

ゆうゆう通信

平成30年2月1日発行 第25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

防災訓練

初の試み 「アクションカード」を導入



今回の訓練は、安全対策委員会が検討し初めての試みとして「アクションカード」を使用した実施する事となりました。

「アクションカード」とは、災害等緊急時に集合した職員の「行動指標カード」であり、限られた人数と限られた資源で、できるだけ効率よく緊急対応することと目的としたカードとされています。ある病院では、それぞれのアクションカードに災害対策マニュアルに準じ、個々の役割に対する具体的な指示が書き込まれており、その役割に就いた人がアクションカードを読めば、必要な行動がわかるようになっていくようです。

委員会内で、半年程前から検討を開始し、どんな内容で行うか、実際に災害が起きた時に対応できなければ意味がないことから、机上で行うシミュレーション訓練方法等検討をしてきました。ゆうゆう仕様の「アクションカード」を作るにあたり、防災訓練用に手を加え、より実践に近い形式とすること、また、訓練当日まで誰がどの役割をこなすか分からないという方式により、緊張感を持って訓練ができると考え作成しました。

また、今回の訓練についても昨年と同様に地元下黒田南まちづくり委員会のご協力が不可欠との事で、夜間の訓練として、夜勤時に火災が発生した設定としました。

訓練当日は、あいにくの雨天となり、夜間時の暗闇の中で危険回避のため、急遽、避難所を施設内に変更しての実施となりました。

深夜で夜勤者が五名の状況で、「階厨房から出火したところから訓練開始しました。初期消火、避難誘導開始、消防署への通報対応を夜勤者が行い。メール配信により職員が招集

され、「アクションカード」の指示により役割が決まっています。受付で多少の混雑と混乱はありましたが、訓練自体はスムーズに進行した印象がありました。

また、防災訓練に先立ち、模擬消火器を使用した消火訓練を二回、ラップローバル訓練を一回、訓練事前打ち合わせ会を実施することにより、職員の防災意識を高めることができたのは良かったと思います。東北地方の福祉施設が水害の被害を受けたニュース映像を目にした方も多いと思いますが、ゆうゆうは幸いにも地形の関係で水害の被害はないと思われますが、火災や地震のリスクは常にあります。そのためにも、日頃から災害への備えを職場や家庭においても行っておく必要があると思います。



消防訓練アクションカード

所属：応援2-通 班

配置：職員通用口側非常階段下

役職：リーダー、サブリーダー、班員

役割：非常階段下→本部→救護所へ誘導

①避難性・誘導

①班員は非常階段下→本部→救護所へ誘導する。
②サブリーダーは、班員を誘導し、班員が本部へ誘導する。
③班員は本部へ誘導し、班員が本部へ誘導する。
④班員は本部へ誘導し、班員が本部へ誘導する。
⑤班員は本部へ誘導し、班員が本部へ誘導する。

②本部への報告

①班員は本部へ報告し、班員が本部へ誘導する。
②班員は本部へ報告し、班員が本部へ誘導する。
③班員は本部へ報告し、班員が本部へ誘導する。
④班員は本部へ報告し、班員が本部へ誘導する。
⑤班員は本部へ報告し、班員が本部へ誘導する。

③救護所補助

①班員は本部へ報告し、班員が本部へ誘導する。
②班員は本部へ報告し、班員が本部へ誘導する。
③班員は本部へ報告し、班員が本部へ誘導する。
④班員は本部へ報告し、班員が本部へ誘導する。
⑤班員は本部へ報告し、班員が本部へ誘導する。





通所リハビリ大運動会



通所リハビリでは、運動会を十月十日から四日間行いました。

赤組・白組に分かれて競技します。毎年恒例の玉入れとパン食い競争に加え、ジャンケン勝負で相手の玉を勝ち取る『玉取り合戦』、くじで引いた道具を使って水をくみ、一升瓶いっぱいの水をため早さを競う『貯蓄リレー』、一人一本選んだひもを結んでいき、長さを競う『ひもつなぎ』、手作りの竿でパンを釣り上げる『パン釣り競争』、この中から二日三種目を行い、赤白それぞれの合計得点で勝敗が決まります。

赤白代表者による選手宣誓の後、『エイエイオー』の気合いのかけ声をかけいよいよ本番です。競争となると皆さん目の色が変わり、相手に負けたくない一心で張り切っている姿が印象的でした。

競争のなかで取ったパンをおやつにお茶を飲みながら競技を振り返ってみたり、どちらが勝っているかわくわくしながら結果発表を待ちました。

勝敗はつきましたが、利用者様に怪我なく楽しんでいただくことがき、笑顔がみられたことが何よりでした。



三階Aチーム大運動会



十月十六日に大運動会を開催しました。ひまわりチーム対たんぽぽチームに、利用者様・職員ともに分かれ、熱戦をくり広げました。

第一競技の、紐の束の中から一本ずつを選び、繋げていくおみくじリレーにはじまり、第二競技は棒だけで輪っこを次の人に送る、輪送りを行いました。ついつい手を使ってしまう方もいましたが、ハンデのおかげもあってか、僅差の好勝負となりました。最後は玉入れを行いました。待ちきれず球を渡されるとすぐに投げ始めてしまう方もいました。中事務長の球を数える声にドキドキしながら結果を待ちました。

競技の結果は、おっとりマイペースなひまわりチームが、やる気満々のたんぽぽチームに終始押され気味ではありましたが、職員の協力と声援を受け、見事に勝利をおさめました。

運動会を共に一丸となって戦い、良い連帯感が生まれました。



おしゃれしてお出かけ

三階ひまわり・たんぽぽフロア



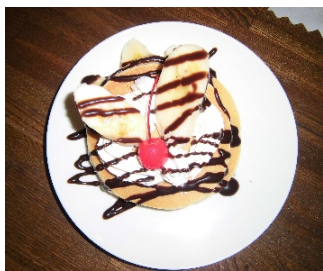
十一月の晴天の日、利用者様四名と職員四名でおしゃれをしてお出掛けをしました。行先は高松通りにある「笑話」。女性には化粧をし、お気に入りの洋服を着て、男性は奥様が選んだ洋服に着替え皆で散歩をしながら歩きました。

行く道中紅葉が綺麗で思わず立ち止まり、皆で記念撮影をし、自然に笑顔になりました。

お店に到着すると、懐かしの昭和の雰囲気タイムスリップしたようで、カウンターに座る方、座敷に座る方など、思い思いの時間を過ごしました。

到着したのはちょうど十五時のお茶の時間で、メニューから選んだのはホットケーキとカフェラテ。出てくるのを今か今かと待ちながら、色々な昭和の頃の話がされていました。程なくして出された大きなホットケーキに一同びっくりしました。

皆さんお腹いっぱいになり、久々のお出掛けを楽しみました。



焼き芋大会(二階)



天気の心配もしていましたが、風も無くとても良い天気の中「焼き芋大会」が行われました。さつま芋に、濡れた新聞紙を巻きアルミホイルを巻く作業は、一〇四歳の利用者様を筆頭に元気で手先が器用な方にお手伝いしていただきました。炭に火をつける係は、男性職員と前日から楽しみにしていた男性の利用者様。火がなかなか付かず焦って力一杯うちわであおぐ職員に「そんなに面白いじゃダメだって言っとるら」と少々不機嫌になりながらも、良いおきが出来てまで協力していただきました。朝から、灰だらけになりながら十本の焼き芋ができ、各チームでいただきました。

普段の何気ない職員との会話で計画実行に至った行事でした。利用者様も焼き芋を焼きながら幼少時代を思い出し、昔の話も弾み、その話を聞きながらまた、良い具合に火にあぶられながらほっこりと良い時間を一緒に過ごさせていただきました。



クリスマス会(通所)



ダイケアのクリスマス会は十二月十三日水・十五日金に開催しました。毎年恒例となっている作品作りですが、今回はトイレットペーパーの芯を使った壁飾りを制作しました。

それに先駆け、十一月上旬より職員通用口に回収ボックスを設置し、ペーパーの芯、二四〇個を目標に集めました。その集まった芯を一センチの幅にハサミで切って花びらに見立て、絵の具で赤・緑・黄色などクリスマスカラーに色をつけていくわけですが、切ったり塗ったりする他にも、ボンドで花の形に貼る方、フェルトをブーツや帽子の形に切る方、毛糸を切る方など、準備作業は多くの利用者様の手を借り分業で進めていきました。クリスマス会当日はそれぞれのパーツを繋いだり組み合わせたりし、ご自分なりの作品を楽しく作りあげ持ち帰っていただきました。



ゆうゆう人気メニュー紹介

「キャベ玉コロッケ」

ゆうゆうで人気のメニューを紹介します。
今回は、キャベ玉コロッケです。

◎材料 四人分

- ☆ジャガイモ 一六〇グラム
- ☆卵 一個
- ☆キャベツ 四〇グラム
- ☆マヨネーズ 四〇グラム
- ☆プロセスチーズ 四〇グラム
- ☆小麦粉・溶き卵・パン粉 各適量

◎作り方

- ① キャベツはざく切りにして柔らかくなるまで
おおよそ十五分位 蒸し、粗みじんにする。
- ② ジャガイモは柔らかくなるまで蒸してつぶす。
- ③ 卵はゆで卵にして食感が残る程度につぶす。
- ④ ①、②、③、マヨネーズ、チーズを混ぜ合わせ
コロケの形にし、小麦粉、溶き卵、パン粉を
付けて油で揚げる。

お皿に盛り付け、付け合わせを添えて、お好みでソースをかけてできあがりです。
野菜不足になりがちなこの時期にぴったりのメニューです。

ぜひ作ってみてください。



新年会 2階

一月十九日 二階で新年会を行いました。少し遅い新年会となりましたが、お餅つき、福笑い、おみくじ引き、だるまの目入れを行いました。

まずはお餅つきから始めました。職員が、ウサギやタヌキ、サル、女子高生、もんぺ姿などに仮装してお餅をつきました。

利用者様は少し驚いた様子でした。司会進行の職員は、新年らしく華やかな振袖姿で登場。女性の利用者様が着物に興味を示され、袖を触ったり、とても良い表情をされていました。

お餅つきでは、よいしょー！よいしょー！と利用者様のかけ声かとび、大きな鏡餅が出来上がりました。昔はこの家庭でも杵と臼で男達が年末にお餅をつく姿が見られていたのでしょうか。そんな回想もしながらまた、職員の仮装という面白いお餅つきでした。

福笑いでは、黒柳徹子さんの似顔絵で作った福笑いで、代表の方に鼻や口など貼り付けてもらいました。勘が良いのか、目や鼻の位置のずれが意外に少なく良い表情ができました。

おみくじには、縁起の良いことわざが書かれており、大吉が出た方などは、うれしそうな表情で楽しめました。

だるまの目入れは、それぞれに時間を見つけてサービスেশョンの前の大きなだるままで足を運び、願いを込めて目入れをしました。皆さんの笑顔もあり良い新年会となりました。



編集後記 まだまだ寒い季節で日向を見つけては、身体を温める利用者様と私。室内からは日差しも強く、今日はお散歩に行くかなと出かけてみては、玄関を出ると、うー寒い、中に入ると利用者様。外に散歩に出掛けられる春が待ち遠しいですね。

春まで体調を崩さないよう、良く食べ水分を摂り、手洗い・うがいに心掛け、時々運動も取り入れインフルエンザに負けない身体を維持したいものです。

おく