

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.140

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(93)



年始のご挨拶

施設長 長谷川 正美

あけましておめでとうございます。

皆様におかれましては輝かしい新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

旧年中は、当福寿会やすらぎ荘に対しまして温かいご理解とご協力を賜りましたことを心よりお礼申し上げます。

令和二年度は誰もが希望に満ちてスタートした所、世界全体、日本全体が新型コロナウイルスの脅威にさらされる事になりました。ダイヤモンドプリンセス号に始まり四月には富山県でも感染者が膨らんできました。私たち介護の仕事は「密接」に関わらなければ成り立ちません。施設全職員が早期にコロナウイルス感染について学び、介護現場では感染後の重篤化や集団感染のリスクを抱えながら日々見えない敵と戦い、毎日安心して安全に過ごしていただけるよう感染予防に努めております。

このコロナ禍で「面会禁止・制限」を余儀なくされた事がご利用者の皆様やご家族の皆様に不安やご心配をおかけする事になりましたが、ご家族様からは温かいご理解をいただき本当に感謝しております。また、

多くのボランティアの方々を支えていただいている当施設では、地域交流も全て休止になった事で利用者の方々の楽しみが激変してしまいました。行事やクラブ活動等は各階、各フロアで楽しめる小規模の催しに変更し、季節を感じながら今までの生活が継続できるように楽しんでいただいています。今後もご不便をおかけ致しますが、周りの状況に応じて日々修正、対応しながら楽しい生活を支援できるよう取り組んで行きたいと存じます。

さて今年は「丑年」にあたります。丑年の方は努力を惜しまずコツコツと進む方が多いと聞きます。このコロナ禍もまだまだ先が見えません。私達もこのコロナに負けないよう「新しい生活様式」の中で我慢強く、粘り強くコツコツ頑張りが、利用者一人一人に寄り添い、やすらぎ荘の目標でもある「最高のやすらぎと生きがいをもったあなただけの生活」を支援できるような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人丸となって努力をしてまいります。

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。



年忘れ会



各階ごとに書道クラブ・華道クラブ・手芸クラブの作品展示がされ、作品を鑑賞しながら、とろろ焼き、おでん、うどん、やきとり、カップケーキ、プリン等を屋台村のような雰囲気でお好きなものを選んでいただきました。着物姿の職員と写真を撮られたり、ご自分の作品の前で記念撮影をされたり、好みの食べ物を食べられ、笑顔いっぱい大盛り上がりでした。



私が生けた
作品です。



おいしいな



あれ、食べたい。

作品展示



福100歳

満100歳 おめでとらござります



満100歳を迎えられた入居者さんのお祝い会が11月24日に開催されました。コロナ禍の影響もありご家族様や市職員、やすらぎ荘職員でささやかにお祝いさせていただきました。本人様より「ありがとうございます。長生きの秘訣は食べることです。」としっかり挨拶され、にこやかな表情で祝い状や記念品・娘さんからのお手紙・花束やケーキ等を受け取られました。



やすらぎ荘デイサービスセンター

レクリエーション風景

「羽根ついでゲーム」干支せうたう



や～



えーい



そ～れ



今年も元気に楽しく
過ごせますように





みなさん自分の干支を探して投げておられました。

※新型コロナウイルス感染対策のため、密にならないよう配慮しゲームを行っています。

やすらぎ荘・ふく満在宅介護支援センター

この冬、やってみよう！
動いてみよう！

いあでの運動

各運動は
5～10回ずつ
できる範囲で
行いましょう。

深呼吸



- ①胸を大きく開いてたくさん息を吸う。
- ②ゆっくり最後まで息を吐く。ゆっくり繰り返しましょう。

足上げ



足のつけねの筋力アップ

- ①背中を少し後ろに倒す。
- ②上半身は動かさずに太ももを上にあげて止める。
- ③ゆっくり足を降ろす。つま先も持ち上げます。膝が外側に開かないように注意しましょう。

ひざ伸ばし



太もも内側の筋力アップ

- ①片側の膝をゆっくり伸ばす。(つま先は上向き)
- ②上で止めてからゆっくり降ろす。

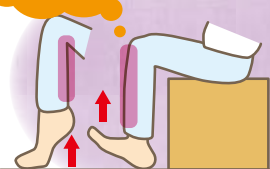
はさみこみ運動



太もも内側の筋力アップ

- ①クッションなどを太ももの間に挟み込む。
- ②力を入れて5秒ほど挟む。

つま先上げ



すねとふくらはぎの筋力アップ

- ①ゆっくりつま先を上げる。
- ②ゆっくりかかとを上げる。

※①②を繰り返す。

足踏み



足のつけねの筋力アップ

- ①背中を伸ばして座る。
- ②ゆっくり大きく足踏みする。

※かかとから床につけるように意識しましょう。

※余裕があれば大きく腕も振りましょう。

福光中学校の生徒さんより

**回めくい
カレンダー**

♡手作いの歌詞カード♡

利用者のひ孫さんから

プランター菜園

ホカブ収穫

ホカブの
クリーム煮に
なりました

コロナ対策でのグループ訓練月

**ふく満
デイサービスセンター**

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
ヘルパーはコロナに負けずチャイム押す (学生)	リモートで母にあいさつ 元気ですか? (家族)	テレワークできたらいいなヘルパーも (一般)	介助後に「仕事何け?」と尋ねられ (ヘルパー)	母ヘルパー 私のじまんてきはきと (小学生)	名も告げず 届くマスクに 励まされ (ヘルパー)

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」の活動として、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。

介護川柳





やすらぎ広場



褥瘡対策委員会

内部研修

高齢者にみられる筋力低下や関節の拘縮等が原因で起こる仙骨座りという座位姿勢を体験し、テキストに従いポジショニングを整える研修を部署ごとに分かれ行いました。

実際にやってみて、「身体の痛みや自分では身動きがでない」「顎が上がるので誤嚥しそう」等の意見が出ました。

姿勢を整える時には、「胸元にクッションを入れると腕が楽に感じる。」「90度の座位姿勢を長時間するのは苦痛」との意見もありました。



個々の対象者の体格や日常生活動作のレベルに合わせた車椅子やベットマットレスの選択が必要となっています。褥瘡予防のため車椅子クッション、ポジショニング方法等日々進化しており、新しい情報があれば職員全体で学んで行きたいと思えます。

事故防止チーム

施設者搜索訓練

職員が気付かないうちに入居者が施設の外に出て行かれた場合を想定し、各部署の連携や役割、搜索手順を確認しながら、車での搜索訓練を行いました。

入居者役の職員からは「自分は疲れたら休みながら歩くことができたが、認知症の方は疲れを感じることなくどこまでも歩いて行かれるかも分からないので本当に怖い」と感想がありました。当日は雨が降ってより寒く感じたこともあり、素早い対応が必要だと強く感じました。

このような事態が起こらないよう注意していくことが大事ですが、発生した時は入居者の安全を確保するために地域住民の方とも連携を取り、早急に対応していきたいと思えます。



ご寄付・ボランティア

令和二年九月～令和二年十一月末まで

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す。紙面に御礼申し上げます。

▽ご寄付(敬称略)

- ・高瀬須美夫 (金20万円)
- ・匿名 (金3千円)
- ・匿名 (金5千円)
- ・匿名 (金5千円)
- ・匿名 (金1万円)
- ・匿名 (金1万円)
- ・匿名 (金3千円)
- ・匿名 (金5千円)
- ・匿名 (金1万円)
- ・匿名 (金3千円)
- ・匿名 (金1万円)
- ・匿名 (金3千円)

・福光青葉幼稚園

(さつま芋・カブ他)

・匿名 (紙オムツ3袋)

〈ふく満デイスサービス〉

・花と緑の銀行 南砺支店
(チューリップ球根375球)

〈やすらぎ荘デイスサービス〉

・匿名 (コシヒカリ30kg)

・匿名 (紙パンツ1袋・紙パッド1袋)

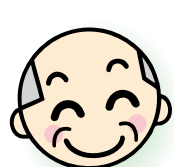
▽ご寄付物品(敬称略)

〈やすらぎ荘〉

- ・齊藤 一郎 (紙オムツ3袋・紙パッド9袋他)
- ・福光理容組合
- ・片岸 博一 (タオル53枚)
- ・花と緑の銀行 南砺支店 (チューリップ球根375球)
- ・金谷 與治 (みーちゃん人形1体)

▽ボランティア(敬称略)

- ・(団体)
- ・井口赤十字奉仕団
- ・明るい社会つくり運動
- ・福光青葉幼稚園



たのしかったちゃ



外出ができない日々が続いていますが皆さん笑顔で過ごされています。

お

や

っ

づ

く

い

フルーチェ



なんと
おいしい
ジュースやね

うまいがに
なるかな

芋かいもち



輪投げ



ちゃんと
入れるぞ

ビーチボール



余
暇
活
動

カラオケ



うまいこと
歌えるかな



息子も
元気でいるかな

