

うらら通信

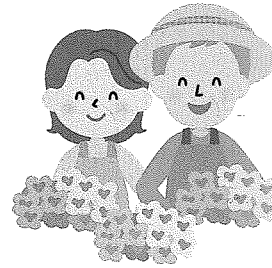
第 75 号

平成29年 7月 1日発行

社会福祉法人
城 端 敬 寿 会

〒939-1811
富山県南砺市理休270番地

題字：瀬川石城氏



・ケアハウス☎(62)8111 ・デイサービスセンター☎(62)8112 ・在宅介護支援センター／居宅介護支援事業所☎(62)8113
 ・介護老人保健施設☎(62)8555 ・デイケア☎(62)8557

📄 城端うららホームページアドレス⇒「城端うらら」または <http://www.keijyukai.or.jp/> で「検索」

ケアハウス



ケアハウス城端うらら
施設長 杉村 稔

この四月から山畔前施設長の後任を拝命しました。
当施設は、今年で開設十六年を迎え、入居者や職員が明るく生きがいのある施設として、また、地域に根ざし地域から愛される施設を目指しております。

城端敬寿会は「うらら」の名称で、ケアハウスと介護老人保健施設を中核とした五つの居宅サービス事業を展開しており、いずれも地域の社会福祉事業の重要な役割を果たしています。

医療的に管理された状態で機能訓練、介護サービスなど居宅での生活を支援する拠点「うらら」を市民の皆様にもっと知っていただき、地域の皆様にもっと愛され、利用していただけるよう努めます。

これからも、利用者様本位のサービスをすべての職種職員全員で協力して提供し、ご利用者様、ご家族様が安心して楽しく生活することが出来る施設となるよう頑張りたいと思います。
今後どうぞよろしくお願いいたします。

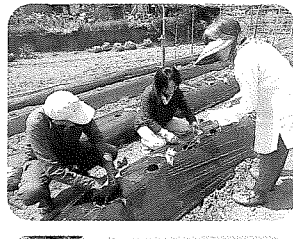
春のバスハイク

4月13日(木) 福光の「小矢部川公園」に出かけました。曇り空ではありましたが、皆さん満開の桜にご満悦。休憩に立ち寄った道の駅福光では、一息ついて、買い物を楽しみました。



さつまいぶ苗植え

昨年に引き続き、今年もうららの畑にさつまいぶの苗を植えました。皆さんの手際の良さにはただただ感心。「美味しいお芋になあれ。」秋の収穫が楽しみです。



笑いヨガ

5月25日(木)に講師の大井手恵子先生、鳥越雅子先生をお迎えし笑いヨガを行いました。ケアハウスでは、月に一度先生方をお迎えしクラブ活動の一環として実施しています。笑いは免疫力を高め、認知症や痛を予防し、健康



寿命を延ばします。ふうふう、くすくすとした笑いが徐々に大笑いになり、満面の笑みも加わって、皆さんのお顔はいきいきとよつや、身体もポカポカしている様子が感じられます。あくあ楽しかったとのありがたいお言葉を頂きました。



居宅介護支援事業所

上手に水分を摂りましょう

成人が一日に必要な水分は2000ml。このうち、飲料水として摂り入れるのは1300mlと言われます。

【体内の水分収支バランス】

一日の水分摂取量 (ml)	
飲料水	800~1300
食物中の水	1000
体内での代謝水	200
合計	2000~2500
一日の水分排出量 (ml)	
尿	1000~1500
便	900
生理的に失われる水分	100
合計	2000~2500

「いつ飲むのがいい?」

寝起き、就寝時、入浴前後など摂るようにしましょう。とくに、人は寝ている間にはかなりの汗をかき、朝起きてトイレに行ったら、コップ一杯のお茶を飲みましょう。

お茶にはカテキンが含まれており、このカテキンには動脈硬化や心臓病を防いだり、高血圧、糖尿病の予防になったり、その他、ダイエツト、美肌効果、うがいなどの殺菌効果、などさまざまな健康効果が期待されています。

甘い飲み物は、飲みすぎれば糖分の摂りすぎになり肥満が心配されます。糖分の摂りすぎは、虫歯になるだけでなく、カルシウム欠乏症にもつながってしまいます。
一日に必要な水分を摂れるように意識しながら、健康維持していきましょう。

出典:「ちよつと心配 ベットボトル症候群」(食べ物文化研究会 芽ばえ社)

デイサービス

5月運動会

紅白に分かれ運動会を行いました。
紅白のハチマキを巻き、2チームに分かれて各種目に参加していただきました。
対抗ゲームは闘争心がでてとても盛り上がりました。



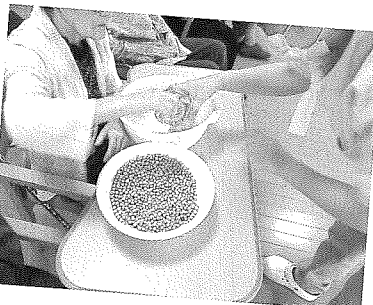
綱引き

重たい箱を綱引きのように引っ張るゲームです。



豆を使った満水レース

慌てる豆がこぼれて大変ですが、皆さん真剣です。



運動会の様子

借り物レース

クジを引いて出た内容の物をチーム一丸となり隣へ送るゲームです。
物だけでなく、「人間様を連れてくる」や、「みんなで歌を歌おう」等の内容も含まれており、にぎやかな競技になりました。



玉入れ

定番の玉入れを行いました。



車椅子に乗って障害物レース

職員と二人一組になって対抗レースを行いました。



介護老人保健施設



わかば

わかば棟では4月から新しいメンバーも加わり、また新たな気持ちで毎日利用者様とのふれあいを楽しんでいます。

環境が変わり、個々の意識も高くなっていく今、より一層丁寧・安心・安楽なケアを提供できるように日々勉強を重ねています。その中でも、職員同士がなんでも相談でき笑顔で仕事ができる環境を



作り、働きやすい職場になるよう心がけています。

職員同士が働きやすい現場であると利用者様にも笑顔が溢れ、良い環境で日々の生活を送ってもらえると思います。

職員も一緒に生活を楽しむ事で利用者様の笑顔が溢れています。写真は職員と一緒にレクリエーションでモノ送リゲームを楽しんでいる様子です。

今後も、チーム一丸となって利用者様の生活をサポートし笑顔溢れる毎日を送ってあげたいと思います。

2Fフロア(ひだまり・そよかせ)

余暇活動の様子

利用者様の意向を聞きながら好む作業を提供しています。最近はお手紙の手作り漢字パズルが人気です。



昭和の流行歌の本を見て懐かしみながら楽しそうに談話をされたり一緒に歌ったりします



こんなん 余裕やちゃ

納涼祭で使うポスターの作成をしています



歩行練習の様子、会話や景色を見ながら等、楽しくできるよう工夫しています

花見

当施設の裏には公園があり、4月には桜の木が満開になります。職員と利用者様と一緒に花見気分です。桜の花を満喫しました。



老健新任職員紹介



- ①趣味・特技
- ②自分の性格を一言でいうと
- ③仕事への意気込みは



介護職員 坂本 朋美さん

- ①旅行・音楽を聴くこと。トランペット吹けます！
- ②基本穏やかですが、一度決めたことについては頑固で曲げません。
- ③介護福祉士としては6年目になりますが、新たな気持ちで頑張ります。



介護職員 畑 奈月さん

- ①おいしいものを食べる事
- ②好きなことにはのめり込むが、あきつぱい
- ③皆様から信頼される職員を目指し、頑張ります。



介護職員 中谷 拓未さん

- ①民謡
- ②明るく見えるけどすごくネガティブ
- ③しっかりと利用者の方々のお役にたてるように頑張ります！



介護職員 齊田 和恵さん

- ①特にありません。息子のラグビーの試合を見るのが楽しみです。昔はフルート吹きました。
- ②家では可愛い母なので、職場ではやさしい人です。ありたいなあと思っています。
- ③自分でできることからコツコツと経験を積んで、この人おつてよかつたわと言われるように頑張ります。よろしくお願ひします。



介護職員 瀧川 昌恵さん

- ①猫が大好きなので、猫グッズを集めています。
- ②のんびり、マイペース
- ③ひとつひとつの仕事丁寧に取り組んでいきたいと思っています。



運転手 河合 清一さん

- ①アマ無線・ドライブ
- ②人見知りのへんくつ物。でもなじむとなじみやすい。
- ③これからも安全運転に勤めます。



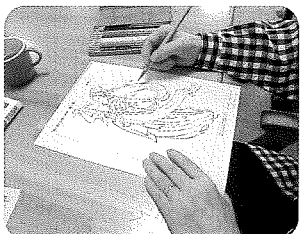
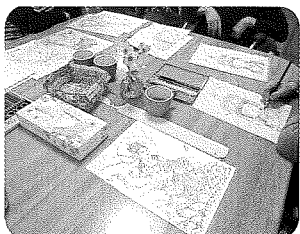
デイケア

写仏修行

段篠寺・今井倫子様を講師に招き、余暇活動として写仏画に取り組んでいます。

本来写仏画とは仏様のお姿を描き写す修行ですから、心静かに筆を運ぶものですが、「病氣してから一人でも外にも出れなくて、あいそなかった。また町内の人の顔が見られて嬉しいわ〜」近所の人、この前亡くなられてまた寂しかった。元氣でおろまいけ！

「この仏さんの顔、優しいちゃ。年とつたらこんな顔になってかんなんねえ。アゴ強で、当分無理そうやわ」と、笑いあり涙ありでいろんな話が飛び交います。



仏様と向き合うことで、皆さん自然と姿勢が良くなり、自分自身と向き合っているうちに、心の洗濯をされているようです。

ご寄付・ご支援ありがとうございます

善意

(3月1日～5月31日)

- タオル・糸糸・寝巻 … 匿名 様
- タオル …… 北川 和子 様
- 10万円 …… 岡本 均 様
- 書画 3点 …… 瀬川 石城 様
- 10万円 …… 荒井 清勇 様
- タオル …… 宮本 文子 様
- 20万円 …… 山畔 勝博 様

ボランティア

(3月1日～5月31日)

～ケアハウス～

- 大井手恵子 様
- 鳥越 雅子 様
- 土井 妙子 様
- (宗家) 岡田流大正琴みよしくるーぶ 様

～デイサービス～

- 長井 暖果 様 (整容、傾聴)

～老 健～

- 依 麗子 様
- 茜の会 様
- 林 喜代子 様
- 案山子の会 様
- 大覚寺 石黒 照見 様
- 報土寺 木村 宣彰 様
- なんと！吹奏楽団 様
- 福美会 様
- 岩城美智子 様
- 山本 裕子 様
- 大鋸 幸三 様
- 段條寺 今井 芳正 様
- 〃 今井 倫子 様
- ザ・あんぼんたん 様

納涼祭のご案内

第14回 老健納涼祭

平成29年 8月 2日 (水)

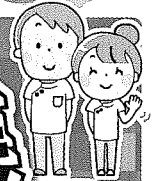
時間 午後6時から7時半

場所 介護老人保健施設 城端うらら

ご家族様、地域の皆様！
ぜひ、見に来て下さい。



職員募集



老 健

- 看 護 師 …… 若干名

利用者の笑顔に出会える看護。
介護を一緒に行いませんか？

お問い合わせ 介護老人保健施設城端うらら
TEL 62-8555
FAX 62-8556 (担当 山下)

デイサービスより



・整容や傾聴、歌や踊り等の
さまざまなボランティア様を募集
しています。

お問い合わせ TEL62-8112 (担当:丹古)

老健ボランティア募集

- 入浴後のドライヤー
- お話し相手
- レクリエーション 等々



あなたのできることを通じて
やりがいを持ちませんか？
都合の良い時間でご相談に応じさせて
頂きます。

お問い合わせ 介護老人保健施設 城端うらら
TEL62-8555(担当:山田・台蔵)

編 集 後 記

施設の窓から親水公園の植物を眺めると、季節の移り変わりをしみじみと感ずります。新緑から深緑へ移り変わり、アジサイがしっかりと咲き誇り、植物の生命力をひしひしと感ずります。



梅雨の湿度や気温で体調を崩さないように、元気に夏を迎えたいですね。