、蛇口に「節水」と紙を貼る。

ポイント はい紙の術

E：感情は伝わることを忘れない。

物事を細かくはっきりと認識する機能は低下しますが、感情の動きはあまり変わりません。目の前で見たこと、聞いたことはすぐに忘れてもそこに動いた感情は心の中に残っています。

ポイント セルフコントロール、慣れ、距離を置く（医療、福祉サービスの利用）

頭でわかっていても、介護の苦勞の中で家族だからこそ感情的に我慢できないということもあります。1日でも距離をおくと、ゆとりが生まれることもあります。

F：その他の術

ささやきの術、寄り添いの術、背中へのタッピングの術、お茶の一服の術など

「あなたのことを気にかけていますよ」「安心してね」という心の言葉を、痴呆性高齢者の心にどうやったら届くのが、それを考えることが重要です。

皆様も、このような点に留意して、接していただければと思います。

作業療法士 平木 裕子





ROM(関節可動域訓練)の様子



平行棒内歩行訓練の様子

リハビリ風景

寝てばかりいると・・・

何も考えなくなる
痴呆(ぼけ)の始まり

心臓・肺が弱くなる

便秘ぎみになる

関節がかたくなる

筋力・バランス能力が
おとろえる

起きあがるとめまいがする
(起立性低血圧)

床ズレができやすくなる

ボット

★ こういうことを廃用症候群といいます
寝たきりの状態がつづいたときに起こる
さまざまな弊害のことです

起きると・・・

視野が広がる。
いろいろな刺激がある。
意欲がでてくる。

おめかしでも
してみようかしら

これがリハビリテーションの
はじまりです！

五月三十一日発行の第三十七号に掲載された記事が小さくて読みにくいとの声がありましたので今回再度掲載いたします。申し訳ありませんでした。