すがお

No.３７

養護老人ホーム
松楓園　情報誌

一年を振り返って

夏の猛暑が恋しくなるような寒さが身にしみる季節となり、早いもので平成二十二年も閉幕のカウトダウンが始まります。今年最後の行事となります、クリスマス会の準備を利用者の皆さんと各階ごとで飾り付けを進めております。一年を振り返りますと今年の夏は、猛暑の日が続き利用者の方が体調崩れないように水分補給として健康飲料を配りながら個別に体調確認を行い、また猛暑日の外出の控えをお願いしながら、皆様のご協力のお陰で乗り切ることが出来ました。

昨年度と引き続きに取り組んでおります、なんでも相談窓口・第三者委員なんでも相談を定期的に開催し、より広く利用者の方の要望・苦情・相談の声を汲み取り、豊かな生活環境作りに努めながら外部の介護サービスを必要とする方が年々増加している状況を踏まえて、支援計画とアセスメント計画を明確にし、的確に介護サービスが提供できるように個別支援サービス計画の確立の強化を図っています。また新型養護老人ホームに求められている社会復帰の取り組みとして、自主自立の必要性を余暇活動・介護予防活動・外出支援活動など更に専門の講師よる健康講座の講習会を通して、個々の利用者の状況に合わせて働きかけております。

今後も開かれた施設作りを目標に福祉サービス第三者評価を受審し、新たな改善点を職員一丸となって研究を重ね、信頼される支援サービスが提供できるように取り組んでまいります。

これからインフルエンザやノロウイルスの季節となりますが、今年のノロウイルスは４倍の発生率と新聞等で報道されています。利用者の方及び職員は手洗い・うがいの励行と体調確認を行いながら感染症予防対策委員会中心に情報収集に努め、【感染症０作戦】を展開してまいりますので、今後ともご支援の程宜しくお願い申し上げます。

生活サービス課
課長　内田京子

転倒予防講習会

転倒による事故を防ぎ、健康にいつまでも松楓園での生活を楽しんで頂きたいとの思いから、職員が勉強をして学んだ事を、利用者の方々にお伝えする事で転倒事故防止に繋げていきたいと考えております。

11/17　利用者・職員が一緒に転倒について学びました

今回が二回目となる講習会では、高齢者の身体的な特徴と転倒の関係を、プロジェクターを利用してイラストを見ながら分かり易く説明を行いました。

しかし、どうしても一般的な高齢者の事故要因について説明を行うと「私は大丈夫」と考えてしまう利用者の方が多く、今回は更に施設内での生活場面に置き換えることで、より身近な問題として転倒について学べるように改善を行い、ヒヤリハットメモ等で職員が日常危険と感じた場面を再現する事にしました。

これには職員が何度も転び、滑り、挟まれたりを繰り返しながら写真を取り直したのですが、利用者役の職員には「もっとリアルに！」「滑り方が弱い」等と厳しい注文が浴びせられていました。苦労して出来上がった写真は四コマ漫画のように加工する事で、日常に潜む転倒の原因について興味を持って、身近な問題として感じていただく事ができました。

食と転倒予防に関しては、栄養士より転倒しても骨折しづらい体作りをテーマに講習を行い、こちらもイラストを多用しながらの分かり易い内容で、栄養の大切さを学びました。特に陽ざしを浴びる事で生成される栄養素については、利用者の興味を引き、日常の散歩の大切さなどを学ぶことができました。

最後は、日々の生活の中で無理なく取り組める体操について説明を行い、約四十分間の講習となりました。

転倒は高齢者が常に直面する大きな問題であることを認識し、職員一同で勉強を続け、今後も継続して転倒予防に努めていきたいと考えています。

相談員　内倉

ミニ　スポーツ大会

介護予防・体操教室の一環として十月二十九日に「ミニスポーツ大会」を行いました。今回は地域の方にも参加していただき、利用者もいつもと違った雰囲気の中で実施出来た事を、とても喜んでいました。

ミニスポーツ大会とは、毎週行っている体操教室の先生に種目を考えて頂き、介護予防を行う上で、より楽しみを持って頂ける様、毎年一回行っている行事です。

ミニスポーツ大会終了後は地域の方と一緒にお弁当を食べながら交流を図り、談笑する利用者の表情は満面の笑顔に包まれていました。

支援員　鈴木

災害活動相互応援協定

地元菅生町内会と松楓会とでは、災害時に相互で協力・援け合い、被害を最小限に防止する事を目的とした協定を結んでおります。毎年一回合同訓練を行っており、今年で十回目となりました。今回の訓練には総勢五十名以上が参加し、東京都に２台しかない起震車で全員が震度７の揺れを体験しました。また、消火器を使用した初期消火・ＡＥＤ（自動体外式除細動器）の取扱い方法の訓練も行い、災害に対する意識の強化と再確認を行いました。

総務係　係長　田村

お料理教室

十一月二日、料理教室にて利用者と共にタコ焼きを作りました。前回７月に開催した際に利用者より好評だったタコ焼き作りですが、今回は参加者を入れ替え実施致しました。参加者からは、「コロコロ転がしながら焼くのは面白いね。是非次回も参加したい」等の感想が聞かれました。

栄養士　香月

腰痛予防講習会

職場安全衛生の取り組みの一つに職員の腰痛予防対策があります。八月二十七日に専門講師による「腰痛予防講習会」を実施しましたが、職員から大変好評であった為、十一月四日に二回目の講習会を実施しました。

今回も体操教室の石井先生、大坪先生を迎え、運動の必要性と効果について学び、日常の運動不足を実感しながらも、体を動かす気持ちの良さにリラックスしながら、腰痛予防体操に取り組む事ができました。この講習会の模様はビデオで撮影しており、職員が継続して取り組めるようにしています。

健康である事が、利用者の方々への充実したサービスの提供に直結している事を考えると、講習会の目的や職員ひとりひとりが健康管理の重要性を再認識する講習会でもありました。

総務係　毛利

運動不足がたたり、変な悲鳴が聞こえてきます。

脳の健康教室 修了式

十一月十七日に第四期「脳の健康教室修了式」を行いました。

十六名の方々が修了され、その内の十三名が皆勤賞を受けられました。参加者の中には、第一期から継続して参加されている方もおり、毎週の授業や毎日の宿題が生活のリズムになっているようです。

修了式の席上ではお祝いの言葉と表彰に少し照れた表情を見せながらも、七ヶ月間にも渡り努力を続けてきた達成感に満面の笑顔がはじけていました。

今後も活動を通じ、楽しみながら日々の生活の活性化に繋がるように努力を続けていきたいと考えています。

支援員主任　徳川

華道展

華道講師・加藤先生よりお招きを頂き、十月二十一日 八王子そごうで行われた華道展の見学に出かけてきました。

今年も五名の利用者の方が参加され、先生より作品の説明を受け興味津々の表情で見学を行っていました。利用者の方々からは「様々な流派の生け花を見学出来てとても勉強になります」等の話も聞かれ、とても貴重な時間を過ごす事が出来ました。帰りには、買い物や甘味を頂き、心もお腹も一杯になり帰園しました。

支援員 主任 徳川

外出支援 オータムコンサート

外出支援の一環として十一月三日には西多摩霊園主催のハープとソプラノのコンサートへ出かけました。最前列で聴かせて頂き、演奏の途中では懐かしい「ゆりかご」「赤とんぼ」を演奏者の方と一緒に口ずさみました。利用者の方から「素晴らしい演奏でした」「心が和みました」との感想が聞かれ、終了後は演奏者の方と記念撮影と握手をして頂き記念に買ったCDにサインをして頂いた方もいらっしゃいました。

支援員 宮川

健康講座 口腔ケア講習

十一月十五日西多摩保健所より、足立マリ子氏・上實佳子氏 二名の方が来園し口腔ケア（口の中の衛生 等）についての講習を利用者の皆さんと職員で受けました。その中で歯を失う原因のひとつに歯周病があります。『歯周病菌』に感染し、歯肉(歯茎)が腫れたり、出血したり、最終的には歯が抜けてしまう、日本人が歯を失うもっとも大きな原因の歯の周りの病気で、実際には日本人の成人の約八〇％が歯周病(歯肉炎又は歯周炎)にかかっているといわれています。歯周病を防ぐ歯の磨き方や、歯ブラシの選び方を教えて頂きました。講習後、利用者の方から講師の方への質問も多く皆様に関心を持って頂ける良い講習会となりました。

支援員 浅見

利用者旅行不参加者食事会

九月に実施した利用者旅行の不参加者による園内食事会を十月十四日に実施しました。あきる野市にある「鮨武」さんにお寿司ご膳をお願いし、利用者にとっては大好きなお寿司という事もあり、とても喜んでいました。また、旅行の話と共に旅行でのお土産を利用者一人ひとりにお渡ししました。利用者より「お寿司が食べられて嬉しい」「来年は旅行に参加してみたい」との声が聞かれました。

支援員　鈴木

浅草　酉の市

ご存知の方も多いと思いますが、《浅草・酉の市》では、開運招福や商売繁盛を願って行われる福のお祭りです。

酉の市では様々なデザインの熊手を販売しているお店がずらりと並んでいます。購入する方に限らず、見ているだけでもとても楽しめるスポットです。

支援員　高橋

行事予定

もうすぐ「クリスマスにお正月」なんとなく心浮かれるこの時期を利用者の方々も満喫しています。

クリスマス会

施設内はクリスマスの雰囲気に
気分も盛り上がっています。

新年会

ちぎり絵の羽子板作成中
お正月の準備も万端です

【編集後記】

木枯らしが身にこたえるころとなり、いよいよ本格的な冬の到来です。

今年の冬はインフルエンザの他にもノロウイルスが猛威を振るうとの予想もあり、体調管理に努め、元気に利用者の方々と新しい年を迎えたいと願っています。

すがお編集委員会

発行者　社会福祉法人松楓会
養護老人ホーム松楓園
住所　東京都　あきる野市
菅生１１５９番地
電話　０４２－５５８－７０１０（代）
http://www.showhoen.jp/