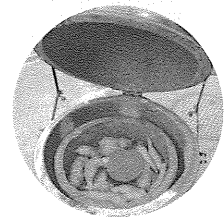
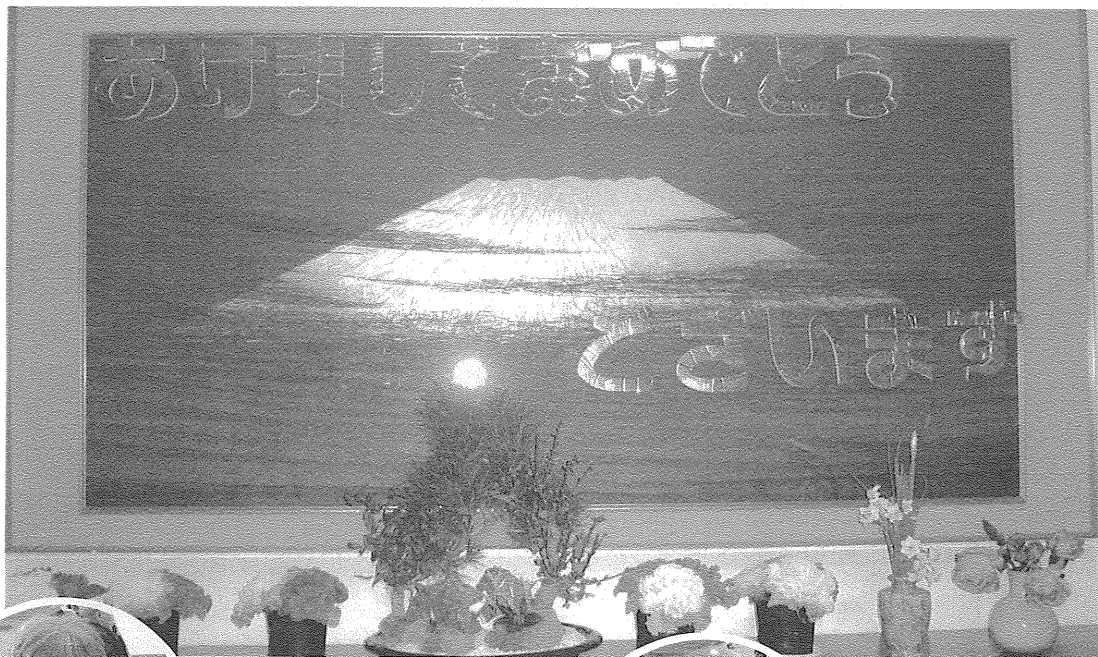


第122号 R6.1.15

悠々だより

社会福祉法人 萬里の会
特別養護老人ホーム悠々の里
デイサービスセンター悠々の里
悠々の里居宅介護支援事業所

愛知県愛西市小茂井町宮浦64番地1
TEL: 0567-28-6618 FAX: 0567-28-7183
ホームページ <http://www.yuuyuu.or.jp>




12月17日に昔ながらの
焼き芋器を使って
焼き芋パーティーをしました。

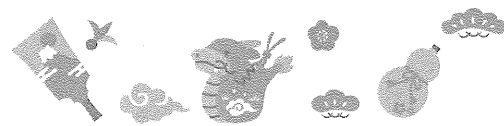
「悠々だより」第122号 目次

- P1 …… 表紙
- P2 …… 新春を迎えて・新年のあいさつ
- P3 …… 外出行事・運動会
- P4 …… 10月&11月誕生日会・法人記念日
- P5 …… ハロウィン撮影会・新入居者様紹介
- P6 …… リスクマネジメント委員会活動報告
- P7 …… 皮膚について・寒い冬を乗り切るために・居宅介護支援事業所より
- P8 …… これからの予定・お誕生日おめでとう・編集後記





新春を迎えて



理事長 日永 徹 代

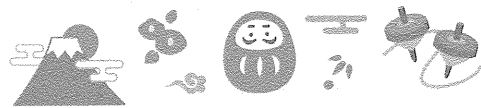
あけましておめでとうございます。皆様方におかれましては健やかに新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

昨年、長期化する新型コロナウイルス感染症や物価高騰の影響により私たちの生活は、大きな負担を強いられました。同様に高齢者福祉介護事業においても物価高騰や賃上げ機運が高まるにつれて他業種へ人材が流出するなど経営に対して厳しさを増すこととなりました。全国老人福祉施設協議会の収支状況等調査によると、令和4年度の特別養護老人ホームの経営増減差額比率（平均値）は、調査開始以降、初めてマイナスに陥り、赤字施設の割合が半数を超える状況に至っております。しかしながら、本年度は「辰年」であります。辰は空想上の生き物であります。創造性と情熱を解き放ち、勇気と自信を持って夢を追い求める年でもあります。全職員において介護者に対する「小さな気づき」を持ち、同じ方向で利用者様のための行動をしてみたいです。

本年も変わらぬご理解とご協力をお願いいたしまして年頭のあいさつといたします。



新年のあいさつ



施設長 山内 秀 男

新年あけましておめでとうございます。

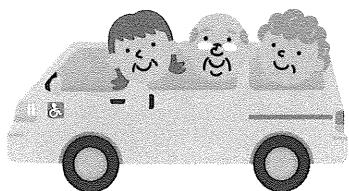
皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えになられたことと心からお慶び申し上げます。

昨年は10月から流行したインフルエンザや新型コロナウイルス感染症に罹患した利用者様は当施設において一人も見えませんでした。これも家族様の面会に対するご理解、ご協力があったのことで思っております。今後、利用者様とご家族様が接する機会が増えるよう規制を緩めていきたいと考えております。

さて、高齢者施設は大きく分けて民間施設と公的施設に分かれます。民間施設には、有料老人ホーム、高齢者向け住宅、グループホームがあります。公的施設は、特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、養護老人ホームなどがあります。利用者様のニーズに合わせ選定されるもので、それぞれメリット、デメリットがあります。特別養護老人ホームの特徴は、民間施設に比べ比較的利用料を抑えることができますが、2名から4名の方が一緒のお部屋となる多床室が多いです。ただ、新しい施設ではユニット型の個室となっているところが多いです。特別養護老人ホームは、待ちが多くてなかなか入所できないと思われがちですが、近年はそうでもありません。当施設においても定員65名に対して数名の空きがある状況になっています。

施設の維持・管理においては長寿命化計画を検討しつつ、利用者様に対して「心かよう介護」の理念の下、全職員でお世話させていただきます。

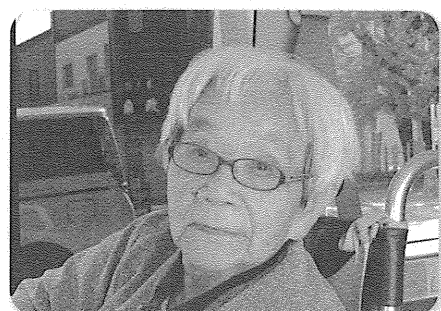
今後とも皆様の一層のご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。新年のあいさつとさせていただきます。



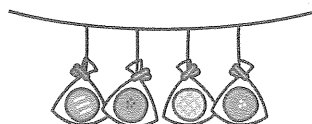
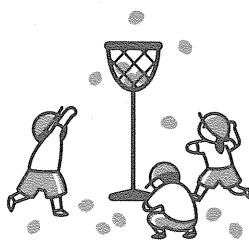
外出行事

介護士 永田 貴彦

10月11日(水)に外出行事でドライブに行きました。参加されたご利用者の思い出の場所を事前にリサーチし、出来る限り近くを通るように計画しました。当日は快晴でドライブ日和でした。色々な場所をめぐりご利用者と思い出話をしながら移動しました。帰りにケーキを購入し、午後の水分補給時に美味しく頂きました。次回は、車から降りて散策したいですね。

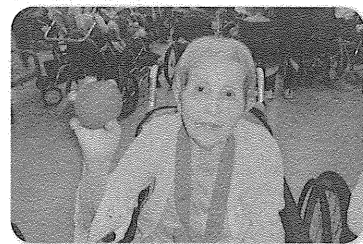


運動会



介護士 永田 貴彦

10月18日(水)施設内で大運動会を開催しました。第一競技はパン食い競争です。まだコロナ禍の為、パンを啜めるのではなく、手で取ってもらう形で行いましたが、やはり啜ってしまう方もおられました。白熱したパン食い競争の後にはパンとお茶で休憩です。そして第二競技へ・・・紅白に分かれて玉入れを行いました。目の色を変えて、カゴに向かって玉を投げ入れている方もいました。コロナ禍でルールを変更することがありましたが、利用者の皆様が笑顔で参加して下さいました。来年も楽しい企画を考えたいです。

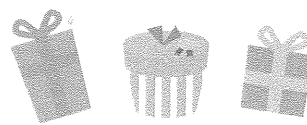


寄付

常磐苑 様
金 2万円

寄付をいただきありがとうございました。
施設で大切に使用させていただきます。

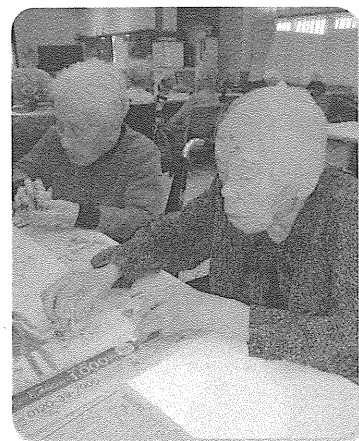
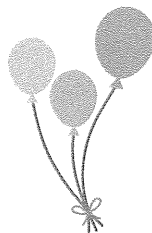
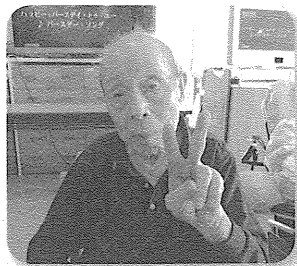
10月&11月誕生日会



介護士 岩月 夏佑

11月1日(水)に10月・11月に誕生日を迎えられた7名の利用者様のお祝いをしました。100歳を迎えられた方が1名おられ、「おめでとう、すごいね」とお祝いの言葉が飛び交っていました。

記念として紅葉の作品を作りました。皆様、とても楽しそうに参加されていました。

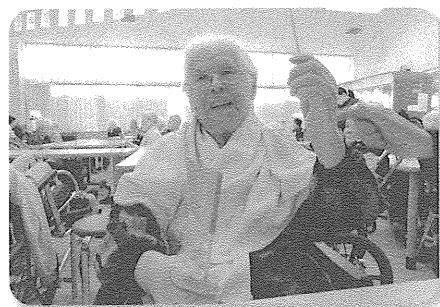


法人記念日

介護士 多賀 友香子

11月22日(水)に法人記念日を行いました。

施設長の挨拶に始まり、記念日と言うことで、紅白の旗上げ体操を行いました。利用者の皆様は、一生懸命に旗を上げたり下ろしたりしておられました。旗揚げ体操が終われば、美味しい食事に舌鼓をされ、笑顔溢れる記念日になりました。





ハロウィン撮影会



介護士 西川 智

10月28日(土)にハロウィン撮影会を行いました。仮装をして撮影会に参加した利用者様。たくさん
の笑顔を見ることができました。満面の笑みで写真に写る利用者様をご覧ください。



新入居者様紹介



野口 きる子様

ここは楽しいです。分からない事は教えてくださいね。



中嶋 みね子様

笑顔で過ごしたいです。オーライ!!



安田 富美子様

まだ来たばかりで分からないので、皆さん教えて下さいね。



服部 住子様

毎日楽しく過ごしています。



笠木 ちと世様

自宅の近くに来たので、ここでゆっくり養生させてもらいます。



内田 哲二様

好き嫌いなく何でも食べます。食事が美味しいです!



高田 千鶴子様

平和に過ごしたいです。



リスクマネジメント委員会活動報告

介護士 太田 俊正

食事の事故を防ぐための食事の形態について説明したいと思います。

主食（ご飯）は硬い順に、普通、軟飯、お粥、ペーストと分かれています。副食（おかず）は、普通、一口大、刻み、あんかけ、ペーストと分かれています。お茶は、普通（さら茶）、トロ茶（薄いとろみ、中間のとろみ、濃いとろみ）、ゼリー茶に分かれています。

《誤嚥性肺炎の予防》

自菌や義菌を入れて嚥む事ができる利用者様は普通に近い食事形態で食べてもらいます。嚥むことが難しい利用者様には飲み込みやすいように柔らかくして提供しています。

肺につながる気管の入り口には異物（食物）を入れないようにする蓋がありますが、老化が進み嚥下機能が悪くなると蓋がきちんと働かなくなり、気管に異物が入ってしまう事があります。この時自力で入った異物を出す為に咳込んで（むせ込み）正常な状態に戻そうとします。

《窒息の予防》

しっかり嚥まないまま大量に食物を飲み込んでしまうと喉に詰まらせることがあるので、声掛けをしてゆっくり食べるように促しています。また、スプーンのサイズを変えて適切な一口の量になるようにしています。

喉がつまって様子がおかしい時は職員が背中を叩いて（タッピング）、喉のつまりを治します。それでも良くならない時は吸引機で食物を引き出します。

《悠々の里の現在の1日の流れ》

6時頃から起床します。

8時の朝食後、自由参加のお参りとラジオ体操を行います。

午前は寝浴（月・火・木・金）とレクリエーション体操に分かれます。寝浴は、椅子に座る姿勢を保ち続ける事が難しい利用者様が対象で、基本的に横になったまま服を脱ぎ、頭や体を洗います。レクリエーション体操の時間は、曲に合わせて体を動かしたり、塗り絵をしたりします。

10時半から水分を200cc提供しています。

12時の昼食後は1時間の昼寝をします。

日曜日以外の午後は座歩浴になります。歩いて入浴できない利用者様は入浴用チェアに乗って入浴します。入浴しない利用者様はテレビを観たり、日向ぼっこをしたり、お話をしたりして食堂で自由な時間を過ごします。午後も水分を200cc提供しています。日曜日は喫茶とカラオケを行います。コーヒーとおやつを提供し、飲み終えた後はカラオケを行います。

18時の夕食の後はベッドで横になり就寝します。まだ寝ない利用者様は居室のテレビを観たりして過ごされます。就寝前のお薬がある利用者様は19時半にお茶100ccと一緒に提供して飲んでいただきます。



皮膚について

看護師 森 茂子

高齢者の皮膚は加齢とともに細胞分裂の能力が低下し、表皮が薄くなります。またターンオーバーも遅くなるため、角質層が古くなって厚ぼつたくなり、表皮の潤いが保たれなくなります。そして弾力性がなく物理的的刺激に弱くなります。

冬になり、皮膚の乾燥や痒みが強くなって困っている方も多くなります。そこでスキンケアのポイントを紹介したいと思います。

- ①入浴の際は弱酸性の石鹸を選択し、よく泡立てて（泡状の製品を用意すると便利です。）皮膚をこすらずに洗います。
- ②石鹸の成分が残っていると、細菌・真菌感染などの皮膚障害の原因になるため十分に洗い流すことが大切です。すすぎは熱いお湯を避けて38～40℃程度のぬるめとし、ふき取りはこすらず軽く押さえるようにします。
- ③洗い終わった後には保湿剤を使用します。
- ④高齢者は摩擦による刺激を受けやすいため、肌着や着衣の素材は化学繊維を避けて木綿などの柔らかい素材のものを、下着は締め付けない素材で、ゴムなどによる圧迫が少ないものを選びます。介助のために四肢を支えたり持ち上げたりする際は圧迫や摩擦を避け、皮膚を強く伸ばすことのないように注意します。



寒い冬を乗り切るために

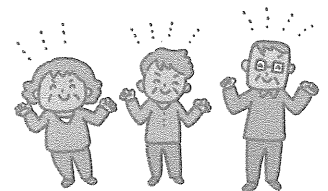


調理員 宮崎 小百合

皆さんは、冬になると起きづらかったり、風邪をひきやすくなったりしませんか？そんな時には免疫力をアップすると体調良く過ごすことができます。

免疫力をアップするには、軽い運動をすること、よく笑うこと、ストレスをためないことが大切です。また、食事面ではヨーグルトや味噌などの発酵食品、りんごなどの果物、緑黄色野菜、緑茶を取り入れると良いようです。

皆さんも軽い運動をして、おいしい食事をとり、よく笑いストレスをためず、免疫力をアップして、寒い冬を乗り切りましょう。



居宅介護支援事業所より

管理者 山中 誠治

居宅介護支援事業所では住み慣れた自宅での生活を続けて頂けるよう、介護に関するご相談なども受け付けております。お気軽にお問合せ下さい。

ご相談・連絡先

悠々の里居宅介護支援事業所 TEL 0567-28-6618

月曜日から金曜日までの

午前8時30分～午後5時30分までです。

不在時はこちらからご連絡させていただきます。



これからの予定

1月【睦月】	2月【如月】	3月【弥生】
<ul style="list-style-type: none"> ・かきぞめ大会 10日(水) ・外出行事 24日(水) ・外出行事 31日(水) 	<ul style="list-style-type: none"> ・節分行事 7日(水) ・外出行事 14日(水) ・外出行事 21日(水) ・外出行事 28日(水) 	<ul style="list-style-type: none"> ・桃の節句 誕生日会 6日(水) ・彼岸供養 13日(水) ・外出行事 27日(水)




新型コロナウイルス感染症 対策について

日頃は当施設の運営に際しまして、何かとご理解とご支援を賜り誠に感謝いたします。

施設の面会方法については、令和6年1月より入場面会者を6名までといたしました。しかしながら、感染者が再度、増加しているとの情報もあり、適宜対応してまいります。

面会方法を変更する際は、各ご家庭に連絡させていただきますので、ご理解の程よろしく願いいたします。

お誕生日おめでとうございます！

1月生まれの方

久野 智子様	100 歳
矢木 昌子様	91 歳
黒宮 敬子様	89 歳
武藤智代子様	89 歳
殿山 通代様	84 歳
川島嘉津子様	84 歳
伊藤とし子様	76 歳

2月生まれの方

安田富美子様	99 歳
内田 哲二様	90 歳
土方ヒト己様	86 歳
堀田サヨ子様	85 歳
丸目トキ子様	85 歳
田中 繁子様	85 歳
木村 義治様	76 歳

3月生まれの方

中野百合子様	97 歳
梶浦 誓様	94 歳
佐藤 文子様	90 歳
加藤 明子様	89 歳
石黒美智代様	85 歳
丹羽 一子様	80 歳

編集後記

干支の中で辰（龍）だけが架空の動物です。他の干支は実在する動物なのになぜ龍だけが架空の動物なのか、不思議ですね。諸説あるようですが、中国では権力の象徴とされ、縁起の良い生き物として選ばれたのかもしれない。

いろいろな物語に出てくる龍のイメージは、神聖でダイナミック。さらに自然を自由に操り、ストーリーに大きな影響を与えます。そして辰年は大きな変化が起こる年とされています。良い変化ならうれしいのですが、過去には良くない出来事も多くあるのが辰年です。

今年の龍は平和と笑顔をもたらしてくれることを祈るばかりです。

