

安羅木

—— 寄り集い安泰な日々が送れるように願いを込めて ——

新年号 No.137

発行

特別養護老人ホーム
やすらぎ荘

富山県南砺市天池1570
Tel. 0763 (52) 6166
Fax.0763 (52) 6159

題字 ▶ 長谷川 富子(92)



新年のごあいさつ

施設長 長谷川 正美

あけましておめでとうございます。

皆様には希望に満ちた新年をお迎えのことと、心からお慶びを申し上げます。

旧年中は、ご利用者の皆様をはじめ、ご家族の皆様、地域の皆様、多くのボランティアの皆様方に、格別のご理解とご支援を賜り、ありがとうございますました。

昨年の四月に施設長に就任させていただき九ヶ月が経過しました。日々事業運営の難しさや、社会情勢の厳しさを肌で感じながらも無事新春を迎えられますのも、皆様からのご指導ご鞭撻のお陰であると深く感謝しております。

昨年五月に新しい天皇の即位と新元号「令和」の施行、その後も朝乃山の初優勝やラグビーワールドカップの開催で、日本中が心熱くなりました。しかしその反面、消費税増税や相変わらずの台風被害、水害、地震等がありニュースを聞くたびに心が痛みました。一日も早い復興を願うばかりです。

さて今年「子年」にあたり再び新しいサイクルがスタートし、未来への大いなる可能性を感じます。七月には東京オリンピック・パラリンピックが開催され今から大変待ち遠しいです。利用者の皆様と一緒に記憶に残る一年にしたいと思います。

日本人の平均寿命は年々延びており、人生百年時代を迎えようとしています。やすらぎ荘でも介護の需要に対して、住み慣れた地域で安心して過ごしていただけるように、在宅での生活や施設での生活を通し、利用者一人一人に寄り添いながら質の高いサービスを提供し、信頼され、親しまれる施設になれるよう職員一丸となって努力をしております。

本年も皆様の変わらぬご支援とご理解を賜りますように心からお願い申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



第37回

年忘れ会



令和元年12月7日(土)、第37回年忘れ会が行われました。Sunnyjoys Gospel Choirの皆さんによるゴスペルコンサートでは素敵な歌声が会場に響き渡りました。職員の出し物では会場全体が笑いで包まれ、令和最初の年忘れ会を盛大にとり行うことが出来ました。



かわいいが
たくさん
あるね

やすらぎ荘オリジナル
元気を送る「ハカ！」



Sunnyjoys
Gospel Choirさん
によるゴスペル
コンサート♪



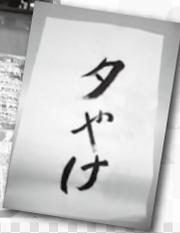
職員も飛び入り参加！

作品展示



やすらぎ荘デイサービスセンター

米寿の祝い



書道風景

やすらぎ荘・ふく満在宅介護支援センター

冬の脱水に注意しましょう!



脱水は夏に起こるイメージがあるかもしれませんが、冬でも脱水症状を起こします。冬の乾燥した空気や暖房器具の使用などが、高齢者の皮膚や粘膜から水分を奪っていきます。

脱水症状になると、膀胱炎や肺炎、脳梗塞などが起きやすくなるおそれがあるので、こまめに水分補給することが大切です。加湿器を使用することも効果的です。

室内適正な温度

- ・冬・・・温度20～22度、湿度45～55%
- ・春秋・・・温度18～20度、湿度55～70%
- ・夏・・・温度24～28度、湿度45～55%

「あんしん介護のすすめ」より

かくれ脱水チェック

冬は気づかないうちに水分を失う“かくれ脱水”に陥る危険が高まります。下記のような自覚症状があったら要注意! 速やかな水分摂取を行いましょう。

肌のかさつきが気になるようになった。肌が乾燥してツヤが感じられない。

口の中に粘つきを感じたり、唾液が少ないために口の中がパサつく。

便秘になったり、これまで以上に便秘の症状がひどくなった。

肌にハリがなくなり、手の甲をつまんで離すと、その跡が3秒以上残る。

足のすねがむくむ。靴下のゴムの跡が、脱いで10分経っても残っている。

肌や粘膜に変化を感じたら、かくれ脱水状態のサイン
水分が不足してきたときに、最初に自覚するのが肌や粘膜部分の乾燥です。唾液の分泌も減少します。

水分不足も便秘を引き起こす原因に
便に含まれる水分が減って硬くなると、便秘になりやすくなります。しっかりと水分摂取ができていれば、便にも一定の水分が含まれるはずなので、急に便秘になったり悪化するようなら、脱水状態の可能性も。

水分が不足すると皮膚の弾力も低下
潤いで満たされた皮膚には弾力があるので、ずっとつまんだ跡が残るのは、水分が不足している証。

むくみは、体液が機能していないサイン

むくみは血管外に体液が停滞することで起こります。その分、健康を維持するために機能している体液は減少しているということでもあります。そのむくみの一要因として、隠れ脱水が考えられます。



ふく満 デイサービスセンター



チューリップの
球根植え

春が楽しみです
!!



菊まつり

まあきれい

天気もサイコー

ふく満ホームヘルプサービス事業所・南部定期巡回センター

入選	入選	入選	優秀賞	優秀賞	最優秀賞
日替わりで娘が来ると喜ばれ (ヘルパー)	介護されあなたの笑顔で元気づけたい (小学生)	足音でヘルパーさんと判る母 (一般)	AIに負けない介護でえい愛に (一般)	「あんた誰？」それにもめげず自己紹介 (学生)	ヘルパーの裏技何度も盗み見る (家族)

富山県ホームヘルパー協議会では、毎年8月10日「ホームヘルパーの日」にちなみ、介護にあたるご家族やヘルパー、一般の方々から日頃の想いを川柳にした作品を募集しています。
今年度の入賞作品の一部をご紹介します。





やすらぎ広場



事故防止対策研修

8月28日(水)やすらぎ荘1階地域交流ホールにて事故防止チーム主催で「疑似体験と転倒・転落を防ぐための対策を考える」についての研修を行いました。

施設内の報告の中で一番多く起きる転倒、転落事故の原因・対策を多職種の職員でグループワークを行い意見を申し合いました。また高齢者の身体的な変化や気持ちの理解する事で介護方法やコミュニケーションの取り方を考えるために疑似体験セットを使用し、高齢者体験をしました。

疑似体験では、健康な私たちには想像もつかない事や入居者さんの身体状況を知らずして通して高齢者の気持ちに寄り添い、一人一人に合った



ケアを行っていきたくて思いました。

褥瘡対策研修



9月17日、講師にエクスジエルの高橋英樹氏をお迎えし、クッションを活用し快適に過ごす方法という題材で研修会を行いました。

事前に各ユニットで現場で困っている例を提示してもらい、職員が実際にクッションの当て方を体験しました。

また、車椅子での安楽な姿勢は個々によって異なり、その人に合った姿勢を考へてあげる必要があるとアドバイスをいただきました。

少しでも快適な時間を送っていただけるよう今後もサポートしていきたいと思えます。

ご寄付・ボランティア

令和元年九月～令和元年十一月末まで
皆様方にたくさんのお厚情・御協力を頂きまして、誠にありがとうございました。紙面にて御礼申し上げます。

▽ご寄付 (敬称略)

- 山本 花枝 (金5万円)
- 上田 律子 (金5万円)
- 中嶋 花子 (金3万円)
- 匿名 (金5万円)
- 匿名 (金10万円)
- 匿名 (金3万円)
- 匿名 (金1万円)
- 匿名 (金5千円)
- 匿名 (金5千円)
- 匿名 (金5千円)
- 匿名 (金5千円)
- 匿名 (金3千円)
- 匿名 (金1万円)
- 匿名 (金5千円)
- 匿名 (金5千円)

▽来訪・ボランティア (敬称略)

- 高野 清信 (タオル120本)
- 紙オムツ6袋
- 紙パンツ2袋
- (紙パンツ6袋)
- 高野 清信 (タオル120本)
- しゃくなげ会
- 七つの子
- ひばりの会
- ふるさと民謡会
- 深山会
- 福光赤十字奉仕団
- すみれグループ
- ヘルスメイトOG
- 成瀬社中
- 民生委員婦人ボランティア
- なんと土笛の会
- 明るい社会つくり運動
- 吟声会
- ヘルスポランティア
- 婦翔会
- 井口赤十字奉仕団
- JAひだまりの会
- 風音会
- 風華会
- ちよみがれ保存会
- 語り部ひまわりの会
- 福光吟声会
- みずき会
- 平もみじ民謡会
- 琴千会
- 山田地区社会福祉協議会

表彰

◎いきいきとやま健康と長寿の祭典大会長表彰(長寿部門 在宅福祉功労)

片田 文代 (副統括ヘルパー)

◎富山県社会福祉協議会会長表彰 社会福祉事業関係功労

藤澤智代子 (主任介護職員)

吉田 智視 (副主任介護職員)

◎全国老人福祉施設協議会表彰(20年表彰)

谷中美智子 (副統括看護職員)

中島 康子 (事務長)

◎全国社会福祉協議会会長表彰(永年勤務功労)

羽馬 由美 (統括介護職員)

西尾 芳美 (副統括看護職員)

西原由美子 (副統括栄養士)

(社会福祉法人・福祉施設功労)

中島 康子 (事務長)

▽ご寄付物品 (敬称略)

▽個人

◎社会福祉法人・福祉施設功労

- 川端 敏雄 (西瓜6玉)
- 齊藤 一郎
- (紙パンツ)袋半、パッド2袋
- 齊藤 紀男 (タオル類多数)
- 福光理容組合代表
- 片岸 博一 (タオル2袋)
- 花と緑の銀行南砺支店
- (チューリップ)球根375球
- 藤井 敏一 (あんほ柿100ヶ)
- 福光青葉幼稚園(白菜他野菜多数)
- 南砺市園芸植物園内南砺市
- 菊花会 代表 鍛冶 直弘
- (菊6鉢・菊切り花2束)
- Atrilize knick-hi
- 稲澤 廣明
- (カレンダー)四季の路1冊
- 富山県善意銀行理事長
- 河合 隆 (みかん2箱)
- 匿名 (紙パッド4袋)
- 坂田 福美
- 谷崎 記子
- 中島 康子
- 山田与志信
- 松村 愛花
- 金岩喜美子
- 大道 悦子
- 村田喜美居
- 高瀬美弥子
- 今井 大雅
- 安達さよ子
- 渡辺久美子
- 山坂 年夫
- 出村 一枝
- 下崎富美子
- 北島佐弘子
- 田中 優香
- 神田 真奈
- 松原 正枝



たのしかったちや



よいお点前で

茶道クラブ



お抹茶
おいしいわ



和菓子
おいしい



おやつ村 焼きバナナ編



おいしいよ♡



お茶しながら
話がはずむわ!



出来たて♡
良い匂い♡