

# ゆうゆう通信

平成29年6月10日発行 第23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



また、長時間の乗車が苦手な方は、ゆうゆうのすぐ北側にある正命寺のしだれ桜を、歩ける方は歩いて、そうでない方は車椅子で見に行きました。

正命寺のしだれ桜は、推定樹齢四〇〇年と言われ、立派な幹や地面についてしまう程の枝ぶりや、濃いピンク色の花など、本当に目を奪われるものばかりでした。

## 特集



### デイケアお花見ドライブ

平年よりもやや遅れて開花となった今年の飯田の桜。デイケアでは四月十日から十四日にかけてお花見を計画しました。雨天で一日中止となりましたが、青空のもと四日間お花見ドライブに出かけました。



### 立派な正命寺の枝垂れ桜（二階）



「だいぶ咲いとるな。いつ満開になるかな。」  
二階では、ゆうゆうの窓から少しだけ見える正命寺の桜を見ては、満開になることを心待ちにしている利用者様が大勢いました。  
今年は晴れの日が少なく、天気予報を見ながら、正命寺に散歩に行く計画を立てました。

お花見当日。久しぶりに外の空気に触れる利用者様たち。  
「きれいだな。」「立派だな。」と枝垂れ桜を見上げる利用者様の表情は満開の桜と同じくらい良い笑顔でした。桜と一緒に写真を撮り、短い時でしたが美しい桜を見られたことを喜ばれていました。

樹齢四百年という桜に力をもらい、これからも皆様元気な生活で  
きますようお薬師様に祈願して帰ってきました。





## さくら散歩に行きました (三階)

今年四月になっても寒い日が続き正命寺のさくらを待ちわびる日が続きました。

三階のさくら散歩が始まったのが四月の中旬でした。花曇りとはうまく言ったもので、晴天がなかなか続かず、三日もすると雨マークがついてしまうような天候でした。

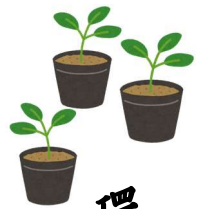
天気の様子を見て出発すると、急に薄い雲が春の柔らかい風に引かれるように晴れ間が出てきました。

頭の上から降り注いでくるさくらの花は優しく、しなやかでさくらの木に身を任せるようにうっとりしていました。

日に何度も出かけ、その度に素晴らしかったと、繰り返し話してくださいました。

さくらの下で写した写真は「思いで深い記念の一枚になる」と言っておさったご家族もいらつしやいました。

来年も元気で、また正命寺のさくらを見に行けるようがんばりましょう。



## 環境整備を行いました



五月十三日(土)に、ゆうゆうの恒例行事となっている春の環境整備作業を行いました。

この作業は、施設内外の清掃をはじめ、日頃できない作業を職員がボランティアで行うものです。

この日は、朝からあいにくの雨模様であったため、予定していた駐車場や施設周りの清掃は中止となりましたが、公用車内の清掃、入所施設内清掃、緑のカーテンの土づくり・苗植え作業は予定どおり行うことができました。土づくりはテントの下で、古い土と新しい土を混ぜて、プランターへ入れました。その後、トマトやきゅうりなどの野菜、マリーゴールドなどの花を植え付けました。今年もたくさん野菜が採れるといいですね。

職員のお子さんの参加もあり、大人以上に頑張って作業をしている姿は微笑ましくもあり、大変頼もしいものでした。

次回秋の部は十月〜十一月に実施予定です。「今回より一層力を込めて取り組もう！」と一同誓い合い、今回の作業を終了しました。





# を焼きました

## デイケア

デイケアでは、五月十日〜十二日の三日間で五平餅作りを行いました。

上郷地区の食生活改委員会の皆様と、ボランテニアさん協力のもと利用者様と一緒にゴマやくるみのたれ作りから始まり、ご飯を潰し成形し竹串に刺し炭火で焼きました。

天気心配もありましたが、3日間五平餅作り中は雨に降られることなくデイケアのデッキへ出て炭火で五平餅を焼くことができました。好天の暑さと炭火の熱さで顔が真っ赤になった日や、強風で五平餅が焼けすぎたり色々ありました。男性・女性の利用者様、ボランティア、職員とそれぞれの五平餅へのこだわりも言いながら楽しく美味しい五平餅ができました。



## 3階Aチーム



「五月八日五平もち食べよう」のポスターをみながら、朝から「今日は五平餅だ」と楽しみに待つ声を利用者様より聞かれました。味噌だれ作り担当の「たんぼぼ」では利用者様が何度も味見をして「もつと甘く」「まだ辛い」「もう少し砂糖をいれんと」と絶妙なアドバイスのおかげで、良い味付けの味噌だれが出来上がりました。「ひまわり」では、型から抜いた五平もちの形を熱心に整える利用者様から、ニコニコ笑顔と鼻歌が漏れていました。焼きあがった五平餅の香りに「良い臭い♪」食べて「美味しい♪美味しい♪」と明るい笑顔と上機嫌な弾んだ声、楽しい時間を過ごす事ができました。また皆さんと一緒に作って食べましょう。



## 3階Bチーム



五月十日の水曜日、さくら、すみれユニットの利用者様と一緒に五平餅作りを行いました。それぞれのユニットに分かれて皆で協力して作りました。昔作った事のある人も何人かいてその頃の話しながら手伝って下さいました。ご飯を潰して型で形を作ったり、くるみ、ごま、味噌、砂糖を混ぜて味噌だれを作るを手伝って下さいました。

すみれでは一〇四歳の利用者様がすりこぎを力強く回し、時々味見をしながら手伝って下さいました。型で形を作るのはやり慣れている利用者様もいて大活躍でした。最後はホットプレートで焼き、たれを塗って皆で食べました。串ではなく皿に盛った形でしたが、皆さん「美味しい」と言いながら召し上がっていらっしゃいました。



# 新任職員紹介



看介護係長  
今村美智子

四月から、看介護係長としてゆうゆう勤務となりました、今村美智子です。

ゆうゆうの看介護士の皆さんの「利用者様が笑顔になれる介護をしたい」という理念のもと、日々の介護に取り組んでいる姿に大変感動しました。利用者様とその家族の安全と安心を守り、職員にも働きやすい環境を作って行きたいと思えます。まだ不慣れなことが多いですが、頑張りたいと思えますので、よろしく願います。



管理担当専門主査  
城下一弘

四月の人事異動にて市立病院医事課より参りました管理担当の城下一弘と申します。  
一日も早く仕事に慣れ、施設内を颯爽と駆け巡れるようになるのが今の目標であります。  
どうぞ末永く、よろしく願います。



介護員二階Bチーム  
肥後京子

この度、お世話になる事になりました。肥後京子と申します。宜しく願います。色々教えて頂きながら、早く一緒に生き活きと働いていきたいと思えますので宜しく願います。



リハビリテーション係  
デイケア担当  
北林 睦

四月よりデイケアでお世話になっております。作業療法士の北林睦です。産休・育休を経て復帰しました。利用者様と一緒にリハビリを頑張りたいと思っています。よろしく願います。

## 介護ワンポイントアドバイス

### 【皮膚のかゆみ対策…乾燥編】

皮膚に何らかの異常（赤み、湿疹、硬くなったなどがないのに、背中や手足がかゆい、知らないうちに掻きくずし、気が付いたら傷だらけを経験された方は少なくないと思えます。皮膚に何らかの原因がないかゆみの多くは「乾燥」が原因であるといわれています。乾燥は皮膚の老化現象で、二〇歳を過ぎた頃より始まります。

乾燥するとかゆみに敏感になり、掻く刺激によりさらにかゆみに敏感となり再び掻いてしまうという連鎖に陥ってしまいます。これを「かゆみの悪循環」といいます。掻くことで皮膚に傷ができ、さらに症状を悪化させているのです。当施設を利用される高齢者の多くの方も皮膚が乾燥し、かゆみに悩まされています。かゆみ止めのみ成分が入った軟膏を使用されている方もいますが、かゆみ止めだけでは軟膏を塗った部分をさらに乾燥させかゆみの悪化につながります。最近テレビのニュースなどでも話題になっていますが、保湿剤を使用し、乾燥を改善することが一番重要なことです。保湿剤は薬局やホームセンター、ショッピングセンターなどで購入できます。「尿素」の入ったものが多いようです。保湿剤は入浴の後などにたっぷりと（ティッシュがはりつくくらい）、こすらないように塗るのがポイントです。皮膚の保湿が維持されるとかゆみも改善してきます。保湿剤を上手に使い、かゆみの不快から解放されてください。



## 編集後記

北朝鮮が毎週のようにミサイルを発射しています。そして日米韓と北朝鮮の緊張が最高潮に達しています。不安定な世界情勢や、安保法制の施行など、いま平和が脅かされています。戦後七十一年。改めて今まで平和であったことに感謝し、また二度と同じ過ちを繰り返さないことを強く願っています。（佐）