

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



今年めでたく100歳を迎えた桂川誠一郎様と、成人を迎える畑中介護士
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。



今年に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
とんとん投げます！

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日分の食料・飲料水を常備確保する等、対策・準備をしております。



節分



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!!



鬼は外～福は内～!!



助けて～(><)



利用者様大じもの手作り。
皆さんとじも賞金です!

ホットケーキ作り



飾り付けはこんな
感じで良いかしら?

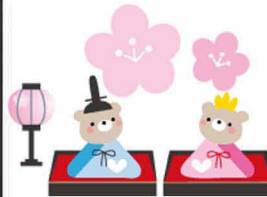
混ぜあんぱいは
などだべえ?



ひな祭り




とっても美味しい
いなり寿司でした



ず～っと
一緒だよ

マイホームくずまき

1月11日
お誕生日会

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、寺坂紀子様のお祝いをさせていただきました 🍵🎂🎉




私が主演です！

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)は畑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ください。(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ください。
無理をせず、少しずつでも継続してやってみましょう。



作業療法士
上道 良哉

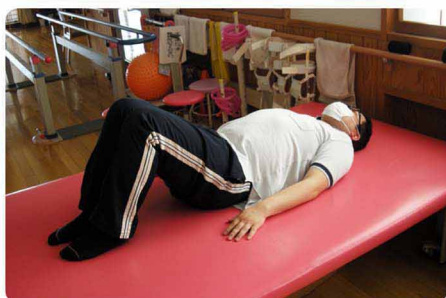
- (1)**
1. イスに座り、膝の上に手を置き、息をゆっくりと吐きながら上体を前に倒します。
 2. 無理のない程度に前に倒し、その姿勢を5秒保ちます。
 3. ゆっくりと元に戻します。



- (2)**
1. 軽く膝を曲げて仰向けになります。
 2. ヘソ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
 下天广 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 與 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！



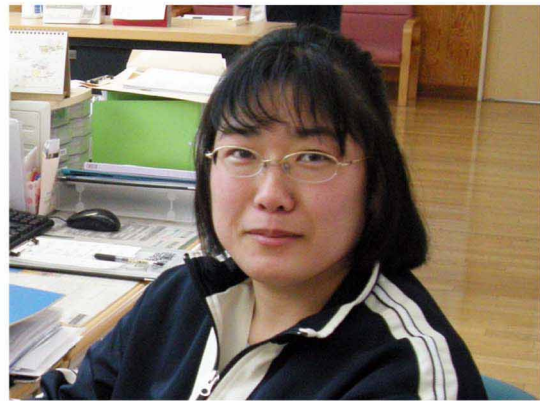
きした みかこ
木下 美花子

(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。

よろしくお願い致します。



ちば かおる
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。

今後よろしく申し上げます。

あとかぎ

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けるよう、改善・努力しながら発行していきたいと思っておりますので、ご愛読よろしくお願い致します。