医療法人社団公佑会広報誌

さくら

No.67 令和３年６月発行

宮崎県えびの市大字大河平 4327-37
TEL 0984−33−2127
URL http://www.kyk.or.jp

さくらの花に誘われて

今年の冬は寒さ厳しく各地で大雪が降りましたが、ようやく日差しが暖かくなって過ごしやすい季節になり、各施設、恒例の花見ドライブに行ってきました。

さくらの開花が例年より約10日ほど早く始まったので、日程調整に苦慮した部署もあったようです。

当日は満開で、車窓に移る桜色が、段々と濃くなるにつれ利用者の声も弾みました。また春の風に吹かれて、花びらが舞う様子はとても風情がありました。

帰りの車内では、「まこて、毎年綺麗に咲くもんや。」「今年は、どこも行けなかったから良かった。」などの会話も飛び交い、喜んでいる利用者さんたちの姿を見ると、職員も嬉しく、来年もまた一緒に訪れたい気持ちになりました。

日程によって天気にめぐまれない方もいらっしゃいましたが、野外の空気に触れ、咲き誇る桜を目にしたりして、思い思いに花見を楽しんで頂けた様に思います。

入社式・新人研修

新年度を迎え公佑会に新たに職員が加わり、入社式が執り行われました。

辞令交付後、理事長より「看護、介護に携わる者は、常に専門職として、利用者や患者を善い方向へ導く責任がある。その為に常に学び、知識を深め、技術習得に努めなければならない。」という訓示がありました。

その後、新入社員より入社式の開催への感謝と今後の抱負が語られ、本施設が掲げる「和と愛」の理念の下、明確な目標を持って業務を行い、日々精進したいと決意の言葉がありました。

入社式の後は新人研修が始まり、研修は2週間に渡り行われました。知識や技術習得だけでなく、利用者の立場にたった学びのために、食事やオムツ、片麻痺を模した体験等を実施し、相手の気持ちになって考えられる様に指導を行います。指導を行う責任者も、日々の業務を振り返る良い機会となります。今回の研修も教える側、学ぶ側とも有意義なものとなりました。

新人職員紹介

志戸本（しともと） 淑子（よしこ）
丹医院
看護師

①趣味
美味しいお店をネットで探して巡ることです。えびの市は、まだ行ったことがないお店がたくさんあるので、これからが楽しみです♪

②休日の過ごし方
7歳と4歳の子ども達と遊んで過ごしたり、家事をしたり。子ども達といつか霧島連山の登山をしたいので、まずは自分の体力づくりを頑張りたいです。

③抱負
今年の3月に小林の看護学校を卒業したばかりの新米看護師ですが、これからもコツコツ学び続け、日々目標を持って成長していきたいと思っています。

果樹園

さくら苑の苑庭には様々な果樹が植えられており、今の時期はビワや梅、ブルーベリーが実り始めています。まだ色づいてはいませんが、草を掃ったり動物除けにネットを張ったりと作業に大忙しです。

今までは味を確かめる程度しか食べていませんでしたが、今年は、梅干しやブルーベリージャムを作る計画も考えていますので、皆さん収穫の時期を楽しみに待っています。

さくら苑入所活動紹介

さくら苑入所では、毎日、午前と午後に集団での活動を行っています。一日の大半を屋内で過ごす利用者の皆さん達が、少しでも気分転換が図れるように色々と工夫をしています。

今回は、午前中に行っている集団体操を紹介したいと思います。普段は、入所の職員が利用者の皆さんの前で体操の指導を行っていますが、時にはリハビリスタッフが職員指導も兼ねて体操を行うこともあります。

体操を行い全身を鍛えることで、日常生活動作の向上や維持に繋げることが出来ます。職員が元気よく声を出して呼びかけることで、普段は静かな利用者さんも身体を大きく動かしたり、大きな声で返事をして下さいます。また、表情良く「気持ち良かった」と大好評。レクリエーション活動を兼ねた「リハビリ」の時間となり、皆さん真剣に取り組んでいらっしゃいます。

なかなか自由に行動がしずらい状況です。少しでも、利用者の皆さんと一緒に楽しめるようなレクリエーション活動を考え実施していきますので、楽しみにして下さい。

さくら苑新館活動紹介

今回は、さくら苑新館で行っているバッティングレクという活動を紹介したいと思います。

バッティングレクとは、支柱に乗せたボールをプラスチック製のバットで打ち、遠くに飛ばし得点を競う簡単なゲームです。しかし、玉を打つには、ボールの位置確認、打つ方向、打つ力加減、腕を振るう動作と様々な要素があり、簡単そうに見えて集中しないとなかなか打つことが出来ません。

高得点を取ろうと、力いっぱいにバットを振り、豪快に空振りする方もおられ、「あれ?」と首をかしげながら照れくさそうな表情をされます。再度チャレンジしてボールを打つと、当てたことの喜びで、満面の笑みを見せてくださる方もいます。

中には、若い頃にソフトボールをされていた方がおられ、高得点に繋がるバッティングで他利用者からの歓声が沸き上がる場面もありました。

今後も利用者の方が参加したいと思える、心と体が動くようなレクリエーションを考え実施していきたいと思います。

さくら苑京町デイ活動紹介

今回はとても盛り上がるカラオケについて紹介します。最初に、「北国の春」を皆さんで歌いながら体操をしていきます。次に利用者のハーモニカ演奏に合わせて、「花」「春の小川」「どこかで春が」などを大きな声で歌っていきます。

喉の準備が整ったら、ここからが本番です。皆さんのリクエストに合わせて、マイクをどんどん回していきます。一番バッターは「むらさき雨情」。とても上手で、皆さんをどんどん歌の世界へ誘いこんでいきます。歌い終わり、「94点」と点数が出ると一斉に拍手の渦。その後も「浪花節だよ人生は」「こころ酒」「二輪草」など、皆さんプロ顔まけの歌唱力です。また歌に合わせて踊られる方もおり、さらに盛り上がります。

時には「生オケ」と言って、伴奏なしで歌われる方もいます。昭和50年代頃に流行った「およげ!たいやきくん」を見事に暗記し、堂々と唄って下さいました。

「50年代頃、皆さんは何をしていましたか?」と聞くと、「40代やった。」「一番忙しい時やった。」等と話しも盛り上がります。あっという間に時間は過ぎ、利用者の皆さんから「家におれば、電話がこんかぎり誰とも話さんよ。」「今日は楽しかった。スッキリした。」と笑顔で話されていました。

これからも京町デイに来てよかったと思われるように、職員一同全力を尽くして頑張っていきたいと思います。

さくらの杜活動紹介

さくらの杜では、定期的にドライブレクを行っています。

少人数のグループに分かれ、皆さんで話し合いを行い計画を立てています。

それぞれ意見を出され、「この時期はつつじの花がきれいやっで、久しぶりに見てみたか。」「白鳥の展望台からえびのの景色が見てみたか。我が家が見えんどかい。」などの話をしていると、いつの間にか話が逸れていき、自分たちの若い頃の話をしたり、昔話をしたり、そして歌いながら手踊りが始まったりすることも。毎回、みんなで楽しみながら計画を立てています。

先日は大河平つつじを目的地とし、クルソン橋や眼鏡橋を通り、大河平小学校周辺へつつじを見に行きました。天気もとてもよく、車外に出て、みんなでお茶を飲んだり、散策をしたりととても楽しまれていました。

屋外に出る事で気分転換に繋がり、なにより皆さんがとてもいい笑顔で帰って来られます。「おはんも行けばよかったな。」「よか天気で気持ちが良かった、ありがとな!」と話される姿を見て、とても嬉しく思います。

コロナ渦で外出や野外活動に制限がかかる中でも、楽しめる活動を今後も考えていきたいと思います。

さくら苑デイケア活動紹介

過ごしやすい季節になり、利用者の皆さんから「今年は畑で何を作ろうか?」等の声を掛けて頂き、皆さんと話をしながらトマト、ナスなど夏野菜をいろいろと植えました。

今年は、畝を短くし、利用者さんが散歩する時に、観察や手入れがしやすいように工夫してみました。苑庭散歩した後に畑まで足を延ばし「脇芽がでていたよ。」「花が咲いてきている。」「今から追肥したほうがいい。」等、多くの方から報告やアドバイスを聞けている状況です。私たち職員も、利用者が外に出る機会に繋がっていることを嬉しく思っています。

また今年は、夏野菜のほかにも様々なことに挑戦中です。まず、花壇を大きくして沢山の花を植えました。利用者の皆さんもリハビリ中などに外を眺め、花に癒されているようです。

そして、初めて米ともち米作りに挑戦しています。今は土づくりを行ったところですが、なんせ初めてのことなので、分からないことばかりです。利用者の皆さんの中には、現在も作っている方、若い頃は作っていた方が大勢いらしゃいます。先輩方々から指導などを頂いて、挑戦していこうと思っています。

成長状況などはブログに上げていきますのでぜひ御覧下さい。

食中毒

食中毒は、食中毒を起こすもととなる細菌やウイルス、有毒な物質がついた食べ物を食べることによって、下痢や腹痛、発熱、吐き気などの症状が出る病気です。

食中毒の原因によって、病気の症状や食べてから病気になるまでの時間はさまざまです。時には命にもかかわるとても怖い病気です。

細菌による食中毒にかかる人が多く出るのは、気温が高く、細菌が育ちやすい6月から9月ごろです。ウイルスによる食中毒は冬に流行します。食中毒を起こす細菌は土の中や水、ヒトや動物のフンや腸の中にも存在していて、特別な菌というわけではありません。そのため、食品を作る途中で菌がついてしまったり、家庭で調理したものを暖かい部屋に長い時間置いたままにしておくと細菌が増えてしまいます。

家庭での予防法は、

①細菌をつけない・持ち込まない
(食品を扱う前後は手や食器を洗いましょう)

②細菌を増やさない
(購入した食品はすぐに冷蔵庫へ入れ低温保存し、早めに食べましょう)

③細菌を殺す
(良く加熱し、使用した調理器具は洗剤でよく洗ってから熱湯をかけて殺菌しましょう)

日頃からの予防に取り組み、安心して食事が出来るようにしましょう。

つけない

増やさない

やっつける

お知らせ

前年度から引き続き、新型コロナウイルスの影響で、介護教室、夏祭りの開催は目途が立っていない状況です。楽しみにして下さっている方もいらっしゃると思いますが、このような状況で行うには、リスクが高すぎるため、県内外の感染状況等の様子をみている次第です。

介護教室に関しては、新たな冊子を作成し提供できるように準備を行っています。

開催できるようになった際は、出来るだけ早めにお知らせさせて頂きますので、ご理解下さい。

編集後記

今年の春は例年より暖かく、花々が咲くのが早く感じられました。皆さんのお住いの地域はどうだったでしょうか。

今回は、各施設で行った花見を中心に、広報誌を作成しました。花見をしながら、お茶などを楽しむということはなかなか出来ない状況ですが、皆さん、楽しんでいただけたようでした。

新型コロナウイルスの感染にも引き続き気をつける必要がありますが、これからの時期、食中毒や熱中症にも十分、気をつける必要があります。

皆さん、体調を崩されないように過ごしていただけたらと思います。

最後になりますが、現在のメンバーで広報誌を作るのは最後となります。次回からは、また新しいメンバーで公佑会での情報を皆さんにお届けしていきたいと思います。

URL http://www.kyk.or.jp
※公佑会ホームページでは最新情報を公開しています。是非ご活用ください。