かわまたホーム
ほほえみだより

発　行
平成24年6月15日
第23号

安全・安心・ゆとり

川俣ホームは、利用者の主体性と自主性を尊重し、人間としての尊厳に根ざした介護を進めます。

川俣ホームは、家族・地域社会との連携を密にし、あたたかい家庭的環境を築きます。

デイサービスは新しい発見の場

…と、大変よろこんでいただいている、小林美與子様です。

利用中はご自分のノートに、その日一日活動した内容などをメモに残し、日々過ごされております。今号の表紙は美與子様にお願いし、感想を一筆お願いしました。

「こんにちは。私は今年３月から週３回、デイサービスでお世話になっています。明るい笑顔の介護士さんのお迎えで、今日も楽しい一日の始まりで胸がワクワクします。二年の闘病生活から解放され、知人の紹介で利用することになりました。私のような年齢でも、こんなに楽しい場があるのかと大変おどろきました。きっと私のように、知らずに過ごしてしまう方も沢山いらっしゃるのではないでしょうか。私と一緒に、これからの人生を笑顔で過ごしてみませんか？」

お写真は月舘花工房へお花見に出かけた際の、とても素敵な一枚です。美與子様、来年もご一緒に綺麗な桜を見に行きましょうね。

特養のお花見

あれこれ

道の駅「とうわ」で久しぶりの外食。ホームのご飯もおいしいけど、自分で選ぶ楽しみを味わいました。

4月20日、今年初めての外出行事として合戦場のしだれ桜を見に行きました。
この日は寒く、まだ桜を見れませんでしたが、あったかーい甘酒を飲んで皆とても喜ばれました。

ペットづれで飛び入り参加の職員。かわいいペットに微笑む忠雄様。

美人職員とのあいあい傘、満面の笑みを浮かべていました。

4月27日、この日は飯野の堰堤へ外出しました。桜は満開でちょうど見頃でしたが、あいにくの天気で公民館でお花見弁当をいただきました。来年こそ、花の下でお弁当を食べましょう！

お花見の弁当。カワイらしさに感動!

天気の良い日に、ホーム周囲の散歩を行い、満開の桜を楽しみました。少人数のグループでゆっくり見て歩き、ホーム利用者全員、今年の桜を楽しみました。

また、来年の花見が待ち遠しいとおっしゃる方もいました。

デイサービスセンター

今日も笑顔・元気いっぱいです

土曜日、御利用の皆様です

昨年は震災により断念してしまったお花見…。今年こそはと、いつもより遠方へ出掛け花工房へと足を伸ばして来ました。

例年より遅れた桜の開花…、しかし花工房では桜だけでなく沢山の花々が私達を迎えてくれました。（4月19日㈭～25日㈬）

これから向かう花工房…車中では行く先々での桜を眺めながらのドライブも最高でしたね。

ホーム玄関前に咲いた、しだれ桜もきれいでしたね。思わず午後からお散歩へ…。一歩…二歩…と足が前へ。いつもより足の運びも軽やかです。

4月からサービス時間が変更となり、ご家族様の介護負担軽減や、ご利用者様の自立支援に向けて、新しい取り組みを行っております。その中に、「パタカラ体操」などを取り入れた口腔体操があります。年齢と共に摂食や嚥下機能が低下しがちになる為、それを防ぎいつまでも元気に過ごして頂けたらとの思いで実施しております。そして、その思いを感じて頂いた一人のご利用者様から、俳句のプレゼントをいただきましたので、ここでご紹介したいと思います。

「老稚園　みんなで習う　パタカラと」

17文字の中に、デイサービスでの様子がわかりやすく表現されていると思いました。私たちも、ご利用者様にたくさんのことを習いながら、より良いサービスを提供していきたいと思います。

サービス時間　9:30～17:00

デイサービス お試し利用体験 実施中

大運動会

平成24年6月4日㈪～9日㈯

毎年、恒例となりました運動会!!

普段、レクリエーションの中で鍛えた体力を発揮できる場でもあります。

赤かてー!
白かてー!

医務コーナー Q&A

高齢者の方の食中毒予防

高齢者の方は体の抵抗力が弱くなっており、持病のある方もいらっしゃる事から、少量の菌でも食中毒になりやすく、症状も重くなりがちです。正しい知識を身につける事で食中毒から身を守り、健康に過ごしましょう。

●食中毒の特徴

食中毒は、食べ物や飲み物と一緒に口から入った大量の食中毒菌や有毒・有害な物質によって起こります。主な症状は、吐き気、嘔吐、腹痛、下痢などの胃腸症状です。食中毒を起こす細菌が食べ物の中で増えていても味や臭いは変わりません。

●食中毒予防の３原則

菌をつけない：○手洗いは薬用石鹸を使ってこまめに行う。○食品はフタやラップをして保管する。○肉・魚専用の包丁とまな板を用意する。

菌を増やさない：○食品を長時間室温に置かない。○食品は冷蔵庫に保管する。○調理後はすぐに食べる。

菌を殺す：○良く加熱する。○器具は台所用漂白剤や熱湯で消毒する。

●特に注意したい食品

1．**生肉**：生肉は、腸管出血性大腸菌（O157等）、サルモネラなどの食中毒菌が付いていて、重い食中毒の原因となる事があります。ハンバーグやステーキ等は、中までしっかり火を通しましょう。生食メニュー（生レバー、たたき、鳥刺し、ユッケ）はなるべく避けましょう。

2．**生卵**：卵はサルモネラに汚染されている事があります。このような卵による食中毒が増えています。新鮮なものを購入し購入後は冷蔵庫で保管しましょう。生で食べる事は出来るだけ控えましょう。卵は割ったらすぐに調理しましょう。卵料理は十分に加熱しましょう。割れていたりひびが入っている卵は、なるべく使用を控えましょう。

3．**魚介類**：生の魚介類は腸炎ビブリオに汚染されている事があります。生食用であるかどうか、表示を確認しましょう。腸炎ビブリオは真水に弱い為、流水で良く洗ってから調理しましょう。調理後、できるだけ早く食べましょう。食べる直前まで冷蔵庫で保管しましょう。生ガキに注意しましょう。

●食中毒を予防するために気をつけたいこと

調理器具はいつも清潔に：まな板、包丁・鍋類、ふきん、手ふき用タオル。流水と薬用石鹸でしっかり手を洗いましょう。

●食中毒かなと思ったら

すぐにお医者さんに診てもらいましょう。いつ頃調子が悪くなったか、どんな症状か、最近食べたもの、便の様子、一緒に食事をした人の様子等を伝えます。吐物や便があれば医師に見せて下さい。素人判断で胃腸薬や下痢止めを飲ませないで下さい。不適切な服薬は症状をかえって悪くすることがあります。最寄りの保健所に連絡して下さい。原因と思われる食品が残っていれば捨てずに冷蔵庫で保管しておいて下さい。買った店のレシート、空の容器、包装紙等も取っておきましょう。

川俣ホーム行事予定表

8月5日(日)　納涼祭
9月9日(日)　敬老会
川俣ホームの2大イベント、乞うご期待!!

編集後記

花ざかりの春を過ぎ、夏の足音が徐々に大きくなってきた今日この頃、ワクワクする季節になってまいりました！

今号より編集スタッフが変わり、一歩ずつ少しずつ、広報にも新しい色を載せていければなと思います。また、最近滞りがちだったホームページの更新にも、力をいれていきたいなと思っております。

こんな記事が読みたい、ここはもっとこうした方が良い等、どんな事でも構いませんので皆様のご意見をいただければ幸いです。

これからも「ほほえみだより」をよろしくお願いします。

車いすを寄贈していただきました

第一生命労働組合福島支部様、東京麹町ロータリークラブ様より車いすを各一台寄贈していただきました。

当ホームも開所より十一年が経過し、使えなくなってしまった備品も増えてきました。そんな中、このように寄贈していただけることには、本当に心強い思いでいっぱいです。

本当にありがとうございました。

あれっ？認知症かな!?

「認知症」とは、色々な病気などを原因とする症状を指す言葉で、専門医の助けが必要な状態（病気）です。認知症になるきっかけは様々で、本人や家族のせいではありません。早期発見・早期治療により、認知症の原因となっている病気の治療や、認知症の進行を遅らせたりすることができ、本人と介護者の生活の質が維持しやすくなります。

認知症は、早期発見が何より肝心です。チェックリストにあるような点に気を付けて、日常の様子をみてみましょう。

認知症チェックリスト

記憶や気分編（一例）

- □ 同じ話を何度も繰り返す。つじつまが合わない。
- □ 日時や曜日をよく間違える。
- □ 人の名前を間違える。相手が誰だかわからない。
- □ 終始何かを探している。
- □ 食事をしたことを忘れ「食べてない」と言う。
- □「誰かが盗んだ」と周囲の人を疑う。
- □ 怒りっぽくなった・突然泣き出したりする。
- □ 趣味や日課に関心を示さなくなった。

このような変化がいくつもみられたら、認知症かもしれません。「おやっ？」と思うことがあれば、迷わずかかりつけ医や市町村の役場（地域包括支援センター、保健センター等）に相談してみましょう。

※参考文献：「Ｕ－ＣＡＮの認知症介護マニュアル」
自由国民社　2012. 4. 27　～認知症介護委員会～

楽しく働いてみませんか　職員募集中！

介護職……若干名

【勤務形態】●8時間勤務（当施設勤務表による5交代制）
●パート勤務（勤務時間は相談に応じます）

○川俣ホームに通勤可能な方
○給与・待遇については、信達福祉会の給与・就業規程によります。

電話連絡の上、履歴書等をご持参下さい。担当：成尾、高橋

個人情報保護法により紙面に掲載されている写真は個人の承諾を得て掲載しております。

〔発行〕社会福祉法人信達福祉会　特別養護老人ホーム 川俣ホーム
〒960-1406　福島県伊達郡川俣町大字鶴沢字川端2-1　TEL024-565-2881　FAX024-565-2230
ホームページ・http://www.shintatsu.jp　メールアドレス・kawamata@shintatsu.jp