

56 ちよびヒゲ

2016年

介護老人保健施設 悠々亭

1月号

羽曳野市榎山100-1 電話 072-953-1002 <http://www.heartful-health.or.jp>



はあとふるグループ

代表 島田 永和

明けまして おめでとございます。
良いお正月をお迎えになったこととお喜び
申し上げます。

悠々亭にご入所の方々には昨年より、工
事のために騒音や振動など大変ご迷惑をお
かけしております。申し訳ございません。
今年の4月末には島田病院の第1期工事が
完成する予定です。今しばらく、ご理解と
ご協力をお願いいたします。

新しい島田病院では、これまでの43床の
病棟に加えて、リハビリテーションなど急
性期の治療後のケアが必要な患者さんに
使っていただけのように45床の新病棟がで
きます。手術室も外来診療の診察室もそれ
ぞれ増設が可能となりました。整形外科で
は不可欠の検査であるMRIやCTは最先
端の機種を設置し、正確な診断に威力を発
揮するものと思っています。

一方、八尾地区では、在宅での生活支援
を強化するために通所介護「はあとふるプ
ラス」を新たに開設する準備を進めていま
す。

これらの複数の施設はそれぞれ違う機能
を持つています。患者さん・利用者さんの
お身体の状態や介護の必要性、さらにはご
家族のサポートなどの状況などに応じて、
必要な時にタイミング良く必要なサービ
スやケアが提供されるよう、組織内のつな
がりを強化して参ります。良質のサービス
やケアをうまくつなぎ、理念であります「そ
の素晴らしい人生が全うできる」ようサポ
ートを行って参りたいと思っています。
どうぞ、本年もよろしくお願い申し上げ
ます。

「謹賀新年」

永谷 ヨシ子さん作



はあとふるグループ 理念

その人がその人らしく
自分の人生を全うすることを



■ 特集

ひ孫の愛情あふれる介護

はあとふるな作文 ～ひいばあちゃんとはな～



ゆうゆうハウスをご利用されているご利用者のひ孫さんが書かれた作文が、学校で話題になったと、ゆうゆうハウスへ届けていただき、とても心温まる内容でしたので、ご紹介させていただきます。

「ひいばあちゃんとはな」

見た目は、クマもん。年は90才。心はわたしよりちょっと上ぐらい。毎日、デイセンターに通っている。わたしが休みの日は、送り出しに行く。わたしが、「行ってらっしゃい。」と手をふると、ひいばあちゃんは元気よく「行ってきまーす」。時どき、「はなちゃんもいっしょに行こうかあ。」と言ってくれる。デイセンターでもはなの話しをしてくれるから、連らく帳の返事をはなが書くと、ひいばあちゃんはよろこんでくれる。しょく員の人が返事をしてくれるとはなもうれしい。

ひいばあちゃんは、食べる事が好き。はなの10倍の年なのに、おばあさんが食べるような物じゃなくて、ピザやハンバーグやケーキの方が好きで、こんなメニューの日は、ゆだんすると、取られてあつというまに食べられてしまう。取られないように「それ、はなのや。」と言うと、めっちゃこわくなる。おこってても、おやつをいっしょに食べると、きげんがよくなる。

デイセンターが休みの日は、庭で草引きをする。でも、それは草じゃなくてしばふ…。地面にそのまますわって草引きをするので、時どき立てなくなって、お母さんたちに起こしてもらわないといけないけど、クマもんみたいに大きいので大変だ。それから、家に入る時、ひいばあちゃんは、右手でつえを持って、左手ではなと手をつないでゆっくりゆっくり歩く。「ぼちゃんがたおれたら、はなつぶれるなあ。」とみんなにわらわれる。ひいばあちゃんも「ほんまやなあ。はっはっはー。」て大わらいする。

わたしはそんなおばあちゃんが好きです。これからも、いっしょに手をつないで歩いたり、いっしょにごはんを食べたいしたい。(原文どおり)



この作文を読ませていただき、スタッフ一同が心温まる思いと、幸せな気持ちにさせていただきました。超高齢社会である日本は、介護が必要になっても、認知症になっても、住み慣れた地域、自宅で暮らしていくことを目的とした地域包括ケアシステムが推進されています。この取り組みを進めていくためには、介護サービスだけではなく、ご家族や地域の理解と支援が大切です。はあとふるグループも、この作文を書いたひ孫さんのように、温かい気持ちで高齢者の生活を支えていけるまちづくりに、取り組んでいきたいと思ひます。

※今回の作文や写真に関しましては、ご本人・ご家族の承諾をいただき、掲載させていただいております。

ゆうゆうハウスの取り組み ～ご利用者が楽しんで取り組める活動を目指して～



■ブレスレットを製作中のご利用者



■完成したブレスレット

ゆうゆうハウスでは、ご利用者の個別性を尊重した活動の機会づくりに取り組んでいます。今回は、昨年の春から開始した、カラーゴムを用いたブレスレット作りについてご紹介します。

まず、ブレスレット作りをご利用者へ提案し、手順の説明を行うことから始めたこの取り組み。初めは、「できるかな?」と言われていた方も、作品を仕上げることで達成感となり、「孫にあげるからあとこれだけ作らなあかん」「次はこの色があるなあ」と前向きな言葉や活力に変わっていきました。

今回のブレスレット作りは、ご家族やお孫さんへプレゼント出来るもので、プレゼントして喜んで貰いたいという思いから、ご利用者の自主性へと繋がり、積極的に取り組む姿勢が見られました。また、今回のブレスレット作りがご自宅での趣味活動へと発展した方もおられます。

この活動を通して、ご利用者が喜びをもって、ブレスレット作りに取り組むことができ、他者との関わりやご家族とのコミュニケーションの増加に繋がり、笑顔も増えているので、私達スタッフにとっても大変嬉しいことです。これからもご利用者のさまざまな個性を引き出しながら、人と人との心の繋がりを育める、ゆうゆうハウスを目指していきます。

■ゆうゆうハウス 生活相談員 下岸 淳子

■悠々亭 リハビリテーション部 ずし かなで
トレーナー 厨子 奏

体温を上げるトレーニング

みなさん！明けましておめでとうございます。寒い日が続いていますが、運動はされていますか。この季節は気温が下がることで全身の筋肉が緊張しやすく、また体温も低下しやすいといわれています。体温が下がることで、以下のような症状が現れます。

- ・免疫力が下がる⇒風邪をひきやすくなる
- ・体がかたくなる⇒怪我をしやすくなる
- ・血流が悪くなる⇒疲れやすくなる など。

そこで今回は手軽に全身の血の巡りを良くし、体温を上げるトレーニングを紹介します。椅子などに腰をかけた状態で、つま先とかかとを交互にあげます。回数は20回を3セットが目安です。今年も積極的に体を動かして、健やかに過ごしていきましょう。



栄養課のひとくちメモ

炒り大豆のレシピ

節分とは季節の変わり目のことをいいますが、春を迎えることは新年を迎えるにも等しいぐらい大切な節目であったため、節分といえば立春の前日だけをさすようになりました。また季節の変わり目には邪気(鬼)が入りやすいと考えられており、新しい年を迎える前に邪気(鬼)を払って福を呼び込むために豆まきを行うようになりました。

豆まきに使用する大豆は動物性食品によく似たタンパク質の含有量が多く、「畑の肉」と呼ばれる非常に優れた食品です。今回は、炒り大豆のおやつレシピを紹介します。豆まき後の大豆を炒り大豆にし、おやつ代わりに食べましょう。

【炒り大豆のみたらし風】

<材料>

炒り大豆150g 砂糖大さじ2杯半 醤油大さじ1杯 みりん大さじ1杯

<作り方>

1. フライパンに豆以外の材料を入れ火にかける。
2. 沸騰して大きな泡になれば豆を入れてからめ、少し水分をとばす。
3. クッキングシートに広げて冷ます。豆同士がくっつきやすいので、豆同士の間隔を広げましょう。



Information

悠々亭がお届けする耳より情報

ボランティアのみなさまの手によって フットレストカバーが新しくなりました



■新しく製作していただいたフットレストカバー

車イスの部品の1つで、足をのせる台のことを、フットレストと呼びます。車イスを利用する人の足部を支える大切な部品ですが、車イスからベッドへの乗り移りの際に足をぶつけてしまい、内出血や擦り傷などの怪我の原因になってしまいやすい部品でもあるため、悠々亭ではフットレストに布のカバーをつけ、怪我や事故の予防に取り組んでいます。このたび、長く使用してきたフットレストカバーがほつれてきたり、破れてきたりと劣化が目立ってきたため、新しく製作しました。

ボランティアグループ コスモスのみなさまが生地の裁断と縫製をしてくださり、ゴム通しはご利用者のみなさまと協力して行い、たくさんのカバーを製作することができました。

みなさまのご協力により、新しくなったフットレストカバーを是非、一度ご覧になって下さい。製作に関して、ご協力いただきましたみなさまに、心から感謝いたします。ありがとうございました。



- ### はあとふるグループ
- 医療法人(財団)永成会
 - 鳥田病院 ☎ 072-953-1001
 - Eudynamicsはびきのヴィゴラス ☎ 072-953-1007
 - 介護老人保健施設 悠々亭 ☎ 072-953-1002
 - 在宅介護支援センター悠々亭 ☎ 072-953-1003
 - 介護サービスセンター ゆうゆう亭 ☎ 072-953-5514
 - 〒583-0875 大阪府羽曳野市榎山100-1
 - ヘルパーステーション 悠々亭 ☎ 072-953-1062
 - 訪問看護ステーション ハートパークはびきの ☎ 072-953-1004
 - 〒583-0883 大阪府羽曳野市向野3-96-7
 - 八尾はあとふる病院 ☎ 072-999-0725
 - 〒581-0818 大阪府八尾市華園町2-18-1
 - 介護サービスセンター はあとふる ☎ 072-999-8126
 - 〒581-0815 大阪府八尾市宮町5-6-22
 - 社会福祉法人はあとふる
 - ゆうゆうハウス 通所介護サービス付き高齢者向け住宅 ☎ 072-931-1616
 - 〒583-0875 大阪府羽曳野市榎山96-10