

ゆうゆう通信

平成28年12月12日発行 第21号

発行 飯田市立病院介護老人保健施設
ゆうゆう 広報委員会
〒395-8503 飯田市上郷黒田341
電話 53-6048 FAX 53-6047

敬老会を行いました

入所（二階・三階）

九月十二日（月）に、牧野市長をお迎えし、ゆうゆう敬老会が盛云に開催されました。

午前中に範重会様、ちぎく会様による三味線の演奏を聞き、各地の民謡を楽しみました。

お昼には敬老会特別メニューのお赤飯やウナギの蒲焼、茶わん蒸しをいただきました。

午後からは二階のフロアーに約九〇名の入所者が一堂に集まり、市長のお祝いの言葉を頂きました。その後、長寿番付の発表を行い、最高齢の一〇三歳のご利用者様をはじめ、ゆうゆうの入所者十五名を家族のメッセージを交えながら紹介しました。家族の方の思いを、ご本人が聞かれ涙している方もいました。長寿番付発表の後は、事務長の指揮で信濃国を元気よく歌い、大いに盛り上がる事ができました。最後にいつまでも元気で、ゆうゆうで生活を送ってもらえるように職員からの手作りの写真立てをプレゼントさせて頂きました。みんな笑顔で撮った写真が、今もお部屋に飾ってあります。

午後のお茶の時には日頃の感謝の気持ちを込めて、利用者ひとり一人に職員から手作りの写真立てが手渡され心に残る一日となりました。



通所リハビリ（デイケア）

九月五・八日にかけて、通所リハビリの敬老会を行いました。

現在のご利用者様で最高齢は大正六年生まれの九九歳になる女性の方です。若い時には保育園の調理員をされ、多くの子供たちにおいしい給食をたくさん作ってくださいました。同じゆうゆうの利用者様で、子供がお世話になった、一緒に保育園へ通ってくださいましたという方もおられます。このように、激動の時代を過ごされたご利用者様方のおかげで、今があることをあらためて感じました。

簡単ではありませんでしたが、記念式典の後、記念品としてゆうゆうからは、「カランコエ」の鉢植えをプレゼントさせていただきました。カランコエは、花の色は白、黄色、オレンジ、ピンクなどがあり、小さくてもかわいい、まるでお菓子のような雰囲気を持った花です。大切に育てて頂ければまた来年も花芽が付いてかわいい花を楽しめるようです。式典のあとは、ボランティアさんによる、迫力ある和太鼓やフラメンコ、民謡などを楽しみました。

また来年もお元気で敬老会ができますように、がんばってきたいと思えます。



季節の行事

運動会



十月から十一月にかけて、デイケア、三階、二階の各チームで秋の風物詩、運動会が行われました。各チームの特徴を生かした手作り運動会になりました。ご利用者様と職員一体となり、笑顔に包まれていました。



通所リハビリ(デイケア)

デイケアでは十月十一日(火)から十四日(金)までの四日間、運動会を開催しました。種目は毎年恒例の玉入れ、紐繋ぎ、パン食い競争に加え、新たな種目としてタコ・イカ釣り競争が加わりました。準備の段階からご利用者様にご協力いただき、トイレットペーパーの芯と折り紙で合計百匹以上のタコイカをつくり段ボールの水槽に泳がせました。釣れそうで釣れないタコイカに糸を垂らす姿は真剣そのもの、大いに盛り上がりました。

玉入れでは、高得点の最上部の網めがけて次々と投げける方、手堅く目の前の傘に確実に入れる方と、狙いはそれぞれでしたが、三百個以上ある玉が一齐に宙に舞うシーンは壮観でした。そして、運動会の最後はパン食い競争でゲットしたパンを食べつつ、ヒーローインタビュー。その日活躍された方など一言ずつ感想をいただき、楽しい運動会を締めくくりました。



三階 Bチーム

十一月十一日(火)、体育の日の翌日に三階Bチームの運動会を開催しました。今年はユニット対抗形式で、すみれ・さくらの両チームが一行に整列、エイエイオーの掛け声で競技開始。玉入れでは可能な限り車椅子から身を乗り出し少しでも籠に近づこうと奮闘し、球送りでは流れてくる物が風船だつたりぬいぐるみだつたりコロコロ変わり苦戦し、リングリレーではまさかの受け取り拒否にチーム内紛争が起きると男性割合の多い青チームがリードする展開でした。最後のおみくじリレーは、それまでおとなしかった赤チームが運を味方につけ圧勝、一矢報いる結果となりました。最後は信濃の国の合唱と万歳で幕を閉じました。昼食を兼ねた慰労会ではノンアルコールが提供されご利用者様も職員も、今日一番の笑顔で盛り上がりました。

二階 ABチーム合同

十一月二日(水)、何日も前から皆さんが色塗りしてくれた万国旗の元で、二階の運動会を開催しました。赤組青組に分かれて各種競技を行いました。お昼には手作り五平餅を食べ元気一杯になりました。選手宣誓が始まり、おみくじリレー、輪送り、玉入れと競技をしました。短い紐を引いて大笑いしたり「棒の先を持つんじやなくて、真ん中あたりを持つん」と年の功の知恵・作戦で僅差の勝負となりました。皆さんの頑張りに負けじと借り物競争では職員が大奮闘しました。学生服にランドセル姿で登場し笑いに包まれる時間でした。「みんなで集合写真を撮れば良かった」と後になりご利用者様に言われました。楽しい時間を過ごして頂けて良かったと思うと同時に頑張ったご利用者様、盛り上げてくれた職員の皆さんの協力に感謝の一日でした。笑い声と涙にあふれた運動会でした。



借り物競争で美女出現?

新任職員紹介



三階Bチーム

高島俊夫

八月末より、三階Bチームに介護員としてお世話になっていらっしゃる高島俊夫です。チームで連携して介護を行い、学習会で知識や技能の向上に努め、常に前進していく施設の職員のみなさんのケアに対する姿勢に感動すると共にもう少し自分も進歩できるかなと思っています。以前は、知的障害者の施設や特養で仕事をしてきましたので少しでも経験が生かせればと思っています。



三階Bチーム

熊谷弥生

十月二十四日より三階Bチームでお世話になっております。熊谷弥生です。介護の仕事は初めてで、色々ご迷惑をお掛けしますが、笑顔を絶やさず少しでも役に立てる様に、精一杯頑張りたいと思っています。よろしくお願致します。



夜間を想定した防災訓練

今年も地元下黒田南まちづくり委員会自主防災会のご協力と飯田消防署によるご指導の元、火災を想定した防災訓練を十月七日の夕方より実施しました。

外が薄暗くなってきた午後六時三十分の一階厨房内で出火した想定で訓練が開始されました。南側階段下から救護所へ搬送を行った職員は、開始前に同僚の職員と搬送経路、手順の確認を行い、まちづくり委員会の方々とペアになり車椅子搬送の担当を決め、訓練に臨みました。

火災報知機のサイレンが鳴り、実際に訓練が始まると、利用者に扮した職員が次から次へとラップローバルで運搬され、車椅子へ移乗、搬送が行われました。訓練であつてもどう対応したら良いのか分からなくなることもあり、日頃より災害への備えが必要であると感じさせられました。

訓練終了後、飯田消防署より講評をいただきました。「今年度よりゆうゆうでは火災報知連動が導入されており、消防署からの応答時の方法が若干変更になっているが、対応は良好であった」と評価をいただきました。また、火災報知器誤作動によつても消防署に通報が送信されるのでその際は、消防署に連絡が必要になることもわかりました。また、下黒田南自主防災会会長からは、指示を出す職員は大声で指示を出す事、訓練中の私語について慎むようご指摘をいただきました。

この訓練に先立って職員を対象にした消火訓練、火災通報装置による通報訓練を事前に行つており、火災等の防災に日頃より備えることができました。

また、施設内はスプリンクラーが設置されており、もしも火災が発生した時でも初期消火は可能と思ひますが、次回は昼間の想定で防災訓練を行う等、今後とも様々な設定の訓練を重ねてご利用者の方々も安心してお過ごしいただける様にしていきたいと思ひます。

火災や災害はいつ起こるかわかりません。各ご家庭でも災害への備えをしていただきたいと思います。

当日は肌寒い中、地元の皆様をはじめとしてご協力くださりありがとうございました。



今月のボランティアさん

上郷小学校の皆さんが、パンジーの苗を持ってきてくださいました。

夏のにたくさんの花をつけた朝顔も終わり、ちようどペランダがさみしくなってきた頃でした。パンジーの苗は、児童の皆さんと先生で育てたそうです。プランターへの植え付けを児童の皆さんと一緒に行いました。移植ごてを上手に使い、植える姿を見て利用者の顔もほころびました。また、「こうやってやるのよ」と児童に話しながら久しぶりの土の感触を楽しんでいる方もおられました。植え替えが終わると、二階で揃って、歌などの発表もしてくれました。児童の皆さんの歌声を聞いて楽しい時間を過ごすことができました。パンジーの花言葉は、「花の形が考え事をしている人のように見えることから「もの思い」「私を思って」という花言葉が付けられています。いつも楽しませてくれる上郷小学校の児童の皆さんのことを「思い」どんな色の花が咲くのか大切に育てきれいに咲かせたいと思います。



ワンポイントアドバイス 「インフルエンザの予防」

寒くなり、「インフルエンザでお休みした。」など聞かれることが増えてきました。罹患すると大変なインフルエンザの予防についてお伝えします。

- 一、外出後の手洗い等
- 二、適度な湿度の保持
空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。特に乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度（五〇〜六〇％）を保つことも効果的です。
- 三、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日ごろから心がけましょう。
- 四、人混みや繁華街への外出を控える
インフルエンザが流行してきたら、特に高齢の方、基礎疾患のある方、妊婦、疲労気味、睡眠不足の方は、人混みや繁華街への外出を控えましょう。やむを得ず外出し人混みに入る可能性がある場合には、ある程度の飛沫等を防ぐことができる不織布製マスクを着用することは一つの防御策と考えられます。ただし、人混みに入る時間は極力短くしましょう。



〈編集後記〉

今年も残すところあと半月あまり・・・。毎年暮れになると必ず聞かれるセリフですね。前回の発行から約三ヶ月、世間では様々なことがありました。アメリカの大統領選や両陛下の来飯、東北の地震と再びの津波、そして早すぎる初雪。皆様はどのように対応しましたか？十二月は別名師走。諸説あるようですが師僧侶が仏事で忙しく走り回るといのが一般的です。しかしこれは平安時代からある根拠のない語源だそうです。何かと忙しい十二月。体調を崩さず新年を迎えたいものです。

皆様良いお年をお迎え下さい。(あ)

