

犬山白寿苑だより

就任挨拶

苑長 溝口祐一

桜満開の知らせが各地で聞こえてくる季節となりました。

平素は犬山白寿苑に対し格別のご理解、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

私は、昨年4月1日から本年3月31日の1年間外部にて研修を受けておりましたが、4月1日から犬山白寿苑の苑長に就任致しました。白寿苑のモットーである「利用者第一主義」を実践すべく利用者の皆様が毎日を和やかに過ごしていただけのように、笑顔絶やさない介護、看護を実践して参ります。加えて「ホームは地域の財産である」の観点から地域の皆様に対し介護講習会、サービス利用についての説明会等を行い、地域に根ざした福祉拠点を目指し職員と共に努力して参ります。なにとぞ従前に増してご教導賜ります様お願い申し上げます。

2008.4.1

お知らせ

犬山白寿苑

ロゴマーク決定！

犬山白寿苑にロゴマークができました。白寿苑の「はくじゅ」をとり、平仮名で「愛」という文字をイメージしました。皆様に親しまれるマークになつてもらいたいと願っております。

犬山白寿苑ロゴマーク



マークの決定にあたっては職員からデザインを募り、応募総数79点の中から河村政徳さんの作品が選ばれました。

医務室からの一言

身も心もフレッシュな春

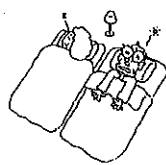
暖かい春の訪れを感じる日々、身も心もフレッシュしたくなりませんか？ 仕事の疲れを癒してくれるリラククス法…あなたに合うのはどれかな？

① 入浴

ぬるめのお湯(40度くらい)にゆっくりとつかる。入浴剤やハーブ、石鹸など好きな香りを選んで楽しむのもおすすめです。

② 睡眠

部屋を暗くして、静かな環境で眠る。寝る直前までテレビを見たり、パソコンやゲームをしたりしない(脳の刺激が強い為)。



③ 食事

バランスのよい食事は、体の調子を整え、心も安定させてくれます。特に、ビタミンE、ビタミンC、カル



シウムには精神を安定させる作用があるので積極的に摂りましょう。

(積極的に摂りたい食材)

- ・緑黄色野菜(にんじん・ほうれん草)
- ・牛乳やチーズなどの乳製品
- ・小魚や背の青い魚(サンマなど)

④ 運動

体を動かすと、気分もリフレッシュし、心の緊張もほぐれます。普段からストレッチしたり、ウォーキングをしたりするよう心がけましょう。



⑤ 深呼吸

椅子に座って背筋を伸ばし、息を吸い込む。次にゆっくりと吐き出す。

⑥ 音楽を聴いたり、本を読んだり、好きなことをする趣味を楽しみ、気分転換をします。他のことへのやる気も沸いてきます。



以上、簡単にできるリラククス法です。いろいろ試してみても、自分に合うリラククス法をみつけ、明日も笑顔で楽しく元気に生活していきましょう。

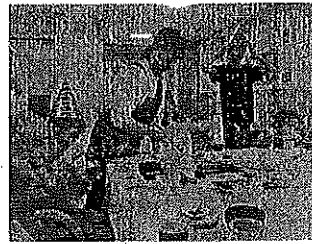


寿考館 Cユニット ト便利

Cユニットでは、利用者様が毎日を楽しく、有意義に過ごしてもらう為に毎月、誕生会やおやつをみんなで作って食べたり、季節に合わせたイベントなどを行っております。また、気分転換に散歩に出かけ苑庭のお花を觀賞したりと個人の求めるニーズに合った生活をしてもらえるよう取り組んでおります。

十二月はクリスマスパーティーを皆さんで行いました。当日は、ご家族からクリスマスケーキの差し入れを頂き、パーティーがさらに豪華になり、サンタの帽子など被りケーキや手巻き寿司を食べ楽しみました。普段の生活では見られない笑顔、たくさん笑い声、最高の一日でした。

今後利用者様とCユニット職員で楽しいイベントを行ったり、暮らしやすい環境を造ったりし、落ち着いて生活していきたいものです。



尚館便り ～音楽療法で笑顔～

音楽療法によりもたらされる効果には、機能障害のリハビリテーションと心理的サポートがあげられます。楽器演奏や、音楽に合わせて体を動かすことは運動機能の改善や維持に効果があり、歌うことは呼吸機能を活発にさせ、嚥下障害の改善を助けます。手指を動かしたり、歌詞を思い起こしたりすること、さらに新しいことに挑戦することが、脳を活性化させ、認知症の予防につながります。心理面では、子供の頃や青春時代に歌った懐かしい歌を、聴いたり歌ったりしながら人生を振り返り、思い出を整理していくことが、精神的な安定に効果があります。そして、これを話題に他者と交流することで社会性が改善され、コミュニケーションによる自己表現が感情を発散させ、気分転換とリラクゼーションをもたらします。月に一度ですが、参加されて

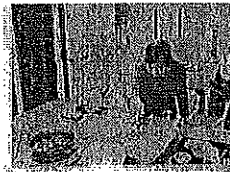
いる方には笑顔が多くなり、充実した時間となっています。



Dユニットでは毎月食べ物パーティーをしています。まず利用者様と職員で今月食べたい物を話し合い決定します。調理は利用者様と職員と一緒に、料理をすることや食べることの楽しさを共に味わっております。フロアでは「来月は何を作って食べよう?」などの会話が飛び交っています。

浴室場では利用者様と足置き台と石けん置き場の作成をしております。足置き台をつくる事により椅子に座った時に安定し、安心して入浴ができるようになります。完成が楽しみです。また、ベランダにてチューリップを育てており、ようやく芽が出てきました。花が咲くのをみんなで楽しみに待っています。

今後明るく笑顔の絶えない家庭的な雰囲気があるユニットになるよう利用者様としていきたいと思っております。



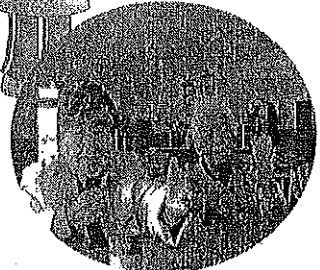
Dユニット ト便利

脳トレ体操が楽しいわほほ！サービスの部屋便り

一方の手をパーで腕を前に伸ばし、もう一方の手をグーで胸の前に構え「せーの、はい！」の掛け声で入れ替えます。前の手がグー、引いた手がパーでも同様に行い、徐々にテンポを速めていきますが、両手がパーになったり、グーしか出せなくなったりで最後は毎回大笑い！！こういった体操をデイルームにて行っています。

・・・幸せだから笑えるのか、笑うから幸せなのかどっちが先か、鶏と卵のようです。幸せが先というのは難しそうなので、笑いから始めることで 日々の幸せを感じたいと思っています。

苦虫を噛みつぶしたような表情でいることが多い男性利用者さんが時々「むふっ」と笑ってくださる事が、密かな私の楽しみでもあります。



災害時には利用者の皆様は慌てず落ちついて避難できるように職員は、冷静に正しい判断をし、行動することが求められます。寿考館増設後、利用者様の人数も増え、万が一に備えての避難経路の確認、消火器の確認、通報方法などを再確認しなければなりません。



白寿苑では毎年2回の避難訓練があり、昼間、夜間と想定し、避難訓練を行っております。夜間は少ない職員数での避難になりますので、迅速な対応が必要になります。火災が起きないようにするのはもちろん、災害時に慌てず落ちついて避難できるように訓練をしていきたいと思っております。

今月の川柳

毎日
友と揃って ホホホのホ

利用者K・N様

ショートステイ事業のご紹介

ショートステイ事業とは、ご自宅で要介護者の介護をされている方が病気・休養・外出等で一時的に介護ができない時に、代わってお世話をさせていただきます。ご事業です。

犬山白寿苑では14床のショートステイ専用ベットを設けております。自然に囲まれた静かでのんびりとした環境にあり、施設内も木の温もりを感じられる造りになっております。今号ではショートステイ利用サービスの紹介をさせていただきます。

犬山白寿苑ショートステイ

主なサービス内容

- ① 利用者や家族に合わせた送迎時間
- ② オムツ・洗濯等に費用はかかりません
- ③ お部屋にテレビ・冷蔵庫をご用意
- ④ 床暖房を設備しており心地よい温かさ
- ⑤ 充実したレクリエーション
- ⑥ カラオケ・電子治療機をご用意

その他にも常にサービス向上を考えて行っております。「利用者様のニーズにあった介護」「利用者様の笑顔がみたい」を目標に職員一同努力しております。興味がある方は気軽に相談下さい。

四月予定行事

- 四月 一日 …… 菓子販売 (濫)
- 四月 二日 …… 犬山市介護相談員音楽療法 (濫)
- 四月 四日 …… 花見 (濫・尚)
- 四月 七日 …… 菓子販売 (尚)
- 四月 七日 …… 御詠歌
- 四月 八日 …… 菓子販売 (濫)
- 四月 九日 …… 花見 (濫・尚)
- 四月 十日 …… 誕生会 (濫)
- 四月 十日 …… 奥村さん歌慰問
- 四月 十一日 …… 菓子販売 (尚)
- 四月 十一日 …… バイキング
- 四月 一五日 …… 菓子販売 (濫)
- 毎週水曜日 …… 嘱託医往診
- 月・水・金曜日 …… マッサージ往診

ボランティアさん募集します

ご利用者の娯楽、心身のケア、苑内外の美化活動など多くのボランティアの方々にご来苑頂き、誠にありがとうございます。当苑では利用者様との話の相手や、手芸のお手伝い、施設内外の清掃活動などご協力頂けるボランティアさんを随時募集しております。特別な技術や資格は必要ありません。得意な分野や興味のある活動を選んで参加して下さい。詳細等お聞きになりたい方はご連絡下さい。

担当者 東

〒484-0000 愛知県犬山市字洞田 30 番地 1

TEL : 0568-67-6699

(ナーシングホーム・ショートステイ・デイサービス)

TEL:0568-67-6684

(ケアマネージメント・在宅介護支援・地域包括支援)

FAX : 0568-67-8910

(全 犬 山 業 白 寿 苑)

E-mail:hakujuen@vega.ocn.ne.jp

HP:http://www.Seirinkan.ed.jp/hakujuen/index.html

ナーシングホーム(特養)犬山白寿苑

デイサービスセンター犬山白寿苑

在宅介護支援センター
犬山白寿苑

敬愛
犬山白寿苑

地域包括支援センター
柴田地区サブセンター

犬山白寿苑 ショートステイ

犬山白寿苑ケアマネージメントセンター

大井白寿苑 思ひ出

大井神社に...
白寿苑の隣にある大井神社ではさまざまな祭りがおこなわれており、利用者様とお祭りに行く事がよくあります。





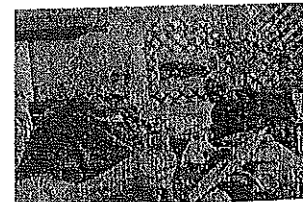
先日、3月9日には姫の宮豊年祭があり5名の利用者様が出かけられました。五穀豊穡、国家安泰を祈願するお祭り、尾張に春を呼ぶ祭事として有名だそうです。大勢の神幸行列や献餅車、飾車などを見て楽しみました。また、出店もたくさん出ており、たこ焼きや五平餅などたくさん食べられ楽しいひと時を過ごしました。職員も利用者様も出店で食べるのがメインだった気がします。(笑)



写真は3月1日に大井神社で行われていた梅祭りでの写真です。今後、たくさんのお祭りに参加していきたいものです。

Aユニット便利 カラオケで元気!!

Aユニットで最近流行っているのが『カラオケ』。日曜日の午後にユニットの皆さんで集まってカラオケを楽しんでいます。なかでも、TさんとKさんは大のカラオケ好きで、マイクを持ったら離れません。昔流行った歌をたくさん知っておられ、歌詞をみなくても歌えるほど...。若い頃からカラオケが好きでよくカラオケ屋へ通ったそうです。周りのみなさんも歌を聴いて楽しまれたり、手拍子をしていたり、笑顔いっぱいの時間を過ごされております。カラオケは老若男女楽しめて、みんなが笑顔に溢れ元気ができるものだと思えました。これからもAユニットではカラオケブームが続きそうです...

ユニット便利

2月生まれの利用者様をお祝いするため誕生会を行いました。誕生会ではチョコバナナをみんなで作り楽しみながらおいしく食べました。チョコの香りがフロアーいっぱい、バナナにたくさんチョコをつけるのが楽しく、笑顔いっぱいの誕生会になりました。

また、2月3日といえば、『節分』。職員が鬼に扮して登場!!

「鬼は〜そと、福は〜うち」と大きな声で言いながら鬼退治!最後は鬼と仲良く記念撮影しちゃいました。(笑)



ユニットケアについて

ユニット型特養の利用者様は、部屋で過ごす方、本を読んだり、テレビを観て過ごす方などそれぞれ自由な時間を過ごしてみえます。普段の生活の中で食事の準備や片付け、洗濯たたみなど生活に関わることをなるべく一緒にして頂いております。それにより残存機能の維持や日常生活内での刺激があり、充実した1日を過ごしてもらえないかと思っております。また、散歩に行ったり、お風呂で入浴剤をいれてゆつたりとお風呂を楽しんでいる方もいたりしております。個々の生活習慣を大切に、快適な生活をして頂けるように心掛けております。

