

ほほえみ 通信

暑中お見舞い申し上げます

昨年八月一日、創立二十周年を祝い厳肅かつ和やかに式典が開催されて以来、早や三百六十五日が経ちます。新体制への移行に際して皆様へ何かとご迷惑をお掛けしたことと存じます。お蔭様で運営にも大きな支障なく二十一年目の記念日を迎える事が出来ました。一同心から感謝申し上げます。

四月に社会福祉法が大きく改正され何かと煩雑な手続きが多く準備に追われましたが、評議員及び理事・監事の皆様方の体制も更に万全となりました。我が『起生会』の為常に真摯な態度で熱心に様々な討議を重ねて下さいます。又、昨年四月に伊丹市にて開業した入浴専門のデイサービスも徐々に認知され始めインドネシアのバリ島の雰囲気漂う心地いい空間で日々サービスに努めております。今年の記念日も永年勤続者の表彰などをはじめ、インドネシアの珍しい楽器演奏を聞き両国の交流を通して友好を深めて参ります。理事長 吉井順子

社会福祉法人起生会
特別養護老人ホーム
ほほえみの園
〒563-0053
池田市建石町 8-10
TEL 072-751-9494
平成 29年 8月 1日
第 79号

お知らせ
ほほえみ喫茶開店日
8月 なし
9月 10日 (土)
10月 8日 (土)
14:00~16:00



猛暑お見舞い申し上げます

暑い夏と共に『ほほえみの園』は二十一年目をむかえ、施設長として私は一年目を迎えます。この一年を振り返りますと、まだまだ勉強不足であり、加えて初めて経験することも多く、四苦八苦の日でございます。引き続き皆様方のご指導とご鞭撻を必要としております。どうぞよろしくお願い致します。

さて、暑い夏といえば、二年ぶりの『帰ってきたほほえみ夏祭り』が大盛況となり、入居者様をはじめ、ご家族、地域の方々と楽しい時間を過ごすことが出来ました。これもそれもボランティアの皆様がサポートして下さいのおかげと心から感謝しております。これからもこの暑さを力に変えて頑張ります。



太鼓塾一輝様
↓
世月予会様←



そんな『熱い男』である私は、池田認知症キャラバンメイトの地域の活動として方々に認知症の理解を深める努力をしてきましたが、更に新たなプロジェクトに取り組んでおります。池田市では、池田市民病院と市内の施設がタッグを組んで『住み慣れた地域で最期を迎える』をモットーに『EOLケアプランナー研修』という研修をスタートさせます。介護士の看取り充実を図る重要な研修となります。数々の最期の場面を経験してきた私達の『ほほえみケア』の熱い思いを他の多くの施設の皆さんに発信する又とない良い機会ともなります。この画期的な研修に参加するスタッフは池田市認定の看取り介護士となります。

これからのほほえみの園を今まで以上に盛り上げて参ります。

施設長 山田直輝

特養

暑中お見舞い申し上げます。八月に入り、いよいよ夏本番を迎えました。今年度は、例年より暑くなると言われていますので、特に熱中症・脱水症状にご注意下さい。暑さが厳しい日が続きます。お体ご自愛ください。

夏祭りにはたくさんのご家族様に参加頂きましてお礼申し上げます。九月には敬老会を開催致します！ご家族様・ご利用者様同席のお食事会とスタッフの出し物を準備する予定ですのでこちらのご参加もお願い致します！

日中サロン



毎月定期的に開催している日中サロン（お食事会）。六月に行った際は、長田敏子さんのお誕生日会も兼ねて☆長田さんの好物のお寿司とケーキを購入し、担当からは花束のお祝いも感謝でとつても素敵な笑顔が見られましたよ！



祭

夏祭り

二年ぶり開催の夏祭り！新しい入所者の方も多くなり、ご家族様もたくさん参加頂きました！今年度は屋台にカレーパンも加わり、うちわでの抽選会も好評！みなさん盛り上がったのではないのでしょうか！ご利用者様には自前の浴衣や甚平のご用意をして頂いた方もいて、久しぶりのお化粧にもにこにこ♡と少女のような笑顔が今年も溢れていましたよ！



ホームカミング

真砂さんのたつての希望で、猪名川町に居らっしゃった頃の行きつけの店『ひなせ』へ。スタッフもたくさん御呼ばれし、お寿司やオードブルのご馳走！鮎の塩焼きが食べたいとのリクエストもあり、いつもは飲まない生ビールが進む進む♪酔いが回りいつもの口調も変わり、軍歌も快く？歌って下さいました！スタッフからは 似顔絵と、故郷の歌声を送らせて頂きましたよ！



五月外出



エキスポシティに新しくできたニフレルに行ってきました。大きな魚やカバ・ワニ、様々な生き物を身近に見れて大興奮でした。昼食はエキスポシティで海鮮丼♪楽しい一日となりました！



デイサービス

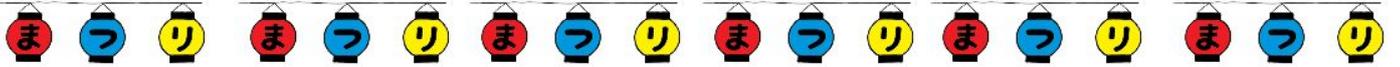
いかがお過ごしでしょうか？今回も盛りだくさん、元気いっぱいのでいサービスの皆様のご様子、お届けします♪

夏祭り

ほほえみの夏の風物詩といえば、夏祭り。二年振りの開催とあって、スタッフも始まる前からワクワク・ドキドキ。

一輝様の威勢のいい太鼓の音が響き渡り、いよいよスタート。世月予会様の盆踊りで盛り上がりは最高潮に。フリータイムでは、「あれも食べたい。これも食べたい。」と、屋台の食事を楽しんでおられました。初メニューのカレーパンやイケカラ（池田唐揚げ）も大好評でした。

そして今回のデイの目玉は風鈴作り。子どもさんたちにも大人気で、皆さん集中して、素敵な風鈴ができました。♪笑顔あふれるほほえみの園♪園歌どおり笑顔あふれた夏祭りは大盛況のうちに幕を閉じました。



うまいもん列島（工作レク）

日本中のご当地料理や特産物を皆さんで思い出し、簡条書きにしました。大きな模造紙に切り抜いたチラシや写真を日本列島の周りに貼り付けて完成させました。

作業をしながら旅行先やふるさとの話をお互いに披露しあい懐かしいひと時過ぎることができました。目の保養だけで、実際に食べられないのが残念でした。



梅ジュース作り

ほほえみ育ちの梅の実で、梅シロップ作りに挑戦。氷砂糖と一緒に瓶に入れ飲み頃を待つこと二週間・・・甘く香りたち完成！夏バテ知らずになれそうな梅ジュースをみんなで美味しくいただきました。



デイサービスボランテニア

デイには、日々ボランテニアさんが来園され利用者さんとボランテニアさんが充実した時間を過ごしています。今後共、ご支援の程をよろしくお願ひ致します。



毎日暑い日が続いておりますが、デイサービスの皆様は大変元気にお過ごしです。新しいお仲間も増える中、ゲーム中や色々な場面で「こうするのよ」「手伝いましようか」などお優しい一幕も見られほっこりすることも。デイサービスでは、次は「敬老会」の準備中です。皆様とお祝いできる日を楽しみに企画中です。ご家族様、ケアマネージャー様も是非一緒にご参加いただきます様お待ちしております。責任者 弾 直子

五月園だより

暑中お見舞い申し上げます。
梅雨明けと共に本格的な夏の到来です。
今年も恒例の夏祭りが盛大に催されました。

夏祭り



猛暑もなんのその、太鼓の音や盆踊り、抽選会と会場の活気に皆様も楽しいひと時を過ごされました。たこやき、焼きそば、生ビール、夏を感じるお料理！

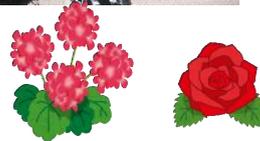


暑い中お越し下さったご家族の方、お手伝いして下さった皆様、ありがとうございました。



荒牧バラ公園と外食ツアー

五月の青空と色鮮やかなバラの花々に「本当に綺麗ね！」と時を忘れて公園内を歩きました。売店でバラの花の切り花や香り袋など購入、「いい香りね」と満足されていました。バラ公園散策後はびっくりドンキーで昼食タイム。歩いた後なので熱々のハンバーグもパクパク召し上がります。デザートにパフェも注文される方も数名おられ、皆様の食欲にスタッフも脱帽でした。



花菖蒲・白百合鑑賞ツアー

花菖蒲が見頃と聞いて、梅雨の晴れ間に水月公園の花菖蒲を見に行きました。池田城跡公園の白百合も見事に咲いていました。



たなぼた

特大の笹が届き、入居者様もテンションが上がります。子供の頃を思い出しての笹飾り作りに賑やかな時を過ごしました。思い思いの願いが書かれた短冊に「これ書いたのだあれ？」と笑顔が溢れました。



新入居者様紹介



飛田 節子様

いつも元気に外出などを楽しんで居られる笑顔の素敵な方です。

中村 恵子様

帽子がとてもお似合いで植物が好きな明るい方です。



ケアプランセンター

今回は高齢者向けの住まいについてご紹介します。介護保険施設や介護付き有料老人ホームなど種類や数も増えていきます。最近特が増えてきたサービス付き高齢者住宅と住宅型有料老人ホームについてご説明します。

サービス付き高齢者住宅とは

住宅としての居室の広さや設備、バリアフリーといったハード面の条件を備えるとともに、安否確認や生活相談サービスといった生活支援サービスの提供が受けられます。それ以外のサービス提供については各施設に確認する必要があります。

住宅型有料老人ホームとは

介護付き有料老人ホームと違って「特定施設入居者生活介護」を受けていないため、食事などのサービスを受けることができますが、介護サービスは提供していません。介護が必要になった場合は、外部の在宅サービス事業者を利用します。

※施設によりサービス内容が異なるため入所を検討する時はサービス内容や条件などを慎重に比較検討し事前確認することが大切です。

厨房



「夏野菜」は旬のパワーの宝庫！

太陽をたっぷり浴びて育った夏野菜は夏の体調管理に必要な栄養素や水分を豊富に含んでいます。料理しやすくカラフルでしかもお手頃価格♥旬の野菜を美味しく食べて、夏を元気に過ごしましょう！

(イ) 日の通りが早い

暑い中、火のそばに長時間いないくてもいいから大助かり！

(ロ) 夏を元気に乗り切る栄養素が充実

紫外線や暑さなどでダメージを受けやすい夏に不足しがちなビタミン・ミネラルが豊富。

夏バテや熱中症の予防に◎

(ハ) 生でも美味しい

料理しなくても美味しい野菜が沢山！ビタミンCや酵素などが熱で失われないのでたっぷり摂れます。

お勧め3分クッキング♪

甘くて人気のトウモロコシは、皮ごとラップでくるんで電子レンジ

(1000W) で3分加熱すると美味

是非お試しください！

事務所

樹木医さんがやって来ました。

約二十一年の間、ほほえみにご入居されている方々を見守ってきた中庭の通称「ほほえみ桜」(樹齢100年以上)が弱ってきたように感じました。そこで樹木医の笹部さんに往診を依頼したところ、次の様な診断をいただきました。

◆ 幹の枯れ込みと腐食で枝が弱くなっている。

◆ 幹に腐食と空洞があり、強度に不安がある。

◆ 上部枝の軽量化と枯れ枝や大枝の除去をした方が良い。景観も悪い。

処置は、土壌灌注と呼ばれる樹木の根に直接液剤を打ち込み、通常の施肥に比べ根化の吸収率を上げることと、土の中に直接加圧した液剤を打ち込み、物理的に土を耕し、土を樹木に優しい状態に変える方法で元気にしましょう。とご提案を頂きこのたび実施しました。

幾年も掛けて少しずつ元気な状態に戻っていき、く事を願っています。



静養室



今回は夏風邪について簡単にお話しします。

夏風邪は猛暑日や真夏日に屋外とエアコンの効いた室内との気温差や湿度差が大きくなりすぎてしまい、その状態が続くと自律神経が乱れ、体温調節できなくなり免疫力が低下することでひきやすくなります。

夏風邪は下痢や嘔気を伴うことが多いのですが下痢止めの薬を服用すると腸内に侵入したウイルスを便と一緒に身体の外へ排泄しようとする防衛反応を邪魔して回復が遅くなります。逆に下痢症状や嘔気が続き食欲が落ちてしまうと脱水を起こしてしまいます。食事が摂れない時は無理に「栄養」を摂る事より水分補給を第一に考えましょう。夏風邪のみならず風邪の予防は手洗い、うがいが基本です。また、暑くて寝苦しくなり不眠とならないように、エアコンなどで適度な気温調節をし、快適な睡眠をとり猛暑を乗り切りましょう。



ヘルプサービス

毎年、毎年、申し上げていると思いますが、夏は在宅のご利用者様には厳しい季節です。

今年も猛暑になっています。

こまめな水分補給をお願いします。特に脚などに浮腫みがある方で、「利尿剤」を飲んでいらっしゃる方は、水分が不足していると医者様からも指摘が有ります。

お薬の力で水分が排出されていくので、それを補うまで飲まなくてはならない事も十分理解なさっています。トイレに行くのが嫌だから…との理由で飲んで頂けません。口が渇く感覚も乏しくなってしまうので、尚の事困難です。

せめて、ヘルパーが訪問した際には、すぐに一口。帰り際にも もう一口。うるさいなあと思われずにどうか飲んで下さいね。

私たち、ヘルパーは遠慮なく持参した水を飲ませて頂いています。

「元氣そうに飲むなあ」と感心して下さいますが、なにとぞ、一緒に水分補給をして下さいね。

そして、一緒に暑い夏を乗り切りましょう。

徒然なるままに

『徒然なるままに』さんから『ほほえみ丸』の船客の皆様へ

就航二十一年目となる—ほほえみ丸—船長交替後のその船は昨年八月無事寄港地を出帆。その後少しづつ陸の生活が長くなった元乗組員の目に、その航海の様子は概ねスムーズに見えます。このまま大波がきてもビクともせず構える施設長のもと、乗組員一人一人が力を合わせて自らのポジションを守り、船酔いに悩む人はいないか心を配り楽しく安全な航海を続けて欲しいと願います。今『福祉の海原』は気象条件の変化の多さが引き起こす悪天候が波静かな航海の邪魔をします。しかし船客は文字通り『大船に乗った気持ち』の中でゆったりと航海を続けたいと思っておられるに違いありません。山田船長の個性が生き、特色の際立つ老舗のホームとして益々思い出に残る良い船旅をお続けください。(J.Y.)

〜 編集後記 〜

今号のほほえみ通信はまさに夏真っ盛りのお話満載となりました。今年もたくさんの方にご来園頂き、事故もなく楽しい夏祭りが終わりほっとしています。夏バテ夏風邪に気を付け、元気に航海を続けたいものです。

厨房 塚本真央・岡田佐和子