

MORI のめざめ

[発行元] 社会福祉法人 奉優会

港区立特別養護老人ホーム 白金の森

[編集] 白金の森 事務課 北川

[お問い合わせ先] 03-3449-9611(代表)

[HPアドレス] <http://www.foryou.or.jp>

第13号 平成25年2月発行

安心と信頼の施設 白金の森

白金の森は安心と信頼をいただく施設を目指しております。おかげさまで、感染症等につきましても大きな問題もなく進めていくことができいております。また、高齢者施設の火災という悲しいニュースもありましたが、白金の森は、消防設備も完璧でありまして、私たち職員も消防訓練を行っております。さらには、港区高輪地域の自衛消防訓練コンテストに参加して、日頃より意識を高めております。今後とも、皆様に安心と信頼を届けられるよう、努めてまいります。

皆さま、平素より特別養護老人ホーム白金の森をご愛顧いただき、誠にありがとうございます。

平成25年1月から、家族懇親会を開催しております。2階ご利用者ご家族様、3階ご利用者ご家族様とそれぞれ開催日を分けまして、できるだけ気軽な意見の交換をしていきたいと考えております。

1月の参加者は、それぞれ約15名のご家族様にお集まりいただきました。施設長 山川 純一
ご家族懇親会の設立の目的は、ご利用者の皆様のさらなる幸せの追求です。白金の森とご家族様との座談会を気軽なお茶会形式で行います。ご家族懇親会の内容としましては、白金の森施設からの細かい情報の提供、白金の森施設が考えている今後の方向性や港区におけるニュースのご案内、また皆さまからの要望やニーズや、ご家族様が気付いた問題やその改善点を検討して、フィードバックをしていこうと考えております。多くの皆様のご参加を期待しております。我々も準備をしていきます。どうぞ、お気軽にご参加くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。



3月のご家族懇親会の日程です

《2階の入居者様のご家族》
24日(日) 13:30~

《3階の入居者様のご家族》
31日(日) 13:30~



ご意見箱を設置しています!

- ・やってもらいたいこと
- ・職員に対して
- ・連絡やお知らせについて
- ・気づいたこと
- ・ちょっと言いたい
- ・「いいね!」

など、お気軽に投函ください!

(玄関、各フロアにあります。)

それらのご意見・ご質問等は、家族懇親会やお便りをもって回答させていただきます。



シリーズ 介護の現場から

～高齢者の疾患と症状の基礎知識～
高齢者の身体症状と
疾患の理解とケア

第6回目 慢性関節リウマチ

慢性関節リウマチは、関節の痛みと変形を伴う。

《原因》

持続的なストレスや過労

《症状》

- ① 関節の痛みと腫れ
- ② 関節が動かなくなり変形する
- ③ 発熱
- ④ 全身倦怠感
- ⑤ 運動障害

《ケア》

- ① 炎症が強い時は安静が必要だが、一日数回は関節を最大限に動かし拘縮を予防する。
- ② 寝る時は関節を正しい位置に置く。
- ③ 食事はビタミン、ミネラル、タンパク質が豊富でバランスの良い食品を摂る。
- ④ 冷えや湿気は禁物
- ⑤ 浴槽などで温熱療法を試みる
- ⑥ 変形予防や矯正のための装具や、日常生活を援助する自助具の利用を検討する。

参考書籍：『介護教育 基本テキスト』日総研出版



ケアマネジャーのひとりごと

Vol. 12

「制限を受ける苦痛」

成田 寛一郎



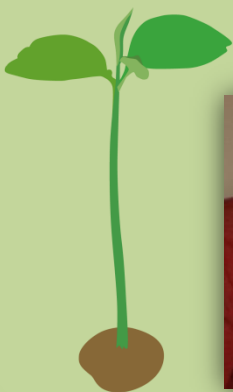
特別養護老人ホームにおいて、身体拘束は法的に禁止されており、白金の森も該当いたします。具体例を挙げますと、ベット柵を4本使用（出口が無い状態）ミトン型手袋、安全ベルトを使用する等のフィジカルロックが代表されます。中には「危ないから・・・だめですよ」「こちらでお待ち下さい」の声掛けが、言い方、表現方法によってはスピーチロックといい、身体拘束に該当します。また、精神科薬は眠くなったり、意識がはっきりしなくなるという副作用があり、この薬の過度の使用もドラッグロックという拘束になります。

しかし、真に注意すべきは私たちが意識していない事がある方にとっての制限になっている事です。例えば、車椅子に乗ることが制限と感じる方がいます。その方は疾病により歩行は困難ですが、手と足を使い座った状態で前や後ろに進むことが出来ます。考え方によっては床に直に座っているので不衛生ではありますが、その方は車椅子に乗っている時よりも活き活きとしています。ご本人のお気持ちから考えると、車椅子にいかに乗って頂くかと考えるより、自由に動けるような環境を作るという考え方の方が苦痛はないはずです。感じ方は人それぞれ、私たち援助者が良かれと思っていることも、ご本人にとっては迷惑なこともあるということを意識する必要があるのかもしれませんが。

若葉の声

介護二課

近 亜理沙



私が白金の森に入職して、もうすぐ一年が経とうとしています

入職したての頃は新しい環境に戸惑うことが沢山ありましたが、最近では入居者の皆さんと会話すると私の方が元気をもらっています。

元気をもらうこと以外にも、「人とふれあう大切さについて知る時間」、「人のために何が出来るか考えることの出来る時間」を入居者の皆さんと共有し、この仕事にやりがいを感じる事が出来ました。これからも恩返しをする気持ちをこめて、入居者の皆さんと共に歩んでいきたいです。

二年目もよろしくおねがいます。



24年度重点施策 その①～栄養編～

24年度事業計画で、柱のひとつである「たべる」。お食事が食べられない方は食べられるように…。食欲も出る、今月の郷土料理をご紹介します。1月は長新湯のメニューでした♪

香川県の郷土料理です



メニュー

- ・しっぽくうどん
- ・春菊のお浸し ・茶碗蒸し
- ・揚げ豆腐のエビあんかけ

香川県のうどんはコシの強さが特徴のうどんです。県民1人あたりのうどん消費量、日本一です。ざるやぶっかけ、釜揚げ、季節の野菜が入ったしっぽくなど、様々なうどんの食し方が存在します。香川県は温暖な気候に恵まれており、良質な小麦がとれます。塩作りにも適しており、さらにはだしの素材となるいりこが瀬戸内海で豊富にとれること、しょうゆが小豆島で生産されているなど、うどんやだしの材料が地元でそろえることから、讃岐にうどんが定着しました。今回、白金の森ではしっぽくうどんを提供しました。これは、吹く風が冷たくなり始める、秋口から冬にかけてのうどんの食べ方です。数種類の季節の野菜を、汁とともに煮込む方法で、ゆであうどんの上から共に煮た野菜をかけたものです。年末には年越しそばの代わりに食べる家庭もあるそうです。（管理栄養士 児玉）

24年度重点施策 その②～リハビリ編～



事業計画で、二つめの柱は「あるく」。歩行に不安のある方は歩行訓練などを行ない、歩けるように…。リハビリ活動の取り組みをご紹介します。

「もう一度包丁をもって料理をしたい」 ある入居者様の声から



先日、リハビリプログラムの一つとして2階入居様と豚汁づくりを行いました。当日は沢山の野菜を前に「これからどうすればいいの?」「これは私が切ろうか」などと積極的におっしゃる方や「私にはちょっと難しそうだわ」と少し不安気な方もいらっしゃいましたが、入居様の中には長年主婦をやっていた方も多く、職員と共に作業を行なう中で皆自然と手を器用に動かされ、また普段とは違う生き生きとした表情をされる姿にとっても驚かされました。

「リハビリテーション」は、筋力や歩行の改善など「障害に対する機能回復訓練」と考えられがちですが、ラテン語では「再び適した状態にすること」つまり「自分らしい生活を取り戻すこと」を意味します。

入居様様の「生活の質の向上」を目指し、「自己の役割」や「達成感」「満足感」を感じる事のできる作業活動を提供する事もリハビリテーションの1つとして考えています。

作業療法士 宮澤美樹



柴崎真保先生 の和菓子教室



1月25日に行われた和菓子教室の様子です。感染症対策も重なり、少人数での開催となってしまいました。

この日は、『紅白まんじゅう』を作りました。食紅で色づいた紅まんじゅうと、白あんを混ぜた白まんじゅうの皮を広げ、丸めたこしあんを包みます。生地が手にくっつかないように予め粉を振るっておくのを忘れずに。蒸し器で蒸すこと10分、できたてホカホカのお饅頭をいただきました。



白金の森

作

品展



3月15～31日 開催!

ボランティアさんによるクラブ活動の作品の展示や、行事の写真などを展示します!