

ていくおふ

～ つかまの里だより ～

R8・7・31 社会福祉法人国際保健支援会 広報第82号

入所されてる皆さんは各階ごといろいろなレクリエーションを楽しんでいらっしゃいます。タイトル左側に掲載されている絵は皆さんで制作した大作のちぎり絵です。七夕には短冊に願い事を書いて飾ったり、お習字を楽しんだりしています。また、いろんな作品を紹介していきたいと思います。



お寿司バイキング

5月にお寿司バイキングを開催し、ご利用者の皆様にお好きなお寿司を選んで召し上がっていただきました。『おいしいね』『久しぶりのお寿司でうれしい』と笑顔があふれ、皆様が思い思いに味わいながら、会話も弾む楽しいひと時となりました。



支援農場 たまねぎ収穫

去年の11月に苗を植えた玉ねぎは寒い冬を超え、大きく成長して7月に収穫の時期を向かえました。1袋1kg入りで100円。3～4玉入りなので、1玉が結構大きく『大きいね～』と驚きながら購入されていきました。8月にはジャガイモの収穫・販売の予定があります。出来栄は…どうでしょうか。



健康ひろば 開催

6月28日、地域の皆さまの健康づくりを応援する『健康ひろば』を開催しました。今回は南天診療所院長(糖尿病専門医)の大岩亜子医師が『糖尿病について』をテーマに講演。食事や運動など日常生活で実践できる健康づくりを分かりやすく紹介し、参加者からも大変好評でした。次回は秋頃の開催を予定しています。ぜひお気軽にご参加ください。



デイケア ボランティアさん

デイケアの今回のボランティアさんは『スワンキャンベル』さんに来ていただき、ハンドベルのきれいな音色を楽しみました。総勢11名の方が両手にベルを持ち、きれいな曲を奏でる素晴らしさ。心安らぐひと時でした。



防災訓練



地震に対する防災訓練に参加し、自分自身と利用者様の安全確保を行う難しさを感じました。時間によっては少人数の職員で対応しなければならず、職員間で連携し状況把握や的確な判断を行う事の大切さも感じました。停電時でも使用できる充電式吸引器のある場所等看護師として把握しておこうと思いました。また、埴生の宿でも7月8日と7月24日に地震発生時の防災訓練を行いました。入居者の皆様は机の下に入ったり頭をハンカチや座布団で守られていたり、しっかり取り組まれていました。



職員勉強会／栄養課



ミキサー食を実際に体験し、見た目や食感が普段の食事と大きく異なることを実感しました。味の濃いおかずはミキサー食でもおいしく感じました。また、食べやすくする工夫がされている一方で、食事を楽しむためには味や盛り付けも大切だと思いました。



長野県知事選挙 不在者投票



7月30日、介護老人保健施設つかまの里では、入所中の利用者様を対象に長野県知事選挙の不在者投票を実施しました。当日は8名の利用者様が参加し、候補者名を確認しながら真剣な表情で一票を投じていました。投票を終えた後は、ほっとした表情を見せる方もおり、大切な権利を行使する貴重な機会となりました。今後も利用者様の意思を尊重し、安心して社会参加できる環境づくりに努めてまいります。



埴生の宿



5月の晴天 埴生の宿の庭に飾られた鯉のぼりを見ながら、入居者の皆さんと季節の訪れを感じました。青空を元気に泳ぐ鯉のぼりを見て「立派だね」「家も昔は飾ったよ」「菖蒲の葉をお風呂に入れたもんだ」など会話も弾み笑顔あふれる穏やかなひと時を過ごしました。

南天診療所



本格的な夏に突入しました。小さなお子さんや高齢者は、「喉の渇き」や「暑さ」を感じにくいと言われています。「まだ大丈夫」と思わずに、「1時間おきに水分摂取」と決めておくことや、暑く感じなくてもエアコンを26～28度に設定して使用することが重要です！

