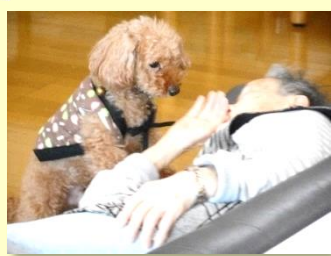
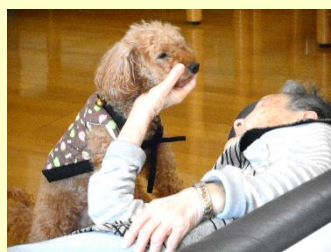


# えんちゃん日記



『ねえねえ遊ぼう』



『ちょっと待ってね』



『待てないよ』



のみなさんで召し上がっていただき、誕生日のイベントとなりました。

三月三日、二月に九十歳の誕生日を迎えられたご利用者の希望で向かったのは、ご自宅でした。思い出が沢山詰まった久しぶりの我が家。何もかもが懐かしく、帰り際は、その場を離れるのが、名残惜しい様子でした。帰園後は、外出先で選んでいただいたケーキをユニット



お誕生日おめでとう  
おめでとう  
おめでとう



奥様からの贈り物♪



二月十三日、Dユニットでは、バレンタインデーに因んで、おやつに『チョコフォンデュ』を作りました。果物やプッシュューにチョコレートを絡めて召し上がって頂きました。普段の食事では介助が必要な方が、ご自分でチョコをつけて召し上がる姿もみられました。イベントを通して楽しみな

おやつレク



発行元  
平成30年4月発行  
第34号  
社会福祉法人 亀鶴会  
偕楽園  
特別養護老人ホーム偕楽園  
〒874-0904  
大分県別府市南荘園町25組  
TEL : 0977-22-2515



『お花見』



『習字 (ひな祭り)』



『生け花』



『曾孫の誕生』



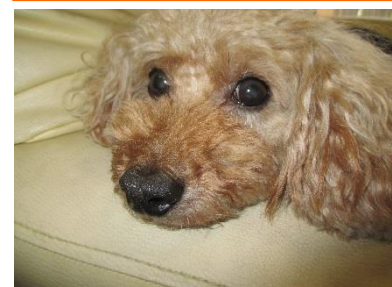
【避難】火元から離れた非常口からご利用者を安全な場所へ運びます。



【消火器訓練】(水)消火器を使用して、訓練を行います。

三月十五日、消防訓練を実施しました。今回は、一階厨房からの火災を想定し、初期消火、通報、避難誘導、伝達報告の訓練を行いました。訓練では、火災警報が鳴り響く中で、平常心で行動する事や大きな声を出す事の大切さなど、多くの事に気付かされます。災害が発生したときに各自が適切な行動をとることが出来るように今後も定期的に実践訓練を行って参ります。

消防訓練



## 家族会を開催しました

開催日：3月10日  
場所：特養 多目的ホール

3月10日に家族会を開催しました。今回は、主に平成30年度介護報酬改定について説明を行いました。その後の懇親会では、施設生活での気になる点などについて、ご質問を頂戴しました。

- Q1. 買物などの外出は行っているのですか。  
A1. 個別ケアとしての取り組みを行っており、外出に限らず、行事はご利用者の状態にあわせて、ユニット毎に実施しています。
- Q2. 褥瘡(じょくそう)は、どういう時に見つけるのですか。  
A2. 日々の排泄・入浴介助の際に皮膚状態の観察を行っています。状態に応じて軟膏を塗布したり、皮膚科の医師に往診していただいたりして対応しています。

家族会の運営についてもご意見をいただきましたので、今後の運営に活かして参ります。今後ともお気づきの点や相談事項等ございましたら、お気軽に職員にお声がけ下さい。

生活相談員 阿南史紀

## 介護豆知識

●褥瘡とは？  
じょくそう

寝たきりなどによって、体重で圧迫されている場所の血流が悪くなったり滞ることで、皮膚の一部が赤くなったり、たれたり、傷が出来たりしてしまう病気です。皮膚の表面だけでなく、皮膚の中にある骨に近い部分まで傷ついている場合もあります。

●どんな人がなりやすい？

自分で体を動かすことが出来ず長時間寝たきりで、栄養状態が悪い、皮膚が弱くなっている(高齢者、排泄物や汗などで皮膚がふやけている、むくみが強い、薬の副作用などで免疫力が弱くなっている)人が圧迫だけでなく摩擦などの刺激が繰り返されると褥瘡になりやすい。

●予防法は？

- ・長時間同じ場所を圧迫しない(体位交換)
- ・栄養状態の改善
- ・摩擦やずれなど刺激を少なくする
- ・清潔な皮膚状態を保つ



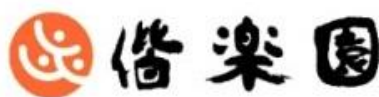
特別養護老人ホーム

TEL:22-2515 FAX:22-2516

グループホーム

TEL:22-5553 FAX:22-5554

社会福祉法人 亀鶴会



居宅介護支援事業所

TEL:85-8561 FAX:22-5554

ヘルパーステーション

TEL:75-8816 FAX:22-5554

**ユニットケアとは、**より自宅に近い環境の介護施設で他の利用者と共同生活を営みながら、個別にケアを受けられる介護スタイルのことです。『プライベートの守られる個室』と『他の入居者やスタッフと交流が持てる共同の居間』で生活していきます。また、食事の時間や起きる時間など、入居者様によって異なり、一人一人の個性や生活リズムを尊重したケアが可能になります。

**ショートステイ 桜 ユニット**

こちらは、4ユニット唯一のショートステイ（短期入所生活介護）施設です。日頃、在宅で生活されている方が短期的に利用し、日常生活の介護などを受けながら生活するスペースになります。

**ユニットの様子**  
午前、午後30分～1時間程度、運動レクや頭の体操、映画鑑賞などの活動を行っています。その他、リビングスペースのソファでゆったりとくつろいだり、読書スペースで本を読んだりして過ごしています。

**今後の取り組み**  
現在取り組んでいる日課の充実をはかり、『明るく楽しいユニット』を目指します。

リーダー 後藤

**小梅 ユニット**

**ユニットの様子**  
月に1度の集団レクリエーションでは楽しく身体を動かしたり、ご利用者の誕生日会では、合唱をするなど皆でお祝いします。

**今後の取り組み**  
ご利用者と職員で、笑いが絶えないアットホームなユニットを目指していきます。ユニットの飾りも少しずつ春仕様に代わり、ご利用者の写真も掲示していますので、ご覧下さい。

集団レクリエーションの様子  
リーダー 本田

**向日葵 ユニット**

**ユニットの様子**  
ホールには観葉植物をテラスには季節の花を飾り、観て触れて楽しむ、また、懐かしい歌や童謡などの音楽を流して、耳からの刺激を提供しています。

**今後の取り組み**  
穏やかに毎日を過ごしていただけるように日々のお世話や声掛けを笑顔で行います。ご利用者ひとりひとりに合った個別ケアの充実に継続して取り組みます。

リーダー 山本

### ユニット紹介

新年度を迎え、今後の取り組みについて、ユニットリーダーに聞きました。

**金木犀 ユニット**

**ユニットの様子**  
ご自身のお部屋でゆったり過ごしたり、ホールで仲良しのご利用者同士、おしゃべりに花を咲かせたりしています。また、塗り絵や壁絵への取り組みや季節行事への参加も積極的に行っています。

**今後の取り組み**  
現在のケアに加え、日常生活の中での楽しみが増えていく様に、新たな日々の活動を増やしていく事を目標に取り組みます。

作品作りの様子  
リーダー 大林

**アボカドとマグロのワサマヨ和え**

*栄養士おすすめ 超簡単！ 認知症予防メニュー*

アボカド	1/2個
マグロ（トロ）	60グラム
ブロッコリースプラウト	10グラム
マヨネーズ	大さじ1杯
わさび	少々
薄口しょうゆ	少々

**作り方**

1. アボカドとマグロは、食べやすいように一口大に切ります。ブロッコリースプラウトは、1/2に切ります。
2. ボールにマヨネーズ、わさび、薄口しょうゆを入れて、よく混ぜます。
3. 2.のなかに切った食材を入れて混ぜ合わせます。

**Point** 器に盛るときは、スプーンを2つ持ち、小高く盛るときれいにできます。

**アボカド**  
血管のしなやかさを保ち、動脈硬化を防ぐビタミンKの宝庫で、美容効果もあります。余分な塩分を排出するカリウムや葉酸も豊富です。特にビタミンKが認知症予防に効果があります。

**マグロ（トロ）**  
脳の認知機能に欠かせない、オメガ3（DHA、EPA、αリノレン酸）が不足するとアルツハイマー病のリスクが高まると言う調査結果もあるほど重要な栄養素です。



**機能訓練**

**取り組み内容**  
少しでも心と体が健やかになるリハビリを目指し、個別や集団での訓練を行っています。

**訓練メニュー**  
自分で動くことが困難な方は、他動で関節を動かしたり、身体が固くなっている時は、マッサージをしています。「自分で歩きたい」「自分でトイレに行きたい」などの希望があれば、目標に向けた計画を立て訓練をします。運動の他にも、学習・作品作りなども行っています。いずれも、もっている機能を活かせるように努めています。

**今月の作品**  
「桜と菜の花」

**研修報告**

一月十四日、高次脳機能障害リハビリ講習会に参加しました。

高次脳機能障害とは、事故などの頭部外傷や認知症等で脳の障害を負った場合に見られる病気です。若い人から高齢者まで幅広く、症状は記憶障害・注意障害・社会的行動障害（社会的に受入がたい行動をする）・遂行機能障害（人に指示しても（人）に指示してもわからないと何もできない）といった多様な症状がみられる事が困難になり、日常生活を送る事が困難になります。

社会復帰には、周りも障害者本人が知る事・生活の困難さを本人が考える事・工夫する事が必要だと感じました。

機能訓練・作業療法士 岡崎典子

