

老健だより

NEWS FROM ROKEN

第32号



謹賀新年

明るい笑顔、大事にしたいです。

CONTENTS

- P2 新年のあいさつ
- P3 - P6 行事紹介「新年会」「盆踊り大会」
「文化祭」「敬老会」「運動会」
園芸便り
- P7 認知症ケアだより・栄養科だより
- P8 第19回福祉センター研究発表会
ボランティア紹介

【発行】

公立八鹿病院 老人保健施設

施設長 近藤清彦 平成24年1月発行
兵庫県養父市八鹿町下網場413
TEL (079) 662-2355 FAX (079) 662-2388

新年のあいさつ



公立八鹿病院
老人保健施設
施設長
近藤清彦

新年おめでとうございます。ご家族おそろいでよい年を迎えられたことと思います。

昨年は東日本大地震、津波、原発事故、洪水などの災害があり、日本にとっても特別な年でした。いつも通りや、普通の生活のありがたさを改めて感じさせてくれました。また、「絆」をはじめとして、大切なものが何かを考えさせられた年でした。

老健施設と訪問看護ステーションは今年で満20年目を迎えます。老健施設と訪問看護は但馬では一番最初で、在宅介護支援センターは但馬で一番目に開設しました。平成二年から「在宅介護についての協議会」を毎年開催するなど、高齢者ケアを実践しつつ、オピニオンリーダーとしての役割を果たして

きました。

この二十年で養父市の高齢化率は23%から33%と10%上昇しています。前半の十年間は利用者数が年々増加した時期で、高齢者ケアの高度成長期ともいえる時期でした。後半の10年間は、胃ろう造設が急増したり、認知症が大きなテーマになるなど、利用者の状態やケアの内容が大きく変化しました。

高齢者施設は年々増加していますが、高齢化が全国に比べ二十先を行っている但馬においては、高齢者ケアの問題は国の制度だけでは追いつきません。国が決めたことに従うだけでなく、現場において、これからの高齢者ケアにおいて何をめざすか、何を大切にしているかを考えていかなければなりません。

医療においても、「治す医療」と「支える医療」が必要といわれています。

これまで、ケアの現場では運動機能の改善・維持、精神機能の活性化に向けてのリハビリやケアを行ってきましたが、超高齢社会を迎え、それらに加えて「ありのままの状態を受け入れていくこと」も大切になるかもしれません。

日々、高齢者と接する現場の中で、よりよいケアは何かを考え、人間として大切なこと、意味のあることと実感できるようなケアをめざしていきたいと思います。皆様の「健康とご多幸をお祈りします。」



行事紹介



平成24年 1月18日

新年会



毎年、老健の新年会で、素晴らしい舞を披露して下さいます。
光延会の皆様、いつもありがとうございます。



平成23年8月17日

盆踊り大会



あいにくの雨模様、今回の盆踊りは残念ながら屋内での開催になりました。それでも、和太鼓グループ「鼓彰」の子どもさん方の元気いっぱい迫力満点の演奏で幕を開け、光延会の皆様を中心に、入所の皆様、職員で優雅な踊りの輪が出来上がりました。ただ、狭い中での開催になりましたので、日頃の練習の成果が発揮できなかった方も多く、来年こそは屋外で開催を！と願っています。

には、
行事が
ぱい！



「鼓彰」の皆さんによる太鼓演奏



元気いっぱい大迫力の演奏でした



司会進行の成田・田中職員



1等は何番かな？



平成23年
11月9日～11月16日

文化祭

芸能祭



但馬出身の演歌歌手、濱千代子様をお迎えしました。



利用者の方のハンドベル演奏。心地よい音色でした

作品展示



こつこつと時間をかけられ完成した作品の数々です



老健
楽しい
いつ

平成23年 10月19日

運動会



パン食い競争。大きくお口をあけてガブリ！



赤組さん、たくさん入っていますね！ 白組さん、まだまだいけますよ！



平成23年 9月14日

敬老会

祝 100歳！

これからもお元気でいてください



秋田文一様 一ノ本常楠様



菊恵様の舞をご披露いただきました。
いつもありがとうございます。



さつまいも掘りに夢中



稲刈り、さつまいも掘りから、
つるし柿、しめ縄づくりと季節感
を感じながら取り組んでいます。



見事な手さばき！



あっという間に柿がむけました



認知症ケア
だより

認知症ケアのいろは



介護福祉士
山根美千代

【第1回】 パーソンセンタードケアを目指して

認知症ケアに「パーソン
ドケア」という考えがあり
ます。
「その人を中心としたケア」
です。

認知症の方は、認知機能
の低下から、目の前が霧が
かっているように不安感の
中にあると言われています。

まだ課題は山積みしてい
ますが、その人の固有の人
生史を尊重し、その人の不
安に寄り添い、少しでも霧
が晴れるようなケアを提供
したいと思っています。

より良いケアを目指し、

職員はたくさん研修会に
も参加しています。また、当
施設でも認知症委員会と認



知症ケア専門士が協力し
て、勉強会を開催し、知識や
技術の向上に向け努力して
います。在宅生活を支える
当施設の役割とし、今後は、
この学びをご家族様にもお
伝えできればと考えています。

【次回】「認知症」という病
気についてお話しします。

栄養科だより

高齢者の風邪予防

すぐ風邪を引いてしまう、そんな人も多いのではないでしょうか。
食事や体調管理に注意して、今年の冬を乗りきりましょう。



管理栄養士
堂前真美

①こまめに水分補給をしましょう

□やのどを潤すと、風邪のウィルスが
増殖しにくくなります。
そのために、こまめな水
分補給をお勧めします。



②消化がよくて、身体を温める ものを食べましょう

ねぎやしょうが、にんにくなど、昔から
風邪によいといわれる食べ物には、唾液の
分泌を高める働きがあります。また発汗
作用もあり、熱っぽさも解消されます。

③首を寒さから守りましょう

首の周りが冷えると、皮膚の決行が悪
くなります。唾液なども少なくなり、ウィ
ルスが増殖しやすくなります。タートル
ネックやマフラーなどで
首をむき出しにしない
ようにしましょう。



④ビタミンCを多く含む食品を 摂りましょう

ビタミンCは粘膜を強化しウィルス
の侵入を防ぎ、ウィルスを攻撃する白
血球を活発にする働きがあります。し
かし、ビタミンCは身体にためられな
いので、毎日摂りましょう。



ビタミンCは、ピーマン・
ブロッコリー・じゃがいも・
オレング・いちごなどに多
く含まれています。

⑤うがいと手洗いを習慣にしましょう

外出先から帰ってきたら、うがいと手
洗いを欠かさないようにしましょう。

第 19 回福祉センター研究発表会



平成23年11月29日、八鹿病院講堂にて第19回福祉センター研究発表会が行われました。この発表会は、老健開設翌年から続けられており、自己研鑽に努めています。

演題 座長：久保田いづみ・田原邦明

1) おいしく食事をするために ～統一した増粘剤の使い方への取り組み～

公立八鹿病院老人保健施設 管理栄養士 堂前真美

2) 筋萎縮性側索硬化症の介護者にとっての外出支援を考える

南但訪問看護センター 看護師 中島登美子

3) 老人保健施設における心不全を有する利用者への 心臓リハビリテーションの一例

公立八鹿病院老人保健施設 看護師 和田美穂

4) 訪問栄養食指導に関わる地域連携のあり方 ～訪問指導の実際～

公立八鹿病院医療技術部栄養管理科 管理栄養士 足立貞子

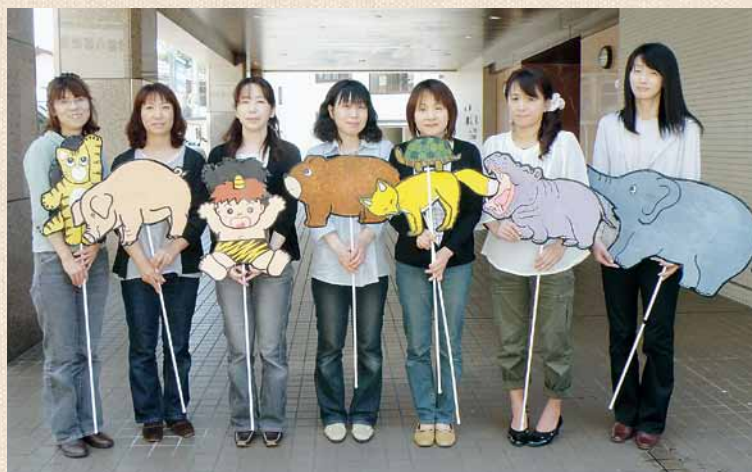


ボランティア紹介

日頃大変お世話になっています皆様のご紹介をさせていただきます。

「人形劇」 虹色パール様

毎回、趣向を凝らした作品で楽しませていただいています。



虹色パールのみなさま。いつもありがとうございます。

