

● 10月～12月の行事予定 ※都合により変更する場合がございます。



	10月	11月	12月
特養(多床室) ショートステイ	●おやつ作り ●運動会 ●コスモス見物外出	●おやつバイキング ●個別援助(買い物外出)	●クリスマス食事会 ●おやつ作り (クリスマスケーキ)
特養ユニット	●コスモス見物外出 ●運動会 ●買い物ドライブ	●鍋会 ●買い物ドライブ ●ユニット交流会	●クリスマス会 ●買い物ドライブ
デイサービス	●ドライブ(コスモス見物)	●おやつ作り	●クリスマス忘年会
グループ ホーム	●風船バレー ●コスモス見物外出 ●おやつ作り ●誕生会 ●運動会 ●買い物ドライブ	●誕生会 ●おやつ作り ●焼き芋 ●買い物ドライブ	●クリスマス会 ●おやつ作り ●鍋会 ●買い物ドライブ

秋号

2012年10月発行

えが か あ



特別養護老人ホーム
サンホーム江上
広報誌

INDEX

敬老会報告・インタビュー	1
[デイサービス] 夏祭り	3
[グループホーム] 夏祭り	4
[2階特養] 福祉用具のご紹介	5
[特養ユニット] 夏祭り	5
[教えて介護技術] 福祉用具レンタルについて	6
[看護通信] 健康の為に水を飲みましょう	7
[食のたより]	7
介護保険Q&A	8
フォトコンテストのお知らせ	8
新人職員小百合の介護日誌(第9回)	8
サンホーム白南風オープンのお知らせ	9
[行ってみませんか?] ～江上音頭納涼大会におじゃましました～	10
10月～12月の行事予定・編集後記	11

表紙題字筆者
植木 全代様コメント



45年ぶりに、筆を持ち書いてみました。手が震えましたが、頑張って書くことが出来ました。

編集後記

日中はまだまだ残暑が残り返り過ごしく感じますが、朝夕は涼しくなり秋の季節になって来ました。秋と言えば読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋と多種多様がありますが、私の場合は断然、食欲の秋で食べることが大好きで、そのためか年々おなか周りが大きくなっているように感じています。なるべくダイエットしようと時間のある日は散歩を1時間程度していますが、なかなか効果がありません。目標 70kg 台！を目指して今後もダイエットに励みたいと思います。みなさんからも何かいいダイエット法があったら何でもいので教えていただければ幸いです。よろしくお願いします。

広報委員会 田中 雄二



ハウスデポスより車で約5分・ハウスデポス駅より車で約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。



携帯用ホームページ
QRコード



9月16日敬老祝賀会開催しました。

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が84.8歳、女性が86.8歳と皆様とてもお元気でいらっしゃいます。

今年は米寿などお祝いを受けられた方が12名、百歳以上の方が4名いらっしゃいました。



理事長よりお祝いの言葉と記念品贈呈があり、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。

式典後の演芸会はゲストとして田平町からお笑い商女一座様によるダンスが披露され、生月からいらしゃった久川慶大さんより氷川きよしのものまねや昔懐かしい歌などを歌っていただきました。また、職員(新人、ユニット)の出し物もあり、大盛況でした。



敬老祝賀会後はいつもと違う御馳走にみなさん大喜びでした。ご家族の方も一緒にお食事をされ、会話が弾まれゆっくりと楽しい時間を過ごされました。



今年は台風前日という悪天候の中、たくさんのご家族様にお集まりいただき、職員一同感謝しております。

来年もより皆様に喜んでいただけるような、敬老祝賀会を目指して頑張っていきたいです。



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。

百歳以上
北村スヨ様
明治44年9月28日



(102歳)

【長生きの秘訣】きばって(働いて)きばって、人によくすること、みんなと仲良くすること
【生きがい】しゃべること、人とのつきあい

卒寿
高木フミ子様
大正12年生まれ



(90歳)

【長生きの秘訣】テレビを観て沢山笑う
皆さんとおしゃべりをして楽しく過ごす
【生きがい】おいしいご飯を食べること
家族が元気であること

米寿
土橋アツ子様
大正14年生まれ



(88歳)

【長生きの秘訣】よく働き、よく食べ、よく眠ること
【毎日の日課】朝晩、おてんと様に「ありがとうございます」と拜むこと

傘寿
末安鋭至様
昭和8年生まれ



(80歳)

【長生きの秘訣】よく動いて、よく休むこと
【生きがい】散歩やドライブが楽しみ。

その他、お祝いを受けられた方々

百歳以上

卒寿 90歳(大正12年生まれ)



池田カヲ様
(101歳)



安藤イチノ様
(102歳)



松田増造様
(102歳)



久保田トミ子様



立花テル子様



林 亥子様



池田 キミ工様

卒寿

傘寿 80歳(昭和8年生まれ)

喜寿 77歳



相原マキ工様



川床美佐子様



福本 静様



久保スミ子様



増田満美様



デイサービス

今年も、デイサービスでは、夏祭りを開催いたしました。

午前中は、利用者様と一緒に、たこ焼きを作ったり、漬物を作ったりと夏祭りの下準備をして頂き、また、別のところでは、魚釣りゲームやボール転がしゲーム、輪投げがあり、皆さん楽しそうに参加され、参加賞にヨーヨーやお菓子を買われました。

昼食として皆様で作った、たこ焼きと漬物を始め、カレーライス、ポテトフライ、冷やしうどん、焼き鳥など数種類の品物を皆さんに選んで頂き、食べて頂きました。



その後、本祭が始まり、神輿を担いで室内を歩いて頂いたり、カラオケの披露、職員の出し物を順に行い、最後に、お楽しみ抽選会で、豪華賞品を目指して皆さん何が当たるか楽しみにされていました。

米やクッションなど数個の賞品でしたが、ハズレなしの抽選会で皆さん楽しまれていました。

今年も、大成功に終わり、利用者様とともに楽しく過ごすことが出来ました。来年も、夏祭り開催し、夏を楽しみましょう。

グループホーム

8月25日、グループホームでは夏祭りを開催いたしました。

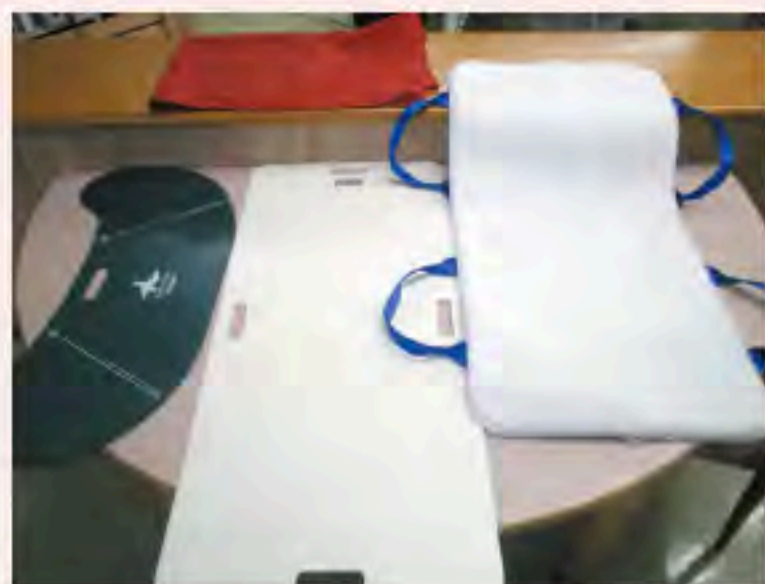
当日は、利用者様と一緒にホーム内の飾り付けをしたり、野菜を切ったり、おにぎりを握ったり、少しそわそわどきどきしながら一生懸命準備しました。

夕方6時になるとご家族様がぞくぞくと来られ、一気ににぎやかになりました。バーベキュー、やきそば、かき氷はどれもおいしく大好評で、射的やヨーヨー釣りは子どもたちに大人気でした。スイカ割りや盆踊りも大いに盛り上がり、会場はにぎやかで楽しい笑い声と笑顔にあふれ、温かい雰囲気になりました。



夏祭りの最後は夏の風物詩である花火。石本地蔵花苑のグラウンドとグループホーム内ベランダに移動し、ハウステンボスからあがる花火を観賞しました。体ごとゆさぶられるような「どん！」という音と、夜空を覆い尽くすように咲く大きな花火に「すごいね！」「キレイだね！」という声が次々と聞こえてきました。利用者様、ご家族様、ボランティアの方々、職員、たくさんの方々と一緒に過ごした夏祭りは、この夏一番の良い思い出となりました。

2階特養



2階特養では利用者様の負担軽減のためと、職員の腰痛予防の為スライドボードとスライディングシートという福祉用具を活用する様になりました。

スライドボードとは立ち上がり困難な利用者様の移乗(ベッドから車椅子、車椅子からベッド)の際、ボードを橋のように掛け、そのボードの上を滑る様に移動する為の福祉用具です。

ベッドで過ごしていると、どうしても足元の方に体がずり下がってしまう場合があります。スライディングシートは、摩擦力を少なくして、利用者様を上方に移動する時に使用しています。



もちろん立ち上がりができる方等は今ある残存機能を生かしていただき、職員と一緒に移乗をおこないます。



安全で快適な生活をみなさまに送って頂けるよう、日々いろいろな物を取り入れ、頑張っています。

特養ユニット

夏祭り

今年の夏祭りは昼間に開催しました。ユニット内に屋台が並び、貼り出されたメニューに興味津々の入所者様は、自ら好きなメニューを注文されていました。お好み焼きやカキ氷を召し上がられた後は、恒例のスイカ割り！

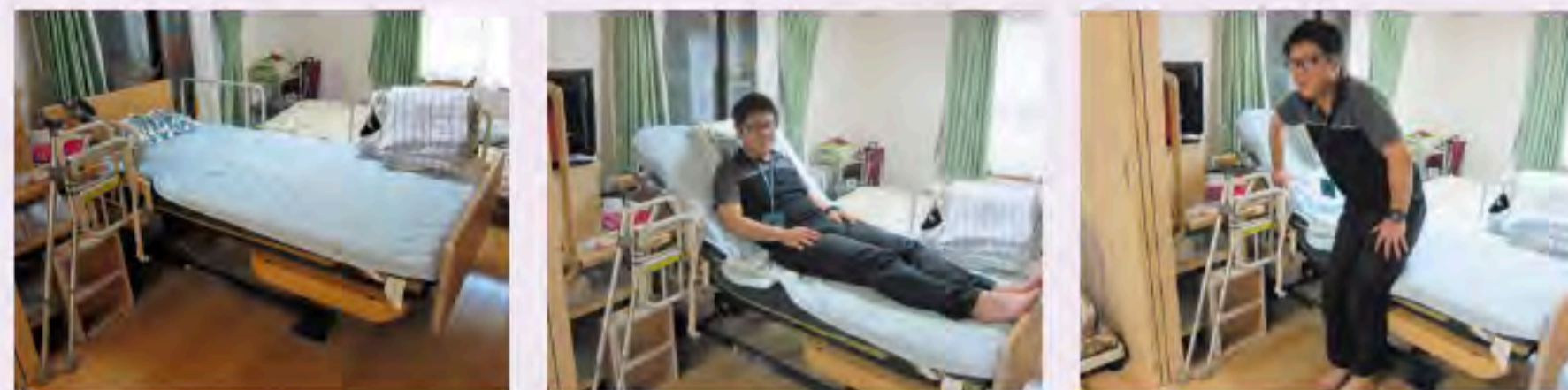
3人目できれいに2つに割れ、拍手がおこっていました。

スイカもおいしくいただき、夏を感じた良い一日となりました。



教えて介護技術 -福祉用具レンタルについて-

介護保険のサービスの中には介護用のベッドや車いすなどをレンタルする「福祉用具貸与」というものがあり、利用する方も年々増えてきています。そこで実際に利用者様の自宅を訪問してどのような福祉用具を貸与しているのか紹介したいと思います。



介護用ベッド(通称特殊寝台)といい、電動式になっており頭部と足と高さがリモコンで調節できます。ベッド脇にある柵は掛け布団のズレ防止やベッドからの転落防止の役目をします。またベッド脇に可動式の手すりを備え付けることで起き上がり動作が楽にできます。

介護用の車いすです。このように自分で自走して使用します。またこの車いすは利用者の体格に合わせて幅が調節できるタイプです。

歩行補助杖です。これはロフトストランドクラッチといいます。このように杖を使用して歩行の安定性を保ち転倒防止に努めます。その他にも3点杖や4点杖などの多点杖等が貸与できます。ただ1本杖(ステッキ)は貸与項目には含まれません。



その他室内などに備え付ける手すりやベッドに寝たきりの方に使用する体位変換器や床ずれ防止用具、認知症の方が自宅から1人で出ようとする時に、介護者にアラームで知らせる認知症徘徊探知機なども貸与項目に含まれ、全部で12種類あります。要支援1以上の認定を受けている方は誰でも貸与することはできるのですが、介護用ベッドや車いすなどは基本的に要介護2以上の認定を受けていないと貸与できません。

詳しくお知りになられたい方はどうぞお気軽にご相談下さい。

看護通信 「健康の為に水を飲みましょう」

処暑が過ぎたとはいえ、まだまだ暑い日が続いています。お水は飲んでいますか？

「水は生命の源」といいますように、生きていく為には水の働きなくしては成り立ちません。

1日に自然に体から出ていく水分は、2.5リットルといわれています。

体の水分バランスを保つ為には、毎日2リットルくらいの水分が必要です。

水分が不足すると、脱水症や脳梗塞、心筋梗塞など、命にかかわる状態になるリスクが高くなります。特に高齢者は要注意です。



〔お水を飲む時の注意〕

○のどが乾く前に飲みましょう
(高齢者はのどの渇きを感じなくなります)



○数回に分けて飲みましょう
(起床時、午前中、午後、入浴前後、寝る前)



○多量の水を一気に飲まないようにしましょう
(胃や心臓、腎臓に負担になります)



○コーヒーや緑茶はなるべく控えましょう
(利尿作用があります)



○お酒は控えましょう
(体から水分が失われ脱水傾向になります)



水分補給は 早めに こまめに、そして健康に過ごしましょう

食のたより



8月27日にグループホームでおやつ作りを行いました。今回は、「クレープ」作りを行い、日清医療食品の調理スタッフがクレープの作り方の説明、実際に目の前で焼き方や切り方を楽しくてもらい、一緒にフルーツを包む作業を行いました。

みなさん「おいしい」と言っていた、たくさんの笑顔が見られました。

おやつ作りでスタッフと利用者様の方との距離が縮まり、食事への意欲が増えて頂けたらと、期待しています。

介護保険Q&A

Q 10月1日にサンホーム江上が認知症対応型デイサービスを開設すると伺ったのですが、私の母の利用しているデイサービスとはどのような違いがあるのですか？

A 送迎や入浴、レクリエーション等の基本的なサービスは変わりありませんが、認知症対応型デイサービスは住み慣れた地域で生活を継続できるように支えていく「地域密着型サービス」に位置付けられています。原則としてその市町村に住民票のある要支援1以上の方のみが利用でき、一般的なデイサービスは地域に関係なく別の市町村の方も利用できます。認知症対応型デイサービスは主治医からの「認知症」との診断名が必要となります。ただ1日当たり12名程度の利用者を少数のスタッフで対応していくため、一般的なデイサービス(1日30名程度)と比べて料金が高く設定してあります。認知症対応型デイサービスの特色としては①大人数でなく少人数で過ごすため、家庭的な雰囲気を楽しむことができ、馴染みの環境を作りやすくなる。②学習療法など1人1人の認知症の症状に合わせたプログラムを行うことで認知症進行の緩和を図る手助けをする。などが挙げられます。詳しくお知りになられたい方やご自宅で認知症の方の介護をされているご家族様などお気軽にご相談下さい。

●フォトコンテストのお知らせ●

思い出の1枚をぜひ広報誌に載せてみませんか？

テーマ「絆」

<一般部門>

ご家族と一緒に撮った写真など
(正月、結婚式、お孫さんの節句など)



<風景・生物部門>

佐世保周辺の風景・生物、または飼っているペットの写真を応募してください。

締 切: 10月31日(水)

写真裏面にテーマ・コメント・名前を記入して応募してください。写真のサイズはL版で、1家族5枚まで応募できます。11月1日から1ヵ月間、施設に貼り出し、皆様の投票にて1~3位、特別賞などを決定します。参加賞もありますので、どしどし応募ください。心温まる楽しい写真をお待ちしております。

まだまだ 2年目 新人職員 第9回 小百合の介護日誌

「Go GO!! サンホーム戦隊 コレンジャー」

イラスト:グループホーム介護員 吉永 麻美



社会福祉法人 江寿会 **デイサービス**
しらはえ
サンホーム白南風
10月1日オープン!



「サンホーム白南風」の認知症デイサービス

認知症の方に、食事・入浴・排泄などの生活支援や機能訓練を行うことにより、できるだけご自宅において、自立した日常生活を営むことを目的としたサービスです。

- ご自宅で過ごしているような雰囲気を感じられるようにサービスを提供します。
- 一人ひとりの想いを大事にしたサービスを提供します。
- 1日の利用定員 12名
- サービス提供時間 9:45～15:45 (但し水曜・日曜は休業)

ご利用料金のご案内

介護度	利用料金(1日)
要介護1	904円
要介護2	1,001円
要介護3	1,097円
要介護4	1,194円
要介護5	1,291円

介護度	利用料金(1日)
要支援1	782円
要支援2	873円

その他

食事代 (おやつ代含む)	500円
入浴介助加算	50円
機能訓練加算	27円
若年性認知症利用者受け入れ	60円



認知症対応型通所介護事業所(単独型)

デイサービス **サンホーム白南風**
しらはえ

長崎県佐世保市山祇町392
TEL (0956) 59-7000 FAX (0956) 59-7001
【お問い合わせ時間】 8:30～17:30まで(水曜・日曜は休業です)



行ってみませんか?

～江上音頭納涼大会におじゃましました～

第2回目は、8月18日に江上小学校で開催された、「江上音頭納涼大会」に出かけて来ました。



市内各地の町内会・民生委員の方が中心となって開催される夏祭りが少なくなっている昨今、ここ江上町では地元で古くから伝わる「江上音頭」が伝承され、毎年8月に納涼会が開催されています。

地域を元に音頭があるのは大変めずらしく、お話をうかがいました。

江上音頭は戦後間もない昭和24年、敗戦のショックから、唄と踊りで活力ある明るい村の復興をめざし、当時の江上村が歌詞を公募して作曲、振付の上発表されました。

昭和63年1月、新たに「江上音頭保存会」が発足し、以来住民ぐるみで「江上音頭を地区の無形文化財として後世に残す」を合言葉に努力をされています。

昭和24年第1回納涼会の様子▶



保存会では、地元の小学生から大人の方が三味線・太鼓・お唄いなどをされていました。これも伝承活動の1つとして、小学3年生から希望される方を、この江上音頭保存会の活動に加わるということで、月2回ほど三味線や太鼓の稽古をされているそうです。

ハッピーには江上名物の文旦が描かれ、歌詞にも江上文旦や漁港として栄えている様子、地形や当時の風物などが織り込まれ、まさに地域の温かさを感じる音頭です。



納涼会は、たくさんの地域の方々で賑わい、私達はご利用者の方々と一緒に楽しい時間を過ごさせて頂きました。焼き鳥・たこ焼きなど、露店は地域のボランティアの方々がされていて、そこにも地元を思う気持ちの温かさが伝わったお祭りでした。



今回、江上音頭保存会会長 廣野武夫様にお話を聞かせて頂きました。大変お世話になり、感謝申し上げます。ありがとうございました。

