

●10月～12月の行事予定



	10月	11月	12月
特養(多床室) ショートステイ	●おやつ作り ●誕生会 ●運動会 ●風船バレー大会 ●コスモス見学	●おやつバイキング ●誕生会	●クリスマス食事会 ●誕生会 ●おやつ作り
特養ユニット	●運動会(合同) ●誕生会 ●おやつ作り	●喫茶店 ●誕生会 ●おやつ作り	●クリスマス&忘年会 ●誕生会 ●おやつ作り
グループホーム	●コスモス見学外出 ●運動会 ●買い物ドライブ ●風船バレー	●居酒屋 ●買い物ドライブ	●クリスマス会 ●買い物ドライブ
デイサービス	●健康祭	●外食ドライブ	●クリスマス忘年会

秋号

2011年10月発行

えがみ



特別養護老人ホーム
サンホーム江上
広報誌

INDEX

[各事業所合同開催]
9月11日に敬老祝賀会を開催致しました。…………… 1

[2階特養] バーベキュー大会 …………… 3

[デイサービス] 夏祭り …………… 4

[特養ユニット] 居酒屋 …………… 5

[グループホーム] うちわ作り …………… 5

[生活のいぶき] ～買い物編～ …………… 6

[看護通信] インフルエンザ予防接種・予防法 …………… 7

食のたより …………… 7

新人職員小百合の介護日誌(第5回) …………… 8

[教えて介護技術] 脱衣(寝たきりの全介助の方) …………… 8

介護保険Q&A …………… 9

お知らせ …………… 9

サンホーム江上職員による方言講座 …………… 10

表紙題字筆者
北村スヨ様コメント



【健康の秘訣】
「なんかかは風邪ひかなくていうやろ?(笑)
他の人はどうかかわかんけど、私はいつでもばかのフリしとるよ。脳ある鷹は爪隠すって言うやろ?(笑)威張らず謙虚でいることが、人に対しても自分に対しても大切。」

編集後記

歌手の徳永英明さんのコンサートへ行った時に、彼が言ったとても印象深い言葉がありましたのでご紹介します。彼は、とても澄んだ優しい天性の声の持ち主で、ファンの心を魅了します。
「昔、会社の社長さんに「何も考えずにさっさと歌えばいいんだよ。」と言われたことがあります。「さっさと仕事する」「さっさと家事をする」「さっさと子どもの世話をする」「さっさと介護する」・・・普段の生活に何も考えずにさっさと出来ることがあるのでしょうか?
もっと効率よく、もっと喜んでくれるように、もっと上手く出来ないかしら・・・など努力は何かしらしますよね・・・。さっさと出来る人ほどそれなりの努力と経験がものを言うんですね・・・。」
徳永さんは、年間かなりの数のコンサート活動をされます。その澄んだ優しい声が、いつでも途切れる事なくファンの心に届くように、並々ならぬ努力と日頃のケア、気力の維持を大切にされているそうです。毎日の家事を普通にさっさとこなしているようにみえる母親は、すごいなあ・・・と改めて感じました。勝ることはまだまだ自分なさそうです・・・(笑)

広報委員会 吉田 みどり



ハウスステイより車で約5分・ハウスステイバスより車で約10分



特別養護老人ホーム サンホーム江上

〒859-3244 長崎県佐世保市江上町4847番6
TEL(0956)58-3707(代表)
FAX(0956)58-3701
<http://koujukai.or.jp>
いつでも、ご相談・お問い合わせ下さい。



青空高く澄みわたる晴天9月11日、敬老祝賀会を開催させていただきました。

敬老の日を迎えられました皆様方へ心よりお慶び申し上げます。

当施設のご利用者の平均年齢は男性83歳、女性が85.7歳、最高ご長寿の方は、明治37年生まれ、今年で107歳になられる橋本シズ工様です。とてもお元気でいらっしゃいます。この日はお祝いの式という事もあり、男性の方はスーツ、女性の方はご家族の方が持って来られた着物や、ワンピースなどに着替えられ、お化粧をされるとお顔も表情も一段と映えられていました。

式典ではお名前を読み上げられると、とても緊張した面持ちでお祝いを受けられていました。

演芸会では、さまざまな催しもので大変賑わいました。

緒方ツヤ子様より祝舞「黒田武士」、時吉美津興様より、祝吟「敬老」と祝舞「浦島」をご披露いただきました。

また、当施設の新人職員による踊り、グループホーム職員による寸劇「巖流島の決闘」で笑いとお涙の名(迷?)場面が繰り広げられました。



最後には田平ホーム理事 川尻修治様によります伝統芸「バナナの叩き売り」をご披露いただき、胃袋から心まで、笑いとバナナでお腹いっぱいにさせていただきました。

祝賀会の後はお食事会となり、厨房からの敬老祝賀御前がテーブルを飾りました。ご家族の方と一緒にお食事をされ、ご馳走に舌鼓を打ちながら、会話も弾まれゆっくりと楽しい時間を過ごしていただきました。

最後になりましたが、ご参加頂きましたご家族様、関係者の皆様のお心あたたまるご協力を頂き、この敬老祝賀会が素晴らしいものになりました事を心より感謝申し上げます。ありがとうございました。



暦祝いを受けられた方々から、代表してインタビューさせていただきました。

【質問内容】

- ①出身地
- ②長寿の秘訣
- ③座右の銘
- ④私の生きがい



百一賀

北村 スヨ様

- ① 時津生まれで早岐に嫁いだ
- ② おしゃべり(悪口は言わず、面白い話をする)
- ③ 三つ子の魂百まで
今までで一番印象深いこと
子宝に恵まれたこと(9人)
子どもに迷惑かけんこと
ケガしないようにしたい



百 寿

田代 ス工様

- ① 大塔町出身
- ② ストレスなくポーっと生きてきた
- ③ 健康第一
- ④ 毎日朝に行う寒風摩擦



卒 寿

前川 ハツ工様

- ① 佐世保市城間町に生まれその後早岐へ嫁ぐ
- ② 人様の言うことをよく聞くこと
- ③ 「なんでしょうね〜?」
- ④ 身体に良いものを食べて健康でいること



傘 寿

村上 勉様

- ① 生まれも育ちも早岐
- ③ 「そがんとはなか」
- ② ④ 歌をうたうこと。
カラオケが好き
(五木ひろしなど)



米 寿

川口 翼様

- ① 波佐見町
- ② 決まった食事を毎日摂る事
- ③ 健康第一
- ④ お母さんに会う事



米 寿

森田 静子様

- ① 高梨町出身
- ② 何でも好き嫌いなく食べること
- ③ 健康第一
- ④ 特になし

その他、お祝いを受けられた方々

百歳以上

卒 寿

米 寿



橋本シズ工様
(最高年齢107歳)



松田増造様
(100歳)



安藤イチノ様
(100歳)



迎ヤ工様



山口ツキ工様



名切ス工様



鵜戸フサ工様

8月17日、毎年恒例のバーベキュー大会を行いました。

夕方からあいにくの空模様となり、全員を外にお連れすることが出来ませんでした。数名の利用者様を外にお連れし、室内と外に分かれて行いました。

皆様とても楽しんでおられ、美味しそうにお肉やウインナーを口いっぱいにはおぼっていらっしゃいました。

バーベキューの最中は皆様口々に「おいしかー」「楽しかー」との声がたくさん聞かれ、「とてもよかったよー」「また楽しみにしとるけん」などおっしゃっていただきました。いつもとひと工夫違う食事を食べる事で、普段見れない表情を見る事ができ、また皆様の食欲の旺盛さに、職員も驚き、嬉しく思いました。食事は笑顔の原点です。また来年もぜひ行いたいです。



9月9日、花火大会を開催しました。

まだまだ残暑も厳しいですが、この日は外も涼しくて絶好の花火日よりでした。

花火大会といっても、手持ち花火がメインで、皆様にたくさん花火を楽しんでもらえるよう200本くらい準備し、打ち上げ花火も少しだけ行いました。

まだ、外は明るかったのですが、皆様、「こまなかときにして以来ばい」とか、「きれかね〜」などたくさんのお喜びの言葉を頂きました。

毎年恒例行事として行っている花火大会ですが、去年は開催できず、やっと今年開催でき、利用者様も職員も過ぎていく夏を惜し

むように、そして秋の気配を感じながらの楽しいひと時を過ごされました。



今年も、8月20日、22日、23日に夏祭りを開催いたしました。

午前中は、たこ焼きを焼いたり、おにぎりを握ったりと、利用者様と職員と一緒に下準備をしました。

昼食では、皆さんに作って頂いた、「たこ焼き」「おにぎり」はもちろんのこと、「カレーライス」「冷やしうどん」「焼き鳥」を屋台で昼食としてお出しして、夏祭りの雰囲気味わって頂きました。もちろん、職員も一緒に頂きました。

味の方は、大好評で「おいしか〜」「おかわり」と普段にない食べっぷりでした。

昼食後から、演芸の方に移り、利用者様のカラオケや職員の出し物、そして、今年が目玉、抽選会を行いました。カラオケでは、普段練習している曲を披露され、一生懸命に歌われていました。職員の出し物は、ノーコメントで…(笑)抽選会では、ハズレなしの抽選会で、景品が当たられた利用者様の顔は、とてもうれしそうで、いつも以上の笑顔が見ることができました。

今年も、大成功に終わり、また、来年も、利用者様が楽しく過ごして頂けるように、色々と計画し、実施していきたいと思えます。



特養ユニット

8月10日、ユニットの恒例行事、居酒屋を開店しました。

8月ということで夏祭りをイメージして、メニューは焼きそば、お好み焼き、焼き鳥、パスタ、おにぎりなどのメニューを出店風にセッティングし、職員はハッピーに短パン、ねじりはちまきで雰囲気作りをいたしました。

みなさまにも食べやすいように、焼き鳥などは硬くならないよう一度ゆでてから焼くなど工夫した事がとても喜ばれました。

食後は、これも恒例の「スイカ割り大会」を行いました。目隠しして竹刀を持ち、スイカに当たるもの…これがなかなか割れない…(笑)

中には、竹刀を大きく回してスイカを目指して歩かれるパフォーマンスをされる方に、皆様お腹を抱えて大笑いされました。

次回の居酒屋は、秋の熱燗が美味しい時期に、おでんで一杯なんていうのはいかがでしょう。



グループホーム

古き良き夏の涼

猛暑が続いた今年の夏、さすがの暑さに冷房のきいた屋内で過ごす事が増え、利用者の皆様は『何かおもしろいことはないか』と手持ちぶさた気味。普段賑わっている唄や体操などのレクリエーションとは違う、夏らしい楽しみはないかと考えたところ、「嫁にいく時に着物を縫った」と利用者様が話されていたことを思い出し、うちわカバーを縫うことにしました。

「何もせんで寝るとが一番よか」と普段言われる利用者様も自分で好きな布を選び、「どこは縫うと?」と、とても積極的に取り組んでおられました。30分くらいで縫い上げ、1人で2、3枚作る方もおられれば、「うちわ」というとはね、うち(家)で使うけん“うちわ”っていうと」と語って下さる方もおられました。さすがの針さばきに職員も目を丸くしました。



冷房のきいたなか、うちわを使うことはあまりありませんが、出来上がった作品を壁に飾り、涼を楽しんでいらっしゃいました。

生活のいぶき ~買い物編~

暑い夏も過ぎ去り、少しずつ秋の香りや色が広がってきて、なんとなく外に出掛けてみたくなる今日この頃です。秋の味覚を求めて…、紅葉や夕日を見に…など、季節を感じる楽しみもさることながら、「外出」は季節を問わずとも、私達にたくさんの刺激をもたらしてくれます。

外出とひとくちに言っても目的は様々で、散歩、旅行、買い物、病院受診、デイサービス、孫の結婚式、ゲートボールなどなど、あげればキリがない程です。その中でも『買い物』は、ある目的を果たすための重要な一工程でありながら、欲求を満たすものとして、または趣味や楽しみのひとつとして、時にはストレス発散の手段として生活に欠かせないもののひとつです。

例えば「服」を買いに行くとするればまず、好みの物を手にする喜び、そしてそれを身につける喜び、それを身につけ出掛ける楽しみなどが目的として根っこにあります。その過程の中で「店にどんな服がおいてあるだろう」「あそこの店員の挨拶は気持ちがいいな」「目当ての商品が3割引だった」「〇〇さんとバッテリー会って盛り上がった」「いつもの饅頭屋さんに寄って帰ろう」



など、何気ないような事ですが、楽しみ、期待、喜びがあふれています。

身近なところで言うと早岐茶市などは、地元の方はもちろん、遠方から足を運ぶお客さんも多い、伝統的な催しのひとつです。このような、馴染みの深いものになると『買い物』という枠を超え、思い出をたどる『回想の旅』ともいえます。地元の活気に触れ、当時のことを思い出し、懐かしみ、心豊かになる一方で、時代の流れを感じ、「今」を実感することができる良いきっかけになります。

外からの刺激、社会との関わりが「生きがい」や「楽しみ」を生み、活動意欲を湧きあがらせ、認知症の予防にも深く繋がってきます。(その人の、こころとからだの状態に合った、無理のないものであることが最優先されます)

このように「外出」のうちの『買い物』ひとつ取ってみても、楽しみ方は様々で、お金では買えないものがたくさん詰まっています。



看護通信 インフルエンザ予防接種・予防法

インフルエンザ予防は、流行前に予防接種を受けることです。
 予防接種は、病気にかかりにくく、かかっても重くならないようにすることが目的です。

- 接種時期…流行前の11月中旬頃
- 接種回数…13歳未満は4週間程度あけて2回接種
13歳以上は1回接種
- 費用…任意の為、自己負担で3千円位



<日常生活予防>

1. 流行期には人ごみを避ける。空気が乾燥すると喉や鼻の粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。外出時にはマスクを着用しましょう。
2. 外出時は、うがい手洗いの励行
3. 栄養と休養を十分にとる。
4. 適度な温度、湿度を保つ。加湿器などを使って部屋の湿度を50~60%に保ちましょう。

食のたより

9月11日にサンホーム江上では敬老会が行われました。厨房からは、敬老会用のお弁当を提供いたしました。内容は散らし寿司に、魚の塩焼き、天ぷらに茶碗蒸し…と皆様にたくさん食べて頂ける様、普段のお食事で好評なものばかりを集めてみました。

これから冬になるにつれて、たくさんのイベントが待ち構えています。昨年は、そばうちのイベントをさせていただきました。目の前でおそばを打ってもらって、利用者様にもそば打ちの体験をしていただきました。そばを打った後は、打ちたてのおそばをいただきま

した。手打ちはコシがあっておいしいです。今年も皆様に喜んで頂けるようなイベントを企画中です。頑張りますので皆様楽しみにしててくださいね♪

日清医療食品



新人職員 第5回 小百合の介護日誌

「こんなん出来ました」



教えて介護技術

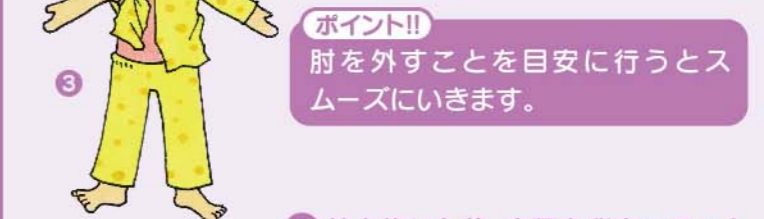
脱衣(寝たきりの全介助の方)

1 部屋を寒くないように暖めます。
(高齢者は急激な気温の変化で心筋梗塞等を起こすことがあるので重要です。)

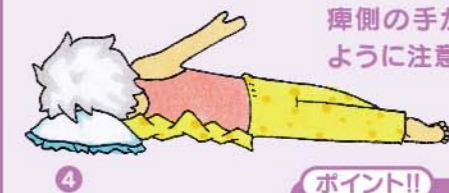
2 洋服の背中部分を肩までめくり上げます。
(そうすると後で袖を外しやすくなります。)



3 片方づつ袖を外します。肘を最初に抜くと抜きやすくなります。片麻痺がある方は麻痺がない方を先に抜きます。



4 袖を抜いた後、衣類を背中の下へと入れ込みます。麻痺のある方は麻痺側の手が体の下敷きにならないように注意します。



5 反対側から衣類を引き出し脱衣します。



介護保険Q&A

Q Aさんは現在75歳で昨年脳梗塞になり、その後遺症で左半身が麻痺してほとんどベッド上で過ごしています。先日介護保険の要介護申請をしたところ、「要介護3」の認定を受けました。妻は調理や掃除、Aさんのおむつ交換などの支援はしていますが本人を入浴させるのに不安があり、Aさんにデイサービスを利用して入浴するよう促していますが、Aさんは集団生活は嫌だと言い拒否的な態度を示しています。妻より自宅で入浴の手伝いをする介護保険のサービスはないのか相談がありました。

A 自宅で入浴の介助をする介護保険のサービスとして、①定期的にホームヘルパーが自宅を訪問し、自宅の浴槽を利用して入浴の介助をする訪問介護というサービスと、②看護職員や介護職員が入浴設備や簡易浴槽を積んだ移動入浴車等で自宅を訪問し、入浴の介助をする訪問入浴介護があります。ただし①に関しては本人様の状態(寝たきりなど)や浴槽の形状等で利用できない場合があるため、Aさんのようなベッドで寝たきりの方は訪問入浴介護のサービスを利用した方が適切なのかもしれません。

お知らせ

サンホーム江上職員募集

サンホーム江上では、介護・看護職員を募集しています。私達と一緒に仕事をしてみませんか？来年度卒業の大学生・短大・高校生の方、全く経験がないけど介護の仕事についてみたい方、短時間でも働きたい方など時間帯はご相談に応じます。資格・経験などは問いません。福祉の仕事に熱い情熱を燃やしてくれる方、大歓迎です。お気軽にご連絡ください。

[連絡先] 特別養護老人ホーム サンホーム江上
TEL 0956-58-3707 (担当:吉田)



ウエス(古布)、古新聞を 提供ご協力ください。

感染症が流行する季節がやってきます。嘔吐などの処理にウエス(古布)、古新聞がたくさん必要になります。ご自宅にある古布や、新聞をぜひご提供ください。よろしくお願ひします。

感染防止委員会

ホームページが リニューアルします。

昨年の広報誌に掲載させて頂きましたが、新しいホームページが11月頃完成の予定です。現在はまだ未完成ですが、インターネット上にアップしていますので見る事が出来ます。ご覧いただき、感想などいただけると幸いです。

URL <http://koujukai.or.jp>

広報委員会

いきなりとびこみ笑って企画/ サンホーム江上職員による方言講座



施設が設立して15年。見渡せば、サンホーム江上には、佐世保人だけでなく川棚、西彼、西海、有田、松浦、伊万里など各地方都市より職員が集まっています。職員同士の日常会話でも??となる事もしばしば。でも彼らはそれが標準語であると大きな勘違いをしています。今回の講師は、佐世保人でも黒島出身の岡智志先生に、黒島独特の方言を紹介してもらいます。

<黒島弁>

- どんが…長靴
- どっつ…ゴキブリ
- どんぎ…う〇こ
- どんじゅ…こげ茶
- いっぺくそ、うーきゃしこ、どべくそ…いっばい
- ばよ…ほら
- おってざい…しまった!
- ってき!、おで…うわ!
- あで…汚い
- だり…誰
- おり…私
- わり、にし…あなた
- うんどま…あなた達は
- さんぐりがえる…ひっくり返る
- こんぶのみや…くもの巣
- こっぺじいて…生意気に
- すっぺのこっぺの…あーだこーだ
- どばしあげる…乗り上げる
- うってうつつらかす…殴る
- ちょんちょんめし…ねこまんま
- あまめ…ふなむし
- ちんよろ…肩車
- てしお…皿
- めんどか…はずかしい
- ちきなか…汚い、醜い
- やーらしか…可愛い
- どけばし…どこに
- しちこもーしとって…子どものくせに
- みみご…耳くそ
- とうきび…とうもろこし
- うんだく…抱っこする
- うーじゃが…どしゃぶり
- べべんこ…子牛
- かめ…食べなさい
- どべ…ピリ、最下位
- こっばなか…たいしたことない、弱い
- きびる…むすぶ
- はじめこて…始めに



~ 実践編 ~

それでは、幼なじみでいつも一緒に遊んでいたという、田中さんと岡さんの会話を聞いてみましょう。何て言っているのかな? 答えは下↓です。



岡さん「息子が生意気に車を運転していたら、乗り上げてしまってねー! ひっくり返るところやった!!」
田中さん「うわあ!! あなた達家族はそろって、いつも車を乗り上げてるねー!! 自分の息子ならたたくぞー!!」

…あまり平和な会話ではなさそうですね…。早く上手になってほしいものです。(苦笑) 大変失礼しました。今回は、「西彼編」です。お楽しみに…。

