

# かわまたホーム ほほえみだより

発行  
平成27年7月  
第32号



お嬢様と執事

桃太郎と鬼

## 特養の運動会、名物種目「変身ゲーム」

今年はお医者様とナース「トトロとメイちゃん」「加トちゃん」「ハワイアン」「お内裏様とお雛様」「農民」など8パターンに変身しました。箱からくじを引き、その瞬間はドキドキワクワク!見られない姿にちょっとはにかむ姿やなりきる姿が見られ、変身後は皆様の前で写真撮影!! インタビューを受ける姿はまるでモデルのようでした。皆様、色々な表情を見せて下さり、とってもお似合いです。

### 窓辺に飾らせていただきました

今年で8回目となる、特養家族会様による奉仕作業が5月30日に行われました。35名のご家族が参加され、施設周囲の草むしり・窓拭き・花植えを分担作業して下さいました。5月とは思えないほど照り付ける日差しの中、「きれいにしよう」「普段届かない場所も掃除しよう」など互いに声かけ・協力して下さいましたご家族の皆様へ感謝申し上げます。

ご利用者もピカピカに磨かれた窓から植えたばかりの花を眺め、「私が毎日、水をあげるからね」と優しく微笑んでおります。

これから夏祭りや敬老会など大きな行事も控えており、きれいな施設で皆様をお迎えすることができます。ご家族の皆様ありがとうございました。



### 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。



# 運動会



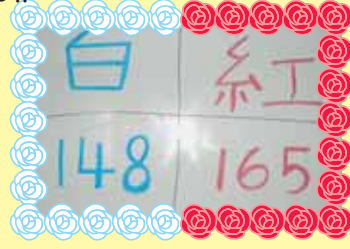
頑張れ!



年に一度の待ちに待った運動会。何日も前から楽しみにドキドキ、ワクワク！ケガをしないように数日前から準備体操を行い、当日に備えて来ました。ハチマキを巻くと、より一層やる気に満ちあふれ、自然と体が動き出し声を張り上げ、会場内は大変な熱気に包まれました。普段、体を動かすことの少ないご利用者にとっては、身も心も弾み大ハッスル!! 楽しい一日となりました。



当日の点数は白組148点、紅組165点。  
**“紅組優勝”**  
勝った方も、負けた方も清々しい笑顔でいっぱいになりました。



フー  
フー



## けんこう 健口体操!!



デイ

特養

特養、デイサービス共に“お口のための簡単な体操”を食前に行っています。

加齢に伴い、「噛む」「飲み込む」「唾液の分泌」は低下していきます。自分では気づきにくいお口の機能低下を防ぐため、「唾液線のマッサージ」や、お顔全体の筋肉を使った「パタカラ（発声練習）体操」等、皆さん毎回楽しみながら行っています。



## 花見

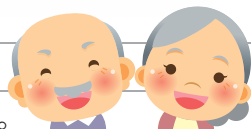


4月16日、渡利の“茶屋沼公園”までお花見に行きました。今年は開花が早かったため心配されましたが、満開の桜に皆さんの笑顔も満開となりました。桜の下でジュースで乾杯し、その後竹林亭で昼食、久しぶりのうなぎをほおぼり、「最高、幸せ～」という言葉が聞かれました。



## デイサービスの1日

- 8:05 お迎えの車が出発
- 9:15~ ホーム到着  
お茶を飲んだり、血圧を測ったり、お風呂にも入ります。軽い体操も。
- 12:00~ お昼ご飯、お昼寝
- 14:00~ コーヒータイム、午後の検温  
音楽療法やレクリエーション等
- 16:00~ おやつと口腔ケア
- 16:45~ お帰り  
またお越し下さい。



いただきます



### 特徴1 職員配置も充実!

1日、12名の定員に職員4名で対応しますので、行き届いた個別のケアも充実!

### 特徴2 専門の勉強をしています

認知症介護実践者研修を修了した職員を含む介護士がケアを行います。

### 特徴3 認知症症状の遅延に

音楽療法や学習療法を取り入れ、楽しみながら認知症症状の遅延と緩和を目指します。



### 特徴4 ご家族もゆっくりと...

9:15~16:45と利用時間が長いので、ご家族にもゆっくりとリフレッシュしていただけます。

## ご利用者&ご家族の声



### 神野ミサヲ様

最初はどんな所なのか不安で、正直行きたくないと思っていました。でも利用してみたら、知り合いの人もいたり新しい友達も出来て、今は楽しみにデイに行く日を待っています。

**【ご家族様からの感想】** 去年の春に病気になり腰に力が入らず立てなくなり、家の中を這って歩く状態になり、困ってしまいました。そこで川俣ホームのデイサービスを受ける事にしました。1週間に2回(水・土曜日)通うようになりました。そしてセンターの人達の協力により半年後にはつかまり立ちが出来るようになり、1年後には一人で立って歩けるようになりました。今では一人で杖をついて、散歩も出来るようになりました。



### 佐藤マサコ様

利用して半年経ち、友達もたくさんできました。デイサービスの一番の楽しみは、大きなお風呂に入ることです。職員の方々には大変良くしてもらって感謝しています。これからもお世話になります。

**【ご家族様からの感想】** ホームの皆さんにはお世話になっております、初めてのデイサービスでしたが、だいぶ慣れて生活の中の一部に川俣ホームの1日があります。昼食もおいしく、帰宅後はすっきりとした顔をしています。今後ともお世話になります。

## 行事湯



デイサービスでは季節を感じられる物や香り、目で見て楽しめるような物を準備して、毎月行事湯を行っています。

今年度からは分かりやすいように脱衣室に飾り付けをし、ご利用者より「今日は〇〇湯だない」という声が聞かれるようになりました。これから、ますます暑くなる季節。様々な行事湯を通して、心身共にリラックスしていただけたらと思います。

### 今後の予定

- 7月 梅湯
- 8月 緑茶湯
- 9月 レモン湯
- 10月 薬膳湯
- 11月 生姜湯
- 12月 ゆず湯



# 管理栄養士に聞きました

## 食中毒を予防する3原則！ 『つけない』『増やさない』『やっつける』

### ○『つけない』とは？

食べ物に細菌などをつけないこと。そのためには、【洗う】と【分ける】が重要です。

【洗う】は、「調理を始める前」「食品をさわる前」「ご飯を食べる前」「残った食材を扱う前」などには必ず手を洗う事です。

【分ける】は、生の肉や魚などを切ったまま板で、加熱しない食材を切ったりしない事です。可能であれば、加熱しない食材から調理を開始すると良いでしょう。

### ○『増やさない』とは？

万が一、食べ物に付着した菌を『増やさない』為には、低温で保存する事が重要です。その為、生肉や魚などは購入後すぐに冷蔵庫などに保存しましょう。しかし、細菌は冷蔵庫内でもゆっくりと増殖しますので冷蔵庫を過信せず早めに食べることが肝心です。

### ○『やっつける』とは？

ほとんどの細菌は加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん野菜なども加熱して食べると安心です。

ますます暑くなり、冷たい食べ物が美味しく感じられる季節ですが、食中毒に注意して食事を楽しみましょう！

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。

## 苦情・相談受け付けます！

当事業所のサービスについてご相談等がありましたら、ご遠慮なく「苦情受付担当者」もしくは「第三者委員」にお申し付け下さい。

- 【苦情受付担当者】 施設介護課長 成尾 恵  
 介護係長 渡辺 純香  
 通所介護係長 佐藤みゆき
- 【苦情解決責任者】 施設長 嶋原 誠
- 【第三者委員】 人権擁護委員 佐藤 常幸 様  
 人権擁護委員 遠藤貴美子 様

## 川俣ホーム行事予定表

8月：夏まつり      9月：敬老会

## 編集後記

編集後記まで、目を通してくださった皆さん、ありがとうございます。7月に入り季節はもう夏！子供たちにとっては、とても楽しみな（親にとっては…）夏休みも、もうすぐそこ。夏祭りや花火大会など、夏にしかできない行事を皆様もぜひ楽しんでくださいネ。川俣ホームのご利用者の方々も、夏にしかできない行事を楽しみに過ごされています。次回の11月号では、その時の様子を少しお知らせ出来ると思います。

『それまで待てない！』という方は、ぜひ川俣ホームのホームページをチェックしてみてください。随時、行事などの様子を掲載しています。もしかしたら、知っている人が載っているかも!?

# 医務コーナー

知って得する  
情報

## 爪シリーズ — 第3回 —

今回は、爪のツボをご紹介します。日頃気に気になるちょっとした症状の緩和に、ぜひお試しください。

### 爪のツボ

#### ●頭痛→少衝：しょうしょう

親指の外側の爪の生え際の角から2ミリくらい下がったところ。頭痛が起きたら、また、頭痛が起りそうな気配の時、すぐに行く。

#### ●肩こり→商陽：しょうよう

人差し指の爪の生え際（親指側）の角から2ミリくらい斜めに下がったところ。1日2回リラックスしている時に行く。

#### ●不眠症→中衝：ちゅうしょう

中指の生え際（人差し指側）の角から2ミリくらい斜めに下がったところ。1日1回、夜寝る前に行く。

#### ●耳鳴り→関衝：かんしょう

薬指の爪の生え際（小指側）の角から2ミリくらい斜めに下がったところ。耳鳴りが起こった時に行く。

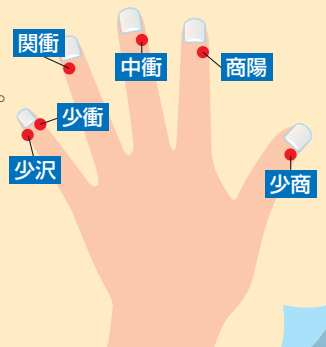
#### ●高血圧→少衝：しょうしょう

小指の生え際（薬指側）の角から2ミリくらい斜めに下がったところ。1日1回、夕食後か入浴後に行く。

#### ●動悸、息切れ

#### →少沢：しょうたく

手の甲側で小指を正面に見て爪の生え際の外側の角から2ミリくらい斜めに下がったところ。動悸や息切れを感じた時に行く。



## ソフトバレーボール大会準優勝！



4月18日(土)、川俣町体育館にて毎年恒例の第9回地域医療・福祉施設親善ソフトバレーボール大会に、川俣ホームからは2チーム参加しました。

うち、1チームが準優勝となりました。来年こそは1番大きいトロフィーを目指すぞ！

楽しく働いて  
みませんか

## 職員募集中！

### 介護職・看護職……………若干名

- 【勤務形態】 ●8時間勤務(当施設勤務表による交代制)  
 ●パート勤務(勤務時間は相談に応じます)
- 【勤務場所】 ●特別養護老人ホーム川俣ホーム  
 ●川俣ホームデイサービスセンター

○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、履歴書をご持参ください。担当：成尾、高橋