

広報誌

うららだより



4月の行事紹介

お花見ドライブ

デイケア：4/5～10 2F：3/31～4月末 3F：4/7

うららの桜風景

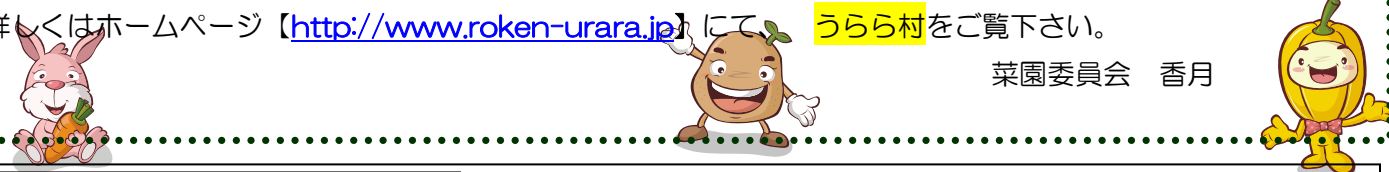


委員会紹介 <菜園委員会>

うらら開設以来、菜園委員会を設立し、利用者様と共に野菜、花造りを通して日常生活にメリハリをつける目的で運営を行っています。菜園は主に、デイケアの庭とヘリポート東側で実施しています。栽培した一部は、うららの給食の食材として使用、またはデイでのレクリエーションゲームの景品として提供を行っています。利用者様には、植え付けや水やりの管理を共に行っていただき、「大きくなっていく姿は、自分の子供が成長していくようでいつも楽しみにしています」との声もいただいています。

詳しくはホームページ【<http://www.roken-urara.jp>】にて、うらら村をご覧ください。

菜園委員会 香月



恒例！なんでもアンケート！

今回はデイケアの皆さんに
お答えいただきました

温泉旅行に行くとしたら、何処の温泉に行きますか？

- ① 道後(52%) ② 城崎(28%) ③ 有馬(20%)
* 坊ちゃん人気炸裂ですね

温泉旅行は何泊何日行きますか？

- ① 2泊3日(48%) ② 1泊2日(32%)
③ 3泊4日(20%) *2泊がちょうどいいかな
どなたと行きたいですか？

- ① 息子(娘)(44%) ②連れ合い(36%)
③ ひとり(20%)

バンクーバー冬季オリンピックで印象に残った種目は？

- ① フィギアスケート(64%) ②モーグル(35%)
③ スピードスケート(1%) *やっぱり

応援した選手は、誰ですか？

- ① 浅田真央(64%) ② 高橋大輔(20%)
③ 上村愛子(16%) *そうですね！

ご自身で現在している運動は？(複数回答)

- グランドゴルフ ゲートボール ダーツ
散歩 マラソン 太極拳 草野球
草刈り(?) ゴルフ バレー
ラジオ体操 フラダンス



ノロウイルス対策・予防

当施設において、2月上旬に2階入所の方に、ノロウイルスによる感染がみられましたが、感染防止対策の徹底により、感染を最小限に食い止めることができました。引き続き、職員一同徹底した予防対策に努めてまいります。

なお、今後も発熱や風邪症状など有するご家族の面会は控えていただきますよう、ご協力とご理解の程、宜しくお願い致します。(事務長・安田)

教えて！「うらら」の名前の由来

はじめて建設予定地を訪れた理事のひとりが、「淡河はなんて『うららかなところ』なんだろう」と感想を述べたことが名前の由来ということです。

まさに「春うらら」。緑豊かなこの淡河の地で働ける喜びを胸に、私たち職員一同、利用者様が心豊かにお過ごしいただき、「うららに来てよかった」と言っていただけよう頑張っって参りたいと思います。(事務長・安田)

はてなに なぞなぞクイズコーナー

- Q1：背景から月日を取ると何になるでしょう？
- Q2：子供を育てたことのない人に、共通する性格はどんな性格でしょう？
- Q3：つけたら汚くなるアクセサリってなーんだ？
- Q4：虎(とら)をたべちゃう車ってなあに？



編集後記

春は出会いや別れの季節であり、人生の岐路でもありますね。次号からは、広報委員会メンバーがリニューアルし今年度よりよいものができるように頑張っていきたいと思います。1年間ありがとうございました。(21年度：広報委員一同)

なぞの答え Q1：北京 Q2：いくじなし(育児なし) Q3：パッチ Q4：トラック(トラくう)

ひな祭り 行事食



ミキサー食

うららホームページでも行事食の紹介をしています

鯛の散らし寿司、春野菜と穴子の炊き合わせ、かぶらのすまし汁、牛乳かんでひな祭りを楽しんでいただきました。デザートは、いちごソースの紅、牛乳かんの白、ペパーミントの緑で菱餅に見立てました。ミキサー食の方やいつもはお粥の方の寿司飯はゼラチンを入れて炊き、のどごしを良くしています。また、ミキサー食では寿司の飾りやすましの具材・汁、炊き合わせ等を一度ミキサーにかけ、その後ゼリー状に固めた食材をそれぞれの形にカットし盛り付けをしました。見た目にもおいしそうで、なおかつ安全に食べていただけるように工夫しています。

管理栄養士 森谷

ひな祭り



正面玄関ロビーにて、7段のおひな様を飾りました。「毎年、娘が孫のためにおひな様を飾っているわ」「散らし寿司と雛あられを食べましたよ」「戦争で焼けてしまったからね」などと利用者様も昔話に花を咲かせておられました。

ひな壇の前を通るたびに、幼少期の記憶がよみがえります。「灯りをつけましょぼんぼりに〜♪」皆さんも来年は、おひな様を飾ってみてはいかがでしょうか？

(紀野)



事例研究発表会

3月11日に、施設内研修として日頃の研究内容を発表しました。

【3階認知症棟】良いケアを目指して～質の向上につながる評価～

【2階一般棟】便秘対策の再検討

【デイケア】認知症ケアの向上を目指して

【リハビリテーション科】重度失語症者へのコミュニケーションカード導入の試み
(研究報告)

【事務室】数字が示すうらら～5W1H～

【ターミナルケア専門委員会】本施設における「看取り」事始め

各部署とも白熱した発表内容となり、職員の意識が向上し有意義な時間となりました。

今回の事例発表の内容でご協力いただいた利用者様、家族様ありがとうございました。

2階コーナー

「介護・看護の現場から'10」

(介護・松本)

音楽には不思議な力が秘められています。この力を最大限利用して、心身共に健康に導いていく治療法のことを音楽療法といえます。

毎月第2火曜日に音楽療法士の先生に来ていただき、音楽療法を行っています。指導のもと、利用者様も職員も一つの輪となり音楽に触れ合っています。楽器を使って音を作り出す楽しさを見つけられたように感じます。曲目は、先生が季節に合わせて選んでくださいます。目の不自由な利用者様も、耳から季節を感じとられているようです。

3階コーナー

「認知症棟介護現場より」

(介護・上月)

認知症棟では、『なじみ』の生活空間を提供するために、ご本人の個性と生活歴に合わせてコミュニケーションを図っています。利用者様は、人生の先輩となる方々であり、色々と学ぶことも多いうえ、元気をいただくこともあります。一人一人に合わせた寄り添う介護を試行錯誤しながら心がけている毎日です。今後も、皆様と楽しく明るい毎日が送れるように職員一同頑張っています。

デイケアコーナー

～レクリエーション～ (介護・上谷)

今回のレクリエーションはひな祭りに合わせて顔出し看板を作りました。衣装部分は、3週間かけて利用者様が折り紙をちぎり、貼り付けて作成してくださいました。そして、ひな祭り当日に撮影会を行いました。初めは、恥ずかしそうにされていましたが、おだいり様をご指名されたり「かっこよく撮ってくれよ」などと喜ばれ、笑顔溢れるひな祭りになりました。記念に撮影した写真はお持ち帰りいただきました。



リハビリコーナー

～膝の痛み～ (リハビリ・上月)

皆さん、膝の痛みで悩んでいませんか？
膝痛のほとんどの原因は、変形性膝関節症です。加齢とともに筋力低下や膝機能の低下により、関節軟骨がすり減った状態をいいます。特に40歳以上の中高年に多く、女性に多いのが特徴です。膝には平地を歩いているとき体重の約3倍、走っているときは約10倍、階段の昇り降りでは約7倍の荷重がかかっています。症状は進行性が特徴です。自分で予防するためには・・・①適正体重を維持する ②適度な運動をする ③正しい歩き方と靴選びをする ④膝を冷やさない
それでも痛みが続く場合は早めの受診を！

新入職員紹介

いつもスマイルで頑張っています。よろしくお願いします！

- <介護スタッフ> 池田 順 (20代の若さハッスルで頑張ります！)
- 福田 紀子 (新婚です！ かわいい赤ちゃん欲しいです！)
- 岡 琢磨 (さわやかに頑張ります！)
- <看護師> 馬場 淳子 (3人娘の母！ 子育て奮闘中です！)

