

# うららだより 28号

発行日 平成22年7月1日

●発行者 武下 浩  
●編集者 うらら広報委員会



医療法人社団 康明会 介護老人保健施設 うらら  
〒651-1603 神戸市北区淡河町淡河字長松寺574  
TEL078-950-5177 FAX 078-950-5188  
URL: <http://www.roken-urara.jp>

<入所・短期入所> 一般棟 60床  
認知症専門棟 40床  
<通所リハビリ> 定員 40名

## <感染対策委員会より>

夏場に入り、食べ物腐りやすい時期となりました。当施設でも6月から9月までを食中毒予防特別期間としています。

利用者様の食中毒防止のため、内容によっては家族様からの差し入れも制限させていただくことがありますので、ご了承ください。

なお、食べ物をお持ちになられた場合は、お手数ですが必ずスタッフまでお知らせください。ご協力をお願いします。

## <事故対策委員会より>

転倒・転落・誤嚥・離棟・トラブル発生などの統計データをとり、職員間で情報を共有しています。

うららで一番多い事故は、自ら車椅子へ移乗する時の転落です。対策として、巡回を強化したり歩行が不安定な方はセンサーマットを設置しています。

今後も無事故で楽しく健康で過ごしていただけるよう、支援していきたいと思っております。

## 恒例！なんでもアンケート！（デイケア利用者様）

いままで、一番高い買い物は何ですか？

- ① 家（ほとんどの利用者様でした）
- ② 車（どんな車を買ったのかな？）
- 他 エレクトーン 耕運機 ゴルフの会員権  
アートフラワーセット 指輪  
ネックレス たんす  
自給自足（買ったことありません）

今回のアンケートは男性・女性と分かれる結果となりました。

うららのデイケアで何が一番楽しいですか？

- ① みんなと話をすること みんなと会うこと  
（ほとんどの利用者様でした）

他 外出 リハビリ 食事 お風呂 などなど  
意見が多数ありました。

私達デイケアの職員も利用者様と会うことがとても楽しいのでこれからも宜しくお願いします。

野球チームはどこのファンですか？

- ① 阪神 89%
- ② 巨人 11%

伝統の一戦チームが上位にそろっていますね

## デイケア利用者の方の作品

何事も或は高ぶりが過ぎれば  
頭と手との調子が合わぬ  
周田 満壽子

生きるには希望を持ちて今に耐へ  
努力惜しまず日進月歩

何事も日々の生活に感謝して  
友のふれあい明日をめぐして  
久しぶり嫁とおぼるたこ焼きは  
頬がおちると昼のひととき  
周那 久子

「昔と今の世代の違いを思う時に、にこやかに若者に合わせて生きて行こうと思いました。何をやっても私はだめだなと思った時に、手の不自由さを感じます。」

色々な思いの中この詩を考えたのだなという感じました。 (上谷)

## <2階 入所者様の作品>

食堂入り口の廊下に利用者様が書かれた作品を展示しています。月2回先生に指導して頂き頑張っています。

廊下中央にある壁画作品です。毎月、季節感のある壁画を工夫して作成しています。



## 編集後記

今回は利用者様の作品を紹介させて頂き、写真も使って見やすく仕上げました。 <なんでもアンケート> を通していろいろな利用者様と楽しく会話をし、「昔は頑張って働いて家買ったなあ」と言う感想も聞けました。

野球のアンケートについては、私も阪神ファンなので、利用者様の皆さまが阪神ファンの多い事に喜びを感じました。 (広報委員・上谷)

うららからの  
お知らせ

「うらら」ではよりよいサービスを目指して、いろいろな活動を進めています。とくに短期入所（おおよそ1ヶ月未満）の内容を充実させようと考えています。

家ではリハビリができないとか、介護に当たるとか、ある期間家での介護ができないといったときなど、ご遠慮なくご相談ください。医師である施設長以下スタッフ一同の通うケアを心がけ、地域の皆様にご満足いただけるよう努力いたします。

施設長 武下 浩

（このお知らせは広報おうご6月号に掲載して頂きました）

## ～ グラウンドゴルフに参加して ～

5月17日快晴の中、淡河公園にて寿会（上淡河老人会）主催のグラウンドゴルフに2名参加してきました。初心者でしたが何とか足を引っぱる事なく(?) 楽しく過ごせました。準備に始まりプレイ中、そして片付けまでテキパキとこなす皆様の身のこなしの軽さには驚きました！好きな事をしているときはキラキラ輝いて見えますね。

坂本会長が「また、うららの庭でグラウンドゴルフをしましょう！」と言って下さったので、それまでには上達できるようにがんばります。追伸、やっぱり地域の方との交流っていいものですね。



デイケア相談員 関 栄喜

## 行事紹介

8月1日(日) ピリアロハ フラダンス&演奏会  
8月22日(日) 第6回うらら夏祭り  
たくさんのご参加お待ちしております！



# 七夕 行事食

～ホームページでも行事食の紹介をしています～



ミキサー食

普通食

うららではミキサー食の方にも味はもちろん、見た目も楽しんでいただきたいとの思いから、食材や料理をミキサー状にした後、ゼリー状に固め、料理の形に合わせてカットし盛り付けをしています。「利用者様にとって楽しく、おいしく、安全な食事でありますように」と短冊に願いを込めて栄養科スタッフ一同で行事食に取り組みました。

管理栄養士 森谷

七夕 行事食

みょうがごほん

七夕そっめん

茄子の田楽

鱧の梅肉かけ

フルーツすいか



## <2階外出レクリエーション> 「よかたん」

2階では4月から外出レクを行っています。毎週水曜日に数名の利用者様とドライブを楽しんでいます。

普段は外出する機会が少ない利用者様にとって、外のおいしい空気を吸い日光浴を楽しむことで良い気分転換になったようです。足湯に浸かって気持ち良さそうにされている利用者様の顔が印象的でした。

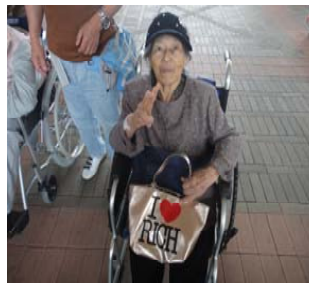


## <3階外出レクリエーション> 「フルーツフラワーパーク」

3階では、毎月1回誕生日の方を優先に外出を企画しています。6月はフルーツフラワーパークでモンキーショーとレストランのランチを楽しむことができました。

お買い物や、モンキーショーでは、普段見られない利用者様の楽しそうな表情に私達もうれしくなりました。

利用者様の素敵な笑顔を励みにこれからも楽しい外出を考えていきたいと思ひます。



## 2階コーナー

2階では毎月第1日曜日にお誕生日会を行っています。お誕生月の利用者様をお祝いした後、各月の担当者が色々なイベントを考え開催しています。7月は笹飾りや短冊を飾り七夕祭りを楽しみました。お誕生月の方も、そうでない方も楽しめるようなイベントを考えておりますので家族様も是非ご参加ください。

(松本)

## デイケアコーナー

毎週土曜日に手本を参考に描いている絵手紙です。

「手本を見て言葉が気に入り、仏さんのような人になりたいと思い描きました。思うように描けず、気持ちを表現できず残念でした。」 (Iさん)



「手本を見て楽しそうだったから描きました。全体のバランスをとるのが難しかったです。」 (Oさん)



利用者様の、すばらしい絵手紙を見て心が穏やかになりました。仏さんの表情が楽しそうなのが、よかったです。(上谷)

## 3階コーナー

6月21日に5名の利用者様と一緒に三木サティへ行きました。最初どこに行くのだろうと不安そうな表情の利用者様も、店内に着くころには目を輝かせておられました。100円均一のお店では、「こんな物まで100円なの？」と興味津々。フードコートでドーナツとアイスコーヒーを購入。笑顔でおいしそうに食べておられる利用者様の顔を見て、こちらまで楽しくなりました。次回も楽しい外出を計画しよう！！と張り切っています。とても充実した一日でした。

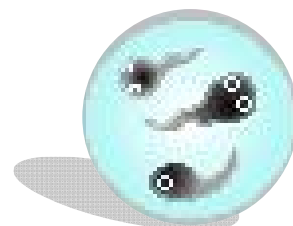
(紀野)



## リハビリコーナー

人の体には体温を一定に保つ重要な働きがあります。「汗をかく」こともそのひとつ。汗は蒸発することで熱を発散し、体温上昇を防いでいます。そこで大切なのが「水分補給」。水分不足は、身体のトラブルを引き起こす原因となります。例えば、血液中の水分が減ると、血液の粘度が高くなり、脳梗塞や心筋梗塞等の病気になりやすいと言われます。また、熱中症や脱水症状等も、水分不足が引き起こす危険な症状です。「汗をかいた」「のどが渴いた」と感じたら、水分不足だという注意信号。「渴き」を感じる前に水分を補給するよう心がけ、暑い夏も元気に過ごしたいものです。(赤峰)

## 新入職員紹介



< 3階 介護パート > 5/10 入職 錦 ひとみ  
< 3階 看護師 > 7/ 1 入職 藤井 美雪