

老健たより

R第21号N



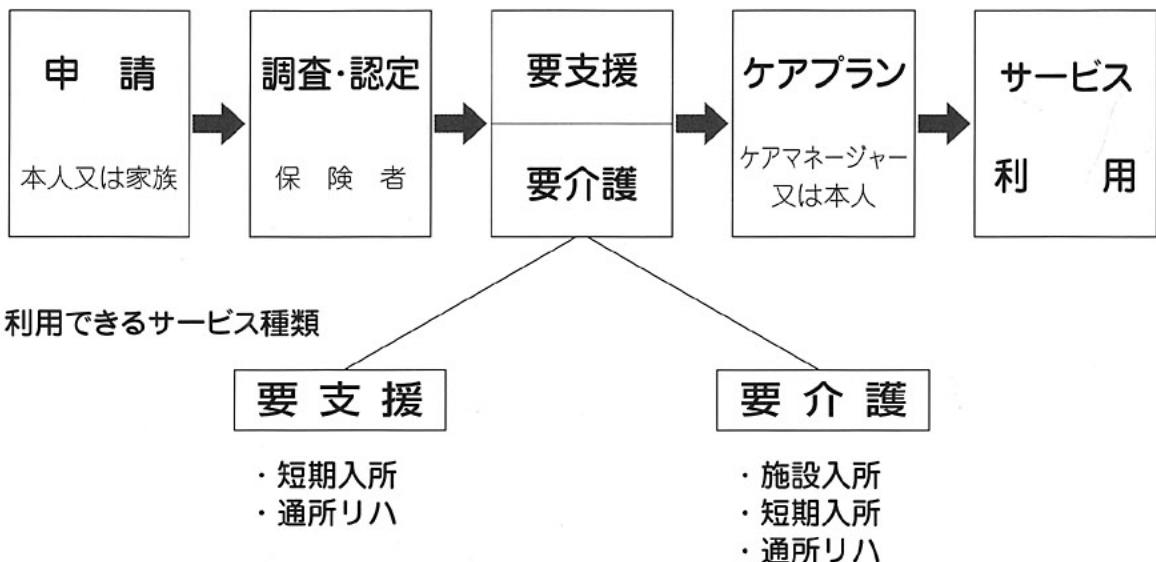
明るい笑顔、大事にしたいです。

医療保険から介護保険へ	2
音楽療法	3
行事紹介	4
「老健とのぎくの会」他	5
介護シリーズ	6
お手軽クッキング	6
編集後記	6

医療保険から 平成12年4月より 介護保険へ

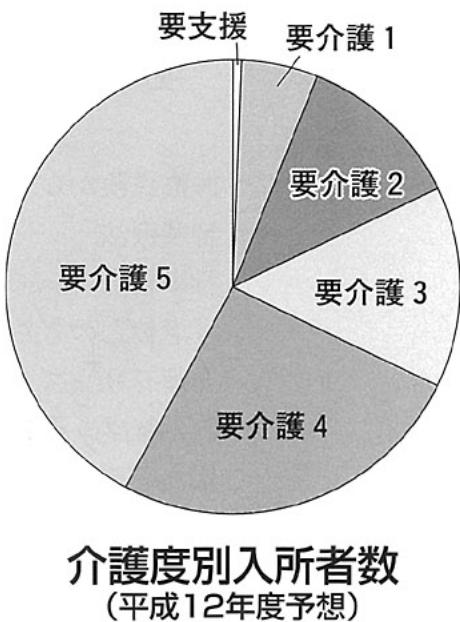
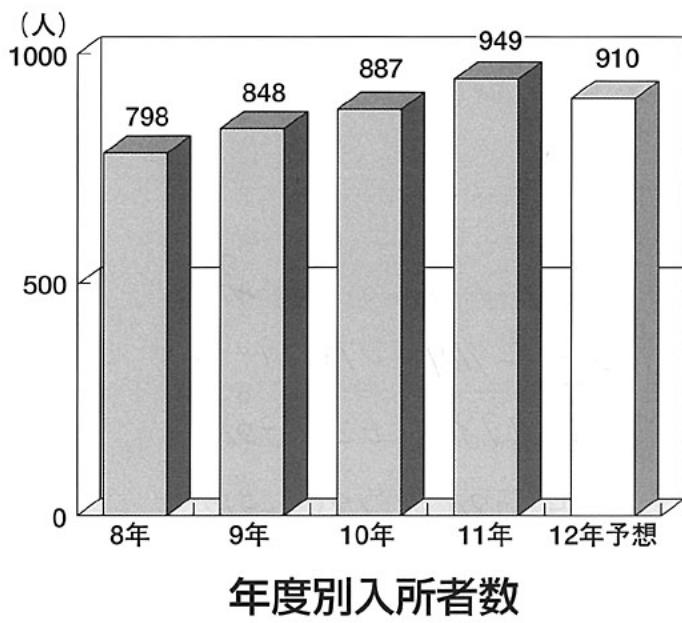
地域の皆さんと共に歩み続ける当施設も介護保険により介護の状態によって利用できるサービスが変わりました。

当施設利用ガイド



利用者の推移と介護度別利用者

年々増えつづけた利用者も介護保険創設により、介護状態により利用できるサービスの範囲、費用の一割自己負担が導入され、重度の利用者の長期利用が多くなる事が予想されます。



音楽療法

～音楽活動の充実へ～

音楽療法とは？

○音楽によるコミュニケーション機能を生かし、心身の活性化を目指す療法。

音楽療法では、音楽は媒介として使われ、音楽そのものは目的ではなく、手段にすぎません。

音楽のリズムは、知的機能を通らずに人間の生命に脈打つリズムに直接働きかけて、心身を活性化する作用があります。

音楽をうまく使いながら、参加する人の身体と感情を刺激し、気分転換にも役立てます。

老健での音楽療法

今年の5月より、音楽活動の充実を目的にリハビリテーションの一貫として、音楽療法を積極的に取り入れています。従来のレクレーションに加え、音楽だけの時間を設けようになりました。

歌をうたうという歌唱活動は、多くの方にとって安心して気楽に参加できる活動で、歌にのせていろいろな感情を

引き出してくれます。普段とは全く別の面が見られたり、楽しんでいただいているようです。

ファミリーコンサート

今年の5月より毎月一回、音楽療法の一貫として鑑賞会にファミリーコンサートを開き、音楽の専門家を中心としたグループ「ゆりかご」に馴じみ深い歌をうたつていただき、フルートやギターなどの楽器演奏をしていただいている。月ごとに演奏者、曲目に変化をもたせています。

ファミリーコンサートでは聴くだけでなく、リクエストコーナーを設けたり、歌体操全員で歌う場面など利用者の方と一緒にになって音楽を楽しめるように工夫しています。

CDやテープで聴くのとは違いい、生の音を目の前で聴くということはたいへん感動的です。

老健に事前にポスターを貼つてお知らせしていますので、家族の方も是非、聴きにきて下さい。



行 事 紹 介



5月（端午の節句）



かんぱーい!!



7月（七夕会）



園児さんかわいいね



9月（敬老会）

長生きする秘訣は何ですか？



4月（花見会）

6月（さなぼり会）

8月（盆踊り大会）

9月（交通安全週間）

「老健」と「のぞくの会」

会長 金沢繁夫

老人保健施設が平成四年十一月に開設された翌年より、現在まで八年間にもなるボランティア活動を長く続ける事が出来たのは、老健の職員さん、八鹿病院、八鹿町社会福祉協議会、コーディネーターそして会員の皆さんとのコミュニケーションが良かつたからだと思います。

のぞくの会のボランティア活動を簡単に紹介しますと、盆踊り大会、文化祭等の大がかりな行事と毎月の定期活動を行っています。

定期活動は

- 第2月曜日、午前 リハビリ介助他
- 第2水曜日、午後 車椅子の整備・清掃他
- 第3水曜日、午前 シーツ交換他
- 第3土曜日、午後 喫茶コスモス

最後に
二〇〇一年は

ボランティア国際年。

認める世紀として頑張つていただきたいと思つております。

○ その他病院のガーゼたたみ、移動図書、総合案内に機器の手入れと幅広い活動です。

ボランティアを始めての感想は、家の風呂の掃除もした事のなかつた自分が老健の大風呂の掃除も抵抗なくできる様になりました。又小さい孫二人と長靴をはいて一緒に楽しく掃除をしました。今では中学生になりましたが掃除をしてくれます。

小さい時から社会福祉を経験させることが良いと思いました。今テレビや新聞紙上によく出る少年犯罪も、小さな善意で、良い社会が生まれるのではないかでしょうか。

又平成九年五月に、老健・病院での活動内容を、テレビ放映され会員一同感激した事もありました。



老健盆踊りを終えて 米田民子

米田 民子

平成十二年八月二十五日八

吾ママのおはロック」を披露

鹿病院駐車場におきまして第八回八鹿病院老人保健施設盆踊り大会を行いました。いつ

果がでて力強く迫力のある踊りでした。櫓を囲んで提灯の下で盆踊りが無事終える事が出来ました。多くのボラン

ティアの方々の協力を得まして無事六時に始める事が出来ました。施設長の挨拶の後、利用者の皆さんは、福引き、ヨーヨー通り、おでん、お好み焼などの夜店を職員、ボランティアの方々と一緒にお話をしながら楽しく

施設であります。皆様のご支援をいただ

きます。皆様のご支援をいただ

きます。皆様のご支援をいただ

きます。皆様のご支援をいただ

きます。皆様のご支援をいただ

きます。皆様のご支援をいただ

きます。皆様のご支援をいただ

きます。皆様のご支援をいただ

きます。皆様のご支援をいただ



介護シリーズ

今回は、歩行補助用具の杖を紹介します。杖もいろいろな種類があります。使用する状況に合わせて使い分けをすると便利です。

杖の機能は、①筋活動の補助、②安定性の確保（支持基底面が広がる）、③歩行効率の向上、④免荷作用があります。

杖の種類と特徴

〔单脚杖〕

T字杖を代表とする歩行補助杖の基本型で、幅広い環境での使用が可能。

〔多脚杖〕

三脚または四脚のものがある。支持面が広く、単脚杖よりも安定性がよい。手をはなしても立つている。欠点はすべての脚が同じ高さの床に接している。手をはなしても立つれない。階段などでは使い難い時もある。

〔ウォークケイン〕

多脚杖よりもさらに広い基底面をもち、安定性が優れている。階段や狭い場所などを歩く時に便利です。



お手軽クッキング

牛乳ゴマ豆腐

(1人分146kcal)

作り方

- ボウルに練りゴマを入れ、少量ずつ牛乳を加えて練り合わせ、くず粉を加えてよく溶かしAで味付けする。
- 鍋に①をこしながら入れ、弱火にかけて木べらで絶えずかき混ぜながらのり状になるまで煮つめる。
- 透明感が出てきたら、水をくぐらせた流し箱に入れ、冷やし固める。
- ③が固まったら、切り分けて器に盛り、おろしワサビと刻みのりを添えて、醤油をかける。



材料(4人分)

練りゴマ	大さじ2杯
牛乳	2カップ
くず粉	40g
塩	小さじ2/3杯
A みりん	大さじ1/2
薄口しょうゆ	小さじ1杯
おろしワサビ	少々
刻みのり	少々
醤油	

介護保険・介護保険と4月より制度改革により、施設の利用方法等が大きく変わりました。又利用者にも、ケアマネージャー、ケアプランと、ききなれない言葉が飛びかっていますが当施設の運営方針には何ら変わりがありません。開設来目指しているものは

生命の尊厳を大切にし

人間愛をもつて利用者に生きがいを与えることを目標に看護・介護する。

利用者の自立を支援し、その家庭への復帰を目指す。明るく家庭的な雰囲気で地域や家庭との結びつきを重視した運営を行う。

目的を常に明確にするとともに目的達成のため、職員の熱意と資質を向上させるよう努めるものとする。

今後も地域の皆さんとの御協力をいただきまして、理想とする施設を目指します。

よろしくお願いします。

スタッフ一同

編集後記