

いっしょに楽しむエ

第8号

平成 19 年 10 月
発行: 依田窪老人保健施設
広報編集委員会
〒386-0603
小県郡長和町古町 3365-5
TEL: 0268-68-0281
FAX: 0268-68-0283

祝 敬老会 いっまでもお元気で

今年も「猛暑日」が何日か記録された本当に暑い夏でした。暑さも一段落した9月9日に、いっいでは、開所以来12回目となる「敬老会」をホールで開催しました。



職員による踊り「愛燦燦(あいさんさん)」は、大好評でした。

敬老会当日、いっいには70歳代までの方13名、80歳代23名、90歳代11名が入所されていました。その方々のうち、

喜寿の方3名、米寿の方1名、90歳以上の方10名のお一人お一人に、滝沢看護師長より慶祝状が贈られました。皆さん、改まったお顔で受け取られていました。その後は、職員がオカリナの演奏や、踊り、寸劇を披露しました。

オカリナの演奏では、「ゆうやけこやけ」「赤とんぼ」「ふるさと」などの懐かしい曲目に合わせて、いっしよに口ずさんでいらつしやいました。オカリナのやさしい音色は、遠い昔を思いおこさせ、心を和ますことができましたようです。

定番となりました新人職員による踊り、「愛燦燦(あいさんさん)」は、一回だけの練習とは思えないほど揃っており、しかも美人勢ぞろい?で大好評でした。中には、練習のときから涙ぐんで応援してくださった方もおり、職員にとってはつたない芸の励みとなりました。また、おなじみの寸劇「水戸黄門」は、

平成 18 年度 依田窪老人保健施設特別会計決算

依田窪医療福祉事務組合議会 9 月定例会が、9 月 25 日に開かれ、平成 18 年度依田窪老人保健施設特別会計決算が審議され、承認されました。決算の概要は次のとおりです。

○ 決算の概要

歳入総額	310,778,117 円
歳出総額	297,503,466 円
差引残額	13,274,651 円

★主な歳入

- 施設入所サービス収入 13,086 万円
- 居宅サービス収入 7,340 万円
(短期入所・通所リハビリテーション)
- 居宅介護支援収入 556 万円
- 市町分担金 4,385 万円

★主な歳出

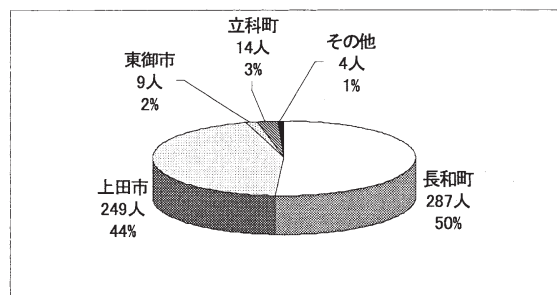
- 職員給与費 17,581 万円
- 材料費 1,974 万円
- 経費 4,805 万円
(消耗品費・光熱水費・修繕費等)
- 委託金 738 万円
- 起債償還金 4,385 万円

客席後方からの入場でしたが、ステージまで握手攻めに合いました。黄門様ご一行が、絶世の美人と言われている、長窪城の「うぐいす姫」の病を、会場の皆さんの拍手をお借りして見事に治し、めでたく幕が降ろされました。機転の効いたアドリブ続出で、ハラハラドキドキの展開でしたが、利用者の皆さんは、日頃見られない職員の個性的な一面がのぞかれ、より身近に感じられたのではないでしようか。

利用者の皆さんは、それぞれに笑ったり泣いたりひと時でした。楽しい余韻を残しながら敬老会は終了しました。夕食は、特別メニューの太巻き、稲荷寿司でお祝いをしました。来年もまた、皆さんと楽しい敬老会ができることを願っています。

(行事係 森田京子)

○ 月末入所者数の合計人数



長和町+上田市	536 人	95.2%
長和町+上田市武石地区	448 人	79.6%

○ 入所・利用者数

区分	利用実績	前年度との差
延一般入所者数	12,619 人	472 人減
延短期入所者数	4,561 人	427 人増
延入所者数	17,180 人	45 人減
入所率	94.1%	0.3%減
延通所リハビリ利用者数	3,897 人	126 人減

委員会の紹介②
「排泄委員会」

認知症のお年寄りが問題行動を起こす原因で、特に多いのが便秘だそうです。「排泄をきちんとやっている。」と言っても、その中身が下剤や浣腸に頼っているのでは、「排泄ケア」とは言えないと思います。下剤や浣腸に頼ってしまうと、どんどん自然排便ができなくなり、便秘になります。大切なのは、物理的な排便ではなく生理的な排便だと思います。

いこいでは、その方に合った排泄リズムを把握し、トイレ誘導をして行きたいと考えています。人それぞれに、トイレに行きたい時間は違います。食事をしていく時に行きたいこともあれば、みんな体操をしている時にもあります。ご利用者が排泄したい時に用がたせる、この当たり前のことができるよう、普段からの関わりを深め、お一人お一人の生活パターンの把握に、まず、第一に取り組んでいます。

また、認知症の方に限らず、便意を訴えられないお年寄りが、普段と違う行動をとられた時、また、不眠や徘徊、不機嫌といった行動をとられた時には、それが排泄のサインの時があります。そのサインを見落とさないよう、日頃から目配りや気配りするよう心がけています。

当施設の目標は「利用者の尊厳と自立を支えるケア」です。排泄は、正に尊厳や自立を支える根幹です。委員会では、その目標に向かって、これからもトイレ誘導を主体とした、排泄ケアに取り組んで行きたいと思えます。

(排泄委員 宮下 実)

ほっと通信 いこいのひととき

「調理実習」 ～片手でも料理ができる～ (作業療法士 山浦さやか)

リハビリの一つとして、ユニットの調理台にて調理実習を度々行っています。実習をしていると、職員や利用者様が見学にやってきます。和気あいあいと、とても楽しい雰囲気になります。

先日、脳梗塞の右片麻痺を呈した女性の利用者様で、家に帰った時に何かできることがあれば…左手(片手)でも料理ができないか…という思いから調理実習を計画しました。自助具のまな板(まな板にくぎを打ち付けて野菜等固定できるようにし、片手でも野菜が切れるよう改良したもの)を使用し、ピーラーでりんごの皮をむき、包丁で切ってみるところからのスタートでした。初めて左手で包丁使うことに不安で慣れないようでした。その後、今度は味噌汁つくりに挑戦。最後までがんばり、とてもおいしく作る事ができました。包丁を使うことにも慣れてきて、少しずつ自信を持っていただけるようになりました。そして、外泊した際にヘルパーさんと一緒に味噌汁を作って、家族にとっても喜んでいただけたという、うれしい報告を聞くことができました。

少し経って、ご本人より「また料理をしたい。」という要望があり、これまでに、カレー、牛丼、ポトフ、卵焼きと…と挑戦してきました。現在ももっとレパートリーが増えるよう奮闘中です。「片手でも料理ができる。」「障害があっても家族にしてあげられることがある。」ということを実感することができました。料理は、特に女性にとって家族としての役割を感じることでできる、もっとも馴染み深いものだと思います。いこいのリハビリでは、調理実習を頻繁に取り入れていきたいと思っています。



10月6日 ポテトサラダ作りの風景



夏祭り (8月5日開催)

今年も、暑い夏がいこいに訪れました。暑さ吹き飛ばすため、和田の踊りのボランティアさんのリードで、皆で盆踊り！♪月が出た出たあ。楽しくて、おかしなくて、たくさん笑顔がこぼれて。懐かしくて、ちよっぴり涙も…。



いろいろな表情に出会えた夏祭り。最後はお腹いっぱいご馳走を食べました。「おいしいね。」「楽しいね。」って、実はその一言一言、その目尻、口元のたくさんのしわが、何よりものご馳走です。来年の夏は、どんな笑顔に出会えますでしょうか。(行事係 田村倫子)

ひとくちメモ

◆秋の味覚「きのこ」の豆知識

秋の味覚としてきのこが上げられますが、おいしいだけではなく体にも良い働きをします。きのこ類には食物繊維が多く、便通の改善や血糖値の抑制、余分なコレステロール排泄等の効果があります。

また、ビタミンDは野菜類のなかでもきのこにしかない栄養素で、カルシウムの吸収を良くし、骨粗しょう症を予防する効果もあります。紫外線により増量することが分かっています。食べる前に1〜2時間太陽にさらすだけで増加が期待できます。ぜひお試しください！

(管理栄養士 牧内祥広)

●ご寄付 お礼●

いこいで、タオルと石鹸の寄付をお願いしましたところ、大勢の皆様よりたくさんいただきました。略儀ながら紙上を持ちまして、厚くお礼申し上げます。

★編集後記★

豊かな実りの秋を向かえ、各ご家庭では稲刈りや脱穀が、また地域では秋の行事が盛んに行われている頃かと思えます。

いこいでは、ご利用者の皆様に、季節を感じていただけるような行事や食事を計画し、提供しております。行事の時は地域のボランティアのご協力により、ご利用者の皆様にも喜んでいただいております。今後も地域とのつながりを大切にしながら、皆様に喜ばれる行事を提供して行きたいと思えます。(編集委員)