

犬山白寿苑だより



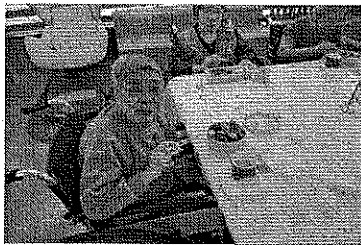
名古屋駅弁まつり開催 利用者の皆さんも大喜び

「昔を思い出していつもと違う雰囲気の中でお昼ご飯を食べていただく」
そう思った私たち職員は駅弁まつりを企画しました。

各館の利用者様に駅弁メニューを見て頂き、食べたい駅弁を選んで頂いたのですが、その時点から「これおいしそう」「早く食べたいな」などたくさん利用者様の笑顔を見ることができました。

当日は苑にいなながらも外出した気分を味わって頂くために、デイルームに手作りの電車や看板を設置したり、プロジェクターで電車や機関車の映像を流し、音も楽しんで頂きました。そこに車掌やキャンペーンガールの格好をした職員が新幹線型のワゴンを引き、順番に注文された駅弁を配り、召し上がって頂きました。その輪の中に職員が入り、利用者様と一緒に食事をさせ

て頂きました。イベント終了後に利用者様から「またやってね」などの声を頂き、良いイベントが開催できたことを実感できました。今回のイベントで普段ふれあう機会が少ない各館の利用者様同士、職員が交流を図る良い機会になったと思います。今後も利用者様が毎日笑顔で楽しみをもつて生活して頂けるように、たくさんイベントを計画していきたいと思



医務室からのお便り



梅雨に起こるからだの不調について

梅雨の時期には、体調の変化が起こりやすくなります。これには理由があります。人の体は、恒常性（ホメオスタシス）という性質があります。気温の変化に合わせて体温を調整するのもそのひとつです。四月から気温が上がり始めますが、六月頃、体がやっと暑さに慣れ始めたときに梅雨が始まります。

梅雨は、雨の日は肌寒く感じたり、晴れ間は暑かったりと気温や湿度が大きく変化します。その結果、体の恒常性についていかなくなり、体調が悪くなってしまことがあります。冷房調整も難しいので、極端に寒さを感じることもあり自律神経も乱れがちになります。

梅雨の時期に起こりやすい体調の変化として、気分の憂鬱さ、体のだるさや疲れ、風邪をひきやすい、頭痛や食欲不振などがあります。

天気予報をチェック

最低気温と最高気温もチェックしましょう。気温差が大きいほど疲れが出やすくなったり風邪をひきやすくなります。夜

の気温が下がりそうなら一枚余分に持って出かけるなど、衣類で調整するようにするといいでしょう。

晴れている日は外に出かけましょう

雨がやんでいるときは、なるべく外に出かけるようにしましょう。仕事からお昼休みに少しだけ散歩するのもいいでしょう。太陽の光にあたるのは、体内時計を整え睡眠の質をよくする効果もあります。憂鬱になりがちな気分をリセットすることもできます。

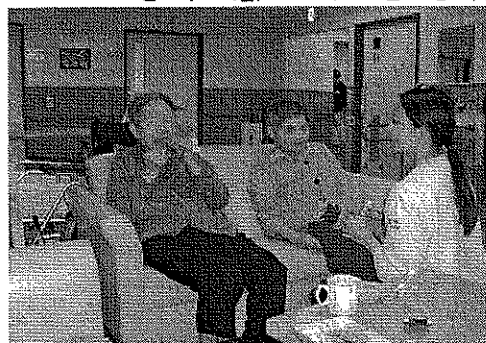
お風呂に入って汗を出しましょう。

三八〜四〇度ぐらいのぬる目のお湯での半身浴が良いでしょう。冷房の効いた部屋にいますと、皮膚の末梢の血行が悪くなり、汗をかきにくくなります。外に出た途端、大粒の汗をかく人は汗腺の機能が落ちていている可能性が。お風呂に入ると、汗をたくさんかくと汗腺の働きがよくなります。これで上手に汗をかくことができ、熱を体に貯めにくくなります。汗をかくことで爽快感も得ることができ、体調不良を起しやすいつ梅雨の時期、貯まっている疲れやだるさをリセットして元気に乗り切りましょう。



花笠町便り

入社したばかりの頃、利用者の方から、「あなたじゃ駄目、他の職員さんと呼んで」と言われたことがあります。その方にどうしたら認めてもらえるかを考えるうちに、相手の立場に立って考えることの大切さ、決して自己満足になってはいけないという大切な事を教わりました。月日が経ち、その方と当時のことを笑って話せた時のことは今でも忘れません。ある時は、気分が落ち込み利用者の方に笑顔で接しられなかったことがありました。そんな時、「いつも笑っていられたら大したものよ」と逆に笑顔で温かい言葉をかけて頂いたこともありました。表情や、言葉、手と手の触れ合いなど、私達職員の気持ちは利用者の方に本当によく伝わります。だからこそ、いつも笑顔で気持ちの伝わる温かい介護をしようという思いを胸に働いてきました。逆に利用者の方からたくさんの笑顔や元気を頂いていたように思います。これからも思いやりと感謝の気持ちを忘れず、頑張っていきたいと思えます。



笑顔がいつぱい

とても穏やかなお話し上手のO様が花笠町におみえになり、一段と賑やかにになりました。居室の窓から見える新緑が鮮やかで「とてもいい部屋に入り気に入っているわ。Hさんという良き友人にも恵まれいろいろ親切にして頂いています」とお話しされました。新しい環境に少しずつ馴染まれ、私達もとても嬉しいです。一日一日が笑顔いつぱいになり、懐かしいお話を聞かせていただきました。職員が利用者様一人ひとりの人格を大切にしていけるケアになるよう努力いたします。

紅華町便り

濠洲館の職員より風船パレーの挑戦状が届きました。その時の利用者様の反応は「なんの事ですかねえ？」と微妙な反応でしたが、受けたからには勝たなければなりません。松月町の利用者様と一緒に猛特訓をし、最初は不慣れのせいかうまく風船を飛ばすことができませんでしたが、2、3回の練習で力強く風船を飛ばすことが出来るようになりました。本番では白熱した展開となり、利用者様も「そつちに入ったよ、うまく弾いて」と声を出し合いながら猛特訓の成果を発揮されました。結果は私たちの勝利。勝ち取った表彰状を職員に見せながら「優勝したよ」と喜んでみえました。



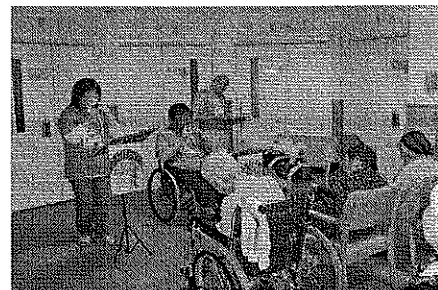
思川町便り

コカリナという楽器の演奏をボランティアで行っているコカリナの方々に来てもらい演奏をして頂きました。思川町職員からの提案で演奏をして頂くことになりました。コカリナの演奏が始まると自然と利用者様から懐かしいような音色に合わせて歌ったり、手拍子をしたり、皆様聴き入っている様子でした。これからも利用者様に楽しんで頂ける企画を提案してまいります。

Have A Nice デイサービス



昨年中インフルエンザ感染防止の為に中止されていた慰問が再開し、心待ちにしていた利用者様より喜びの声を頂きました。先月の歌の慰問では、デイサービスの利用者さんも飛び入り参加しマイクを持って歌を披露。「元気な頃はカラオケに出掛けていたが、外出の機会も減り行けなくなっていたから嬉しい」「今日は久しぶりに大きな声で歌えたよ」と喜んでみえました。慰問に来てくださる方々に感謝、そしてこれからもカラオケ等参加したいと思っています。



濫觴館便り

その①

先月は天候が不順でとても寒い日が続き、野菜の苗がなかなか植えられず、利用者の方々もいつになるのかとても心配していましたが、ようやく植えることができました。プランターへまず腐葉土を入れ、いよいよ苗を植える日は、昔を思い出され、一生懸命に植えられていました。毎日の水やりもとても楽しみにされ、苗の成長を観察されています。先日、肥料も入れられました。苗はトマトとキュウリですが、手塩に掛けた野菜が大きくなり、食べられる日を心待ちにされています。



その②

レクリエーションの一貫として、現在、夏祭りに展示する作品を利用者の皆様と作成しています。それは縦一三五センチメートル、横一八三センチメートルの大きな壁画です。赤、青、黄など十色以上の色鮮やかなペットボトルの蓋を絵の色に合わせてボードに貼っていくのですが、皆様目を光らせて真剣な表情で壁画作りを楽しまれています。夏祭りにお越しの際は是非ご覧頂けると嬉しく思います。これからも利用者様により楽しい生活を送って頂けるようレクリエーションの充実を図っていきます。

その③

いざ、勝負！

濫觴館レクリエーション委員会から寿考館3階に挑戦状を叩きつけました。その内容とは、5月7日に濫觴館対寿考館で風船バレーボール大会を行うということでした。本番までにそれぞれメンバー構成を考え、利用者様の意識を高め練習を行いました。本番当日、ルールは六人制で三回勝負、二回戦目までは1-1の同点。最後の三回戦目で勝負が決まるので、両チームとも一歩も引かず接戦が繰り広げられましたが、勝利を手にしたのは寿考館でした。

利用者様から「楽しかった」「まだやりたい」との声が聞こえても嬉しく思います。利用者様も職員も楽しい時間を過ごすことができました。

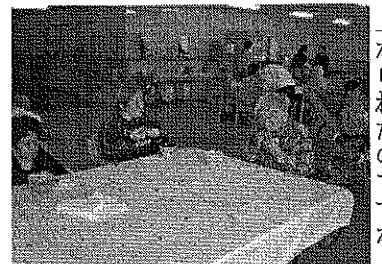


尚歯館便り

その①

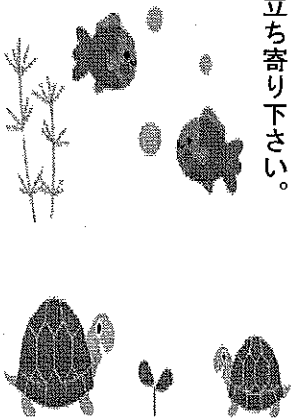
尚歯館において抹茶の会が催されました。当日は、天気にも恵まれて、明るい食堂でいつものテーブルにテーブルクロスを掛けただけでしたが、模様替えされて気持ちも新たになった中でお茶を待つ皆様の姿が見られました。そして、美味しい和菓子をつまみながらお抹茶を召し上がると、そこには皆様様に素敵な笑顔がありました。その中でK様は、最近水分摂取がなかなか進まず、介助にて摂取される様な状態でしたが、この時ばかりは

一杯目のお茶は介助で召し上がられたのですが、2杯目はご自分でお茶碗を持って召し上がりました。そして、とても嬉しそうにされていらつしやうていました。また、このような機会に恵まれることを心待ちにしております。



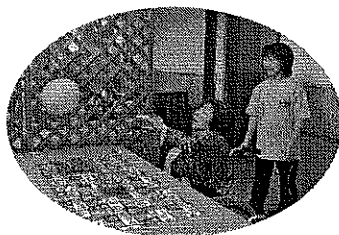
その②

尚歯館に新しい仲間がやってきました。名前はゼニガメのカメ吉くんとカメ子ちゃん。ランチュウのヤマちゃん（大きい方）とデンちゃん（小さい方）です。日中、カメ吉くんとカメ子ちゃんは水の中を泳いだり、石の上で甲羅のお手入れをし、ヤマちゃんとデンちゃんは水草の間をスイスイ泳いでいます。そして、そんな行動を利用者が立ち止まって見入っている姿や嬉しそうな笑顔で語りかけている姿を度々見かけます。「今カメが石の上に登ってたよ」や「水の上に顔を出してエサを食べてたよ」などと職員に話しかけてくれます。尚歯館へお越しの際は、二階玄関を入ったすぐ左側にお部屋（水槽）がありますので、是非お立ち寄り下さい。



染井町便り

昼食後にレクリエーションで、風船バレーと黒ひげ危機一発を皆様で楽しんで頂きました。風船バレーでは、だんだんと長く続くようになり、最後はS様とK様の一騎打ち。このお二人には感動しました。その後行われた黒ひげ危機一発では、始まるやいなやすぐ飛んでしまい思わずびっくり。「えーっ、もう飛んじやったの」と声が上がりました。二回目はなかなか飛ばず、順番が回ってくる度に「大丈夫だね」と不安になる方、「こわいわあ」と手で胸を押さえる方、ドキドキの連続でした。そしてK様の番となり、剣を挿した瞬間人形が飛び出してしまいました。面会に来ていたご家族様が「今日は何かあるのかなあ」とおっしゃり、皆さん笑っていました。とても楽しい雰囲気になったところでおやつ時間となり、果物や温かい飲み物を召し上がって頂き、K様が一言「ありがとう」とおっしゃって下さり、涙が出るくらい感動しました。これからも入所者様が楽しく喜んでいただけるようなレクリエーションにしていきたいと思っております。



裁縫教室便り

寿考館松月町が企画した裁縫教室を月二回行っています。参加メンバーは、寿考館の松月町だけでなく花笠町のH様、濠鶴館のK様の三名です。教えているのは、裁縫好きな施設ケアマネ。今まで作った物は鍋敷き、クリスマス飾りなど数多く、出来上がると皆様大変喜んで頂いております。皆様、手慣れた物で「ここまで縫って下さい」とお願いするときはちゃんと縫って下さり、縫い終わると「縫ったよ」と声を掛けて下さり、針の扱いもきちんとして頂いております。この日を楽しみにして下さっている利用者様も見えるので大変嬉しく思っています。今後も利用者様の要望を伺いながら作品を仕上げていきます。

ご寄付、ご支援ありがとうございます

- ・行燈 (A様)
 - ・テレビ、家具、CD他 (B様)
 - ・車椅子 (C様)
 - ・古布 (すみれ会様)
 - ・抹茶慰問 (大塚先生)
- 温かいご支援ありがとうございます。皆様より寄せられますご寄付ご支援に感謝申し上げます。より一層の入所者様へのサービス向上と施設運営に役立たせて頂きます。

六月予定行事

六月 二日	音楽療法さん 雅鳥さん慰問
六月 七日	床屋(ひばり)さん 御詠歌 楽田婦人会様奉仕活動 バイキング(昼食)
六月 十一日	川柳教室
六月 十五日	イツモ美容院さん
六月 十六日	雅鳥さん慰問
六月 十八日	川柳教室
六月 十九日	音楽療法さん
六月 二十日	つくし会様慰問
六月 二十一日	床屋さん
六月 二十二日	歌と踊りの花しるへ様慰問
六月 二十三日	床屋(ひばり)さん
六月 二十四日	割子弁当(昼食)
六月 二十八日	市郵幼稚園様七夕慰問
第二・四月曜日	犬山病院先生往診 嘱託医先生往診
毎週水曜日	歯科先生往診
月・水・金曜日	マッサージ先生往診

ボランティアさん募集します

入所者様の娯楽、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。当苑では入所者様との話のお相手や、手芸のお手伝い、施設内外の清掃活動などご協力頂けますボランティア様を随時募集しております。お得意な分野や興味のある活動等での参加をお待ちしております。詳細につきましてはお問い合わせは窓口(東)までご連絡下さい。

担当者 東

〒484-0000 愛知県犬山市字洞田 30 番地 1

(全事業所共通)

TEL : 0568-67-6699

FAX : 0568-67-8910

(居宅・在宅支援・地域包括)

TEL : 0568-67-6684

(全事業所共通)

E-mail: hakujuen@i-hakujuen.or.jp

HP: http://www.i-hakujuen.or.jp

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



地域包括支援センター
楽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