

第34号 発行日 平成24年4月10日

萩の里通信

希望に満ちた安らぎの日々



今年でたく100歳を迎えた桂川誠一郎様と、成人を迎える畠中介護士
アットホームくずまきの最年長お内裏様と最年少お雛様です

発行 医療法人 敬仁会

介護老人保健施設 アットホームくずまき

〒028-5403 岩手県岩手郡葛巻町江刈第5地割155番地7

TEL: 0195-67-1117 FAX: 0195-67-1118

E-Mail athome-kuzumaki@viola.ocn.ne.jp

<http://www.athome-kuzumaki.or.jp>

★アットホームが関わっている介護予防事業を紹介します★



二次予防事業運動教室

介護予防と自立生活を続けていくための事業で、町から委託を受けて実施しています。今年も9名の方が参加し、運動に取り組みました。



今年は管理栄養士による
栄養指導も行いました

マシンを使った運動中です



一般高齢者介護予防事業



血圧測定と健康相談



カゴ目がけて
どんどん投げます！

町より委託を受け、地域に出向いて血圧測定やレクリエーションを行う事業です。山岸自治会のふれあいサロン「もくよう」には毎月お邪魔して、皆さんと一緒に楽しませていただいています。



施設内研修

当施設で行われた施設内研修会の模様をお伝えいたします。

海外研修報告会 平成24年1月27日(金)



昨年の8月に、「知的障害者・高齢者・医療福祉教育視察」として職員2名がデンマークへ研修視察に参加しており、今回は施設内にて、研修の報告伝達会を行いました。

日本と福祉先進国デンマークの制度や取り組み方の大きな違いに驚き学ぶことの多い研修会でした。

身体拘束廃止にむけての研修会 平成24年2月3日(金)



身体拘束は、医療や看護・介護の現場で、安全確保の為という目的から行われてきましたが、本人へ苦痛を与え、人権の侵害に繋がっているという考え方から、廃止へ向けた取り組みが広まっています。

現場で起こりうるシチュエーションを題材に教材のDVDを観ながら、資料を基になぜ身体拘束が問題なのか、身体拘束の廃止に向けてどのような取り組みが必要か等、重要な知識を再確認することができた研修会でした。

災害時の対応についての研修会 平成24年2月3日(金)

当施設では、昨年の3.11の東日本大震災を経験し、全職員がより一層の防災への意識・災害時の対応を強く意識するきっかけとなり緊急災害時対応のマニュアルを作成いたしました。

今回の大震災を経験し、当施設では外部と接触出来ない状況でも最低3日の食料・飲料水を常備確保する等、対策・準備をしております。

Top row of images for Setsubun:

- Left: A cartoon illustration of a smiling girl.
- Middle: A large stylized banner with the Japanese character "節分" (Setsubun).
- Right: A red devil mask with a yellow "福" (luck) character.

Text in the center:
今年は元気のいい赤鬼
気のいい青鬼が
やって来て大暴れしました!!

Bottom left text:
鬼は外～福は内～!!

Bottom right text:
助けて～(><)

Four photos showing Setsubun activities:

- Top left: Two people in traditional Setsubun鬼 (Devil) costumes (one red, one blue) interacting with residents in a common room.
- Top right: A person in a red devil costume playing with a resident in a wheelchair.
- Middle left: Residents in wheelchairs participating in the Setsubun activities.
- Middle right: Residents gathered around a table, with one person in a green costume assisting them.

Bottom row of images for Setsubun:

A photo of a resident wearing a mask and gloves cooking pancakes on a griddle. A stack of pancakes is shown in the foreground.

Text:
皆わんわんも真似です!
利用者様が喜ぶ作り!

Bottom left text:
ホットケーキ作り

A photo of two residents wearing masks and aprons, working together to make pancakes.

Text:
飾り付けはこんな
感じで良いかしら?

Bottom left text:
混ぜあんぱいは
などだべぇ?

A photo of a resident wearing a mask and apron, focused on making pancakes.

Top row of images for Hinamatsuri:

A large stylized banner with the Japanese character "ひな祭り" (Hinamatsuri).

A photo of a tray containing various Hinamatsuri-themed dishes, including colorful omelets and rice balls.

Text:
とっても美味しい
いなり寿司でした

A photo of a resident smiling while holding a bowl of food.

An illustration of two Hinamatsuri dolls (one boy, one girl) in their traditional courtly attire.

A photo of an elderly couple sitting together, smiling.

Text:
ずっと
一緒に

マイホームくずまき

1月17日
お誕生日会



私が主役です！

マイホームくずまきでは毎月利用者様の誕生会を実施しており、今月は田村マサ様、寺坂紀子様の2名のお祝いをさせていただき あめでとうました

2月3日
節分

マイホームにも鬼が現われた!!



やっつけろ～！



鬼と仲良く記念撮影？

3月13日 ひな祭り



かわいいね♡



みんなで「うれしいひな祭り」
を歌いました♪

自宅体操のススメ

～腰痛体操編～

今回は自宅で気軽にできる腰痛体操を紹介します。
(1)は畠仕事や重いものを持って腰が疲れたときなどに行ってみて下さい。(2)・(3)の体操は腹筋、背筋を鍛えるトレーニングなので、痛みがあるときは行わないで下さい。

無理をせず、少しづつでも継続してやってみましょう。



作業療法士
上道 良哉

- (1)**
1. イスに座り、膝の上に手を置き、息をゆっくりと吐きながら上体を前に倒します。
 2. 無理のない程度に前に倒し、その姿勢を5秒保ちます。
 3. ゆっくりと元に戻します。



- (2)**
1. 軽く膝を曲げて仰向けになります。
 2. へそを見るようにゆっくりと上体を起こし、そのままの姿勢で5秒間保ちます。
 3. ゆっくりと上体を戻します。10回行いましょう。



- (3)**
1. 軽く膝を曲げて仰向けになります。
 2. お尻を浮かせ、5秒間姿勢を保ちます。
 3. ゆっくりと元の姿勢に戻します。10回行いましょう。



注意) やり過ぎは逆に腰痛を悪化させる可能性もあるので、くれぐれも無理はせず、痛みが酷くなる場合は速やかに中止してください



お誕生日おめでとうございます！



1月誕生者の皆様

入所利用者様

木戸場 ハナ 様 76歳
山岸 タツ 様 85歳
服部 祥夫 様 83歳
山形 イク 様 87歳
佐々木 シカ 様 88歳
橋場 ミキ 様 88歳
四日市 忠男 様 86歳

デイケア利用者様

内村 一 様 60歳
下天廣 三太郎 様 91歳
下村 秀雄 様 64歳
西島 イト 様 79歳
松村 利美 様 69歳
遠藤 信 様 83歳
山上 キチ 様 82歳
下四日市 一男 様 71歳
欠端 権太郎 様 84歳

マイホーム利用者様

寺坂 紀子 様 90歳
田村 マサ 様 88歳

2月誕生者の皆様

入所利用者様

千葉 ハギ 様 79歳
阿部 キクエ 様 93歳
高見館 松太郎 様 81歳
日向 ハスエ 様 92歳
山下 興七 様 79歳
東井 民男 様 70歳
瀧澤 リキ 様 93歳
田中館 トミ 様 83歳

デイケア利用者様

遠藤 キセ 様 88歳
川戸 マツエ 様 78歳
近藤 イト 様 75歳
野手作 一 様 91歳
前原 武藏 様 87歳
桂川 誠一郎 様 100歳
大上 清美 様 60歳
西澤 ヒデ 様 77歳
端坂 榮三郎 様 76歳

マイホーム利用者様

梨子下 オセ 様 91歳
明石 ミサホ 様 83歳

3月誕生者の皆様

入所利用者様

畠山 サト 様 93歳
橋場 エミ 様 83歳
加藤 豊治 様 83歳
松村 喜助 様 91歳

デイケア利用者様

遠藤 徳蔵 様 89歳
鈴木 輝繁 様 74歳
遠藤 キクノ 様 85歳
田代 忠雄 様 84歳
近藤 ヤヨイ 様 83歳
下平 洋子 様 47歳

今年も皆様が末永く健康でいきいきと暮らすことが出来ますように、職員一同心から願っております！



職員紹介します！



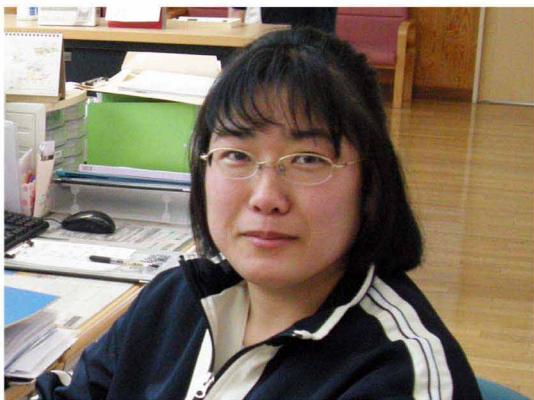
木下 美花子

(双子座・O型 葛巻町出身)

介護職員としてデイケアに勤務しております。

ご利用者様に笑顔で楽しく過ごしていただけるように努めてまいりたいと思います。

よろしくお願ひ致します。



千葉 薫

(牡羊座・A型 遠野市出身)

4月から入所の介護支援専門員として勤務しております。

ご利用者様やご家族様と接する機会を大切にしたいと思っています。

今後もよろしくお願ひします。

あとがき

待ち遠しかった春の足音が葛巻にもようやく聞こえてきた今日この頃。今年の冬は県内各地インフルエンザが大流行し大変な冬となりましたが、利用者の皆様・ご家族の皆様のご協力のもと、「面会制限」をさせていただきました。

おかげ様で、アットホームくずまきでの感染・蔓延を防ぐことができましたこと、感謝致します。

ありがとうございました。

今年度も様々な行事等を企画し、その内容をこの「萩の里通信」で皆様にお伝えしていくよう、改善・努力しながら発行していくたいと思いますので、ご愛読よろしくお願ひ致します。