

ほほえみ 通信

社会福祉法人起生会
特別養護老人ホーム
ほほえみの園
〒563-0053
池田市建石町 8-10
TEL 072-751-9494
平成27年8月1日
第71号

お知らせ
ほほえみ喫茶開店日
8月 休み
9月 12日(土)
10月 17日(土)
14:00~16:00



暑中お見舞い申し上げます。

長かった梅雨が明け、今年も多くの方々のご協力のもと、七月十九日に夏祭りを盛大に行うことができました。この場をお借りして御礼申し上げます。暑さが増す中、ご家族の皆様におかれましては多数ご来訪いただきありがとうございます。今年の夏祭りは、前日まで台風の動向から目が離せない状況でしたが、幸いなことに天気恵まれ職員一同胸をなでおろしました。当園の夏祭りは今年で十九回目を迎えました。



さて、この八月で当園は開設十九年を迎えました。この間に高齢者福祉の「あり方は大きく変わりました。国の栄養施策一つをとっても、ほほ二年に一度大きな改定がなされ、開設時と現在とでは内容が一変しています。特に老年期における栄養についての日本の研究は他の先進諸国に比べ遅れをとってきたという事実があり、今後更なる改定が行われると思われまます。昨今、超高齢化社会が到来し、老年期の健康問題が社会の問題として認識されるようになり、研究・啓発活動が活発になってきています。栄養に関する新しい知見も次々と発表されています。これまで「常識」とされてきた健康や食にまつわる情報の正否も地道な研究の積み重ねによって徐々に証明され始めました。例えば「健康には粗食が良い」と言われ始めてから十数年が経ちますが、肉や乳製品・油脂を少ししか摂らない人比べてこれらの食品を毎日取る人は認知能力が高い傾向にある事が判明していま



す。もちろん食事のみが認知能力に影響するわけではありませんが認知能力の維持に食事が一役買っているということは心に留めたい事実です。

そして、粗食に代わる健康食は「適度に欧米化された多様性に富んだ食事」だと言われていきます。この「適度に」のさじ加減がなかなか難しいのですが、少なくとも極端に肉・乳製品・油脂を避ける食事は控えた

いものです。健康や食に関する情報はとても多く、常に更新されています。玉石混合の情報の中から価値ある情報を選び取り吸収し、御利用者様のために役だてられるよう努めていきたいと思えます。

管理栄養士 岡田佐和子



特養

夏真っ盛りの八月！じりじりと強い日差しが照りつける本格的な夏、暑さ厳しい日が続きます。お体ご自愛ください。

家族会

ご家族の皆様今年もお暑い中ご参加頂き有難うございました。家族会では来年二十周年で施設長・事務長が退任するご報告と新施設長として特養の課長である山田が選出され来年八月まで準備期間となり、今年の八月より施設長補佐として頑張りますので皆さんどうぞ温かい目で見守り助言ご指導くださいようお願い致します。来年は二十周年式典のため夏祭りは開催せず、家族会の開催は追ってご連絡をさせて頂きます。



新たな職員体制を迎えるにあたってご利用者を取り巻く皆様の信頼を頂けるようにと身の引き締まる思いです。

(十人十色)ご利用者の個性を大切に、個性を受け入れることが自分らしい暮らしに繋がるように

(住人十色)ご利用者の数だけ家族の形があり、家族以上の存在になれるように

職員一同頑張って参ります！



夏祭り



毎年恒例の夏の風物詩である『夏祭り』が去る、七月一九日に開催されました。ご家族と触れ合い、地域の皆さんとの交流の場となり、中には利用者様と『ご近所だったのよ』とお伺いする場面も・・・思わぬ発見もたくさんあり楽しい時間を過ごせたかと思えます。お暑い中にも関わらず足を運んで下さったご家族様、ボランティアの皆様のご厚情のお蔭で無事開催することができました事、深く感謝申し上げます。ありがとうございました！！



ほほえみサロン(居酒屋バージョン)



毎月恒例のイベントである「ほほえみサロン」七月は、かねてから夕食後のくつろぎの時間を利用して一杯飲み屋をしたいね・・・という職員間の会話を現実させ「大皿メニュー各種注文スタイル」をとり、のれん、お品書きの誂えで居酒屋雰囲気大いに盛り立てる工夫をしました。居酒屋メニューは一五品をご用意、ご家族やスタッフもお客様になって頂き家族ぐるみでの楽しい会となりました。



スタッフ紹介

6月から働いている小山真由です。現在介護の学校へ通っている学生で夕方方の2時間のアルバイトさせて頂いていきます。色々と勉強になる事ばかりです。頑張りますのでよろしくお願い致します



デイサービス

こんにちは、デイサービスです。最初に報告です。なんと！この度『月刊デイ8月号』の中で皆さんで作り上げた貼り絵の壁画が再び入賞しました。



夏祭り

デスタツフ力作ゲーム『パーフェクトプラネッツ』（豪華景品あり）は、宇宙の惑星に見立てた的めがけて、エイッ！

目の前でくるくる回して作る綿菓子（夏祭り初登場）は色々な味の餡の中から好みの味を選んで作れます。毎年恒例の太鼓塾『一輝』による演奏も大迫力でした。



レクリエーション

大きな風船での『風船バレー』や『魚釣り』に『ボウリング』、踊り出すスタックもいて大盛り上がりです。天気の良い日には城跡公園散策にも出かけました。

ボランテニアさんによる『トーンチャイムコンサート』では、まるでオルゴールの中にいるような心地良い音色を聴き、涼しげな着物姿で夏を感じさせてくれる『龍扇会』、どんな要望にも応えて教えてくれる『編み物タイム』等、たくさんのボランテニアさんに協力して頂きました。七夕では大きな笹に皆で作った短冊や飾りつけをして楽しみました。



手作り壁画コーナー

デイフロアの壁は毎月、利用者様が手作りした季節感溢れる壁画で彩られています。



ほほえみクッキング

『ミニパフェ』『わらび餅パフェ』は自由な盛り付けで！『お好み焼き』はある利用者様のリクエストです。



お誕生日サービス

利用者様お一人お一人にプレゼントして、いる心を込めた手作りのお誕生日カード。デイでの楽しい一コマを収めた写真やスタンプからのメッセージや飛び出す仕掛けもついています。皆様笑顔でお誕生日を迎えられることを心より願っています。

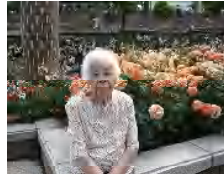


『ケアハウス五月園』

四季の花見ツアー



五月、とても暑い日でしたが、荒牧のバラ公園に行ってきました。公園の広さや色々な種類のバラに皆さん感動されていました。帰りに皆で食べたアイスクリームは、とても美味しかったです。



六月初旬、お天気に恵まれ水月公園に菖蒲を見に行きました。風情のある菖蒲は心がとても和みます。六月中旬には、城跡公園へゆり散策に出かけました。前日に雨模様でしたが、皆揃っての散歩は楽しかったです。



夏祭り



毎年恒例になりましたが、今年で19回目の夏祭り！ボランティアの皆さま、地域の皆さま、ご家族様等に支えられ、来年は、創立20周年を迎えることとなりました。

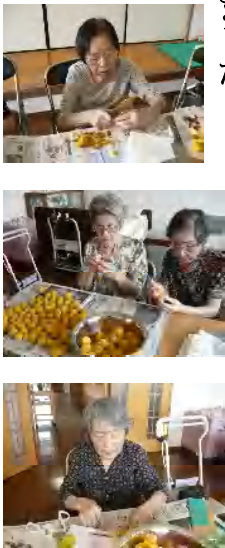
今年は、初夏祭りの方が多く、催し物にお食事に楽しんで頂けたのではと思います。



梅ジャム作り



ほほえみの庭で梅を収穫しました。たくさんの梅のへそを取り、細かく刻み、梅ジャムが出来るまでの下ごしらえをしました。



七夕祭り



短冊には、「皆が幸せになりますように」「いつまでも元気で歩けますように」等、それぞれの願いを書いて頂きました。皆さんの願いが叶いますように！



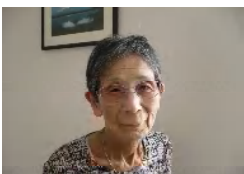
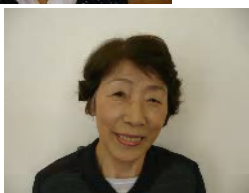
新入居者のご紹介



この度、ケアハウス五月園に新しくご入居された皆さまです。どうぞよろしくお願いたします。

415号 鈴吉
404号
406号

為計田 美津子様
和江様
長田 百合子様



ケアプランセンター

今回は最近よく耳にする高齢者向け住まいについていくつか紹介します。

○介護付き有料老人ホーム

各都道府県により「特定施設入居者生活介護」の認定を受けている施設です。介護サービスを提供されているのはもちろん、食事をはじめとする健康管理、掃除や洗濯、入浴、排泄など日常生活に関するサービスも受けられます。

○住宅型有料老人ホーム

「特定施設入居者生活介護」を受けていないため食事などのサービスを受けることはできませんが介護サービスは提供しません。介護が必要になった場合には、外部の在宅サービス事業者を利用します。

○サービス付き高齢者向け住宅

住宅としての居室の広さや設備、バリアフリーといったハード面の条件を備えるとともに、安否確認や生活相談サービスといった生活支援サービスの提供を受けられます。それ以外のサービスについては各施設に確認する必要があります。

厨房

梅雨が明け暑さが一段と厳しくなってきました。皆様も夏の到来を身を持って感じられていることと存じます。この夏を暑さに負けず過ごして頂きたいと思いい、今年もご利用者の方々には土用の丑に鰻を井仕立てで召し上がって頂きました。鰻は近年不漁のためにつきり高級魚になってしまった感がありますが、平安時代より親しまれている夏バテ防止食品です。(万葉集の中にも夏痩せと鰻を詠った歌が収録されています)鰻の夏バテ防止効果はビタミンAによるところが大きく、古来の日本の食卓には不足しがちであった栄養素のビタミンAを豊富に含む鰻をこの季節に食することは理にかなった習慣だったと言えます。ビタミンAの他にも抗酸化作用や代謝促進など夏バテ防止効果のある栄養素は数多くありますが、どれか一つだけを摂ってもその効果は十分に得られません。穀類・野菜・果物・肉・魚など、様々な食品を食べることでまんべんなくそれらの栄養素を摂り、暑さに負けない体を作って頂けるように、栄養士と調理師が力を合わせて御利用者様のお食事を作っております。

事務所

8月から費用負担見直し

8月1日から介護保険法等の一部改正により、利用者の費用負担の見直しが行われました。

- ① 所得160万円以上の利用者は2割負担に
 - ② 現役並み所得者の高額サービス費負担上限が4万4400円に引き上げ
 - ③ 施設の居住費・食費補足給付に単身1000万円、夫婦2000万円の資産要件の追加
 - ④ 特養相部屋の居住費が市町村民税課税者は負担が一日840円に変更
- となりますのでご確認のほどよろしくお願い致します。またご不明な点がございましたら事務所若しくは、池田市介護保険課へお問い合わせください。

『意見箱』の設置について

8月1日より、玄関受付に新たに『意見箱』を設置することとなりました。施設に対する建設的な意見やアイデアを皆様からお伺いし施設に反映させることを目的として始めました。たくさんのご意見お待ちしております。



静養室

看護婦さん紹介しまーす。

石川律子さん



ほほえみの園に来させて頂いてもう一年になります。パートかと思われている人もいるかもしれませんが、派遣の石川です。水・木・土・祝日とこちらで勤務して、月・火・金は皮膚科のクリニックに勤務しています。

皆さんと楽しく関わりを持ちたいと思っておりますのでどうぞ宜しくお願い致します。

竹山恵子さん

この7月よりほほえみの園で仕事させて頂いています。派遣ではありますが、日々丁寧な対応を心がけ、人生の大先輩でおられる、入居者様のお役に立てるよう頑張っていこうと思

っています。まだお顔と名前が一致せずスタッフの方には迷惑をお掛けすると思いますが、どうぞ宜しくお願い致します。



ホームヘルプサービス

在宅での熱中症

今年も暑い夏がやってきました。毎年の時期の通信には熱中症について寄稿しています。

テレビやラジオのニュースでは、暑さについての報道はひっきりなしに行われています。

先日の関西地方梅雨明けの報道の日は、私達の利用者様にも数人の熱中症患者さんが出てしまいました。

寒暖差に身体が馴染めず、気が付いたら、動けなくなっていたとか、ちよつと散歩に出たつもりが、帰宅と同時にふらついてしまった等の報告でした。大事には至らなかつたものの、大変な不安感に陥られたご様子でした。

こまめな水分補給は必須ですが、適切な塩分摂取も必要です。

ただ、手っ取り早いのでは無いかと「塩水」を摂られる方がありますが、身体に吸収されにくいので、不適切との事です。スポーツドリンクもお勧めです。

どうか、ご無事に今年の夏を乗り切って頂きたいと思ひます。

ボランティアコーナー

号もほほえみ夏祭りのニュースでましたが、七月十九日(日)建石町番地はご利用者とそのご家族、そ城の方々の中で数多くのボランティアの活躍が光りました。太鼓塾『小学生を含む若者たち、盆踊りを下さつた『世月予会』の皆様、届け持って下さつた普段の生活の中シティアさん、そして家族会OBさん、重いカメラを抱えてベストを狙って走り回って下さつたセ級のカメラマンさん達、そして二人ずつに浴衣を着つけて下さりまでしていただいた民生児童委員方・・・と今年のハイライトは大福祉専門学校からの学生さん達で貴重なお休みを夏祭りのために快て頂きこんなに嬉しいことはありません。地域の皆様方のご協力にも心か申し上げます。

編集後記

は夏一色の紙面となりましたが、の暑さはこれからが本番です。皆様ご自愛ください。

