

2019年残暑号

西の京・都和のはな便り

← みんなで教え合いながら千羽鶴を折っています。最初は上手く折れなくてもどんどん上手になっていきます。

月2回の折り紙クラブが楽しい、はやく折り紙クラブの日にならないかなと待ちどおしくなっている方もいます。(I)



↑ 初めて見るフラダンスに涙が止まらなかった利用者さんもありました (I)

残暑 お見舞い申し上げます



友禅体験教室のボランティアさんと一緒に。まなざしも真剣です(T)



↑「私の作品よ」
見事な出来栄に大満足!



家族様と一緒に、レイを首元や頭につけて (I) →

カフェはなに、喫茶ツアー
「何にする〜？」一番人気は、ソフトクリーム！
「昔は毎日喫茶店に通ってコーヒー飲んでたなあ〜」と会話が弾みます。(A) ↓



→ ブルーベリーの実は、鳥にも人気、食べられるんです！



園芸ボランティアさんは、猛暑日でも毎日交替で屋上の花壇の水やりに来てくださいます。おかげで、花たちも夏バテせずに夏を乗り切れそうです。(T) →





歯科衛生士さんと共にフロア訪問

6月より月1回、仁和診療所歯科の歯科衛生士さんと一緒に、入所者様のお口の健康状態をチェックしています。

毎回、気になる利用者様を3~6名ピックアップしてお口の状態を観察。歯や舌のブラッシングの方法や口腔ケア用品の使い方について、アドバイスを受けています。

口腔内の乾燥が原因で舌が黒くなっていた利用者様では、保湿スプレーを使って丁寧に舌をブラッシングすることで改善が見られました。

今後も歯科衛生士さんと連携して、職員の

口腔ケアに関する知識・技術を向上させ、利用者様により良い口腔ケアを提供できるよう、頑張っていきたいと思います。(A)



在宅生活を支えるサービス紹介

住み慣れた自宅でより安心により長く生活できるように、西の京では、下記のようなサービスを提供しています。

ショートステイ (短期入所療養介護)

介護保険のショートステイには「短期入所生活介護」と「短期入所療養介護」の2種類があります。

西の京のショートステイは「短期入所療養介護」で、特別な医療が必要な方でもご利用いただくことができます。

特別な医療とは「在宅酸素療法」「在宅自己注射療法（インシュリン等）」「在宅経管栄養（胃瘻のみ）」「人工肛門（ストーマ）設置」等です。

特別な医療を必要とされていない方も含め家族の休息期間確保や不在時に、ご利用いただけますので是非ご相談ください。(K)

訪問リハビリテーション



西の京では、2019年9月より訪問リハビリテーションを開始します。

訪問リハビリとは、理学療法士・作業療法士が直接ご自宅に伺い、日常生活に必要な動作や機能の回復、心身機能の維持、介助方法の指導、福祉用具・住宅改修の助言等々、住み慣れた自宅で生き生きとした日常生活が送れるよう援助するサービスです。

特に、西の京を退所され自宅で生活される利用者様に、入所中に担当したリハビリ専門職が継続して関わることで、自宅での生活の不安に寄り添い、援助してまいります。



クイズを解いて食中毒予防

暑くジメジメした毎日、食中毒が発生しやすい季節です。正しい知識を持って、お家でも食中毒を予防しましょう。さて、何問解けるかな??

【問1】 食中毒菌の特徴は??

- A: 腐敗臭がする
- B: 酸っぱい味がする
- C: 無味無臭

【答1】 C

食中毒＝腐敗ではありません。食中毒菌は無味無臭のため、見た目や味・香りで判断はできません。

【問2】 お弁当のご飯に適しているものは?

- A: 塩分が高い梅干しを細かく切って混ぜ込んだご飯
- B: たくさんの具材が入った炊き込みご飯
- C: のりたまのふりかけをまんべんなく振ったご飯

【答2】 A

炊き込みご飯は具から水分が出てきます。ふりかけご飯の水分を吸った海苔や具は菌の繁殖原因となります。ふりかけは小袋のものを食べる直前にふりかけましょう。また、近年の健康志向ブームで減塩の梅干しが多いですが、殺菌効果は減退。お弁当に入れる際は塩分の高いものを選びましょう。

【問3】 500ml のペットボトル飲料。どのようにして飲むほうがよい?

- A: コップに移して飲む
- B: 直接口につけて飲む
- C: ストローにさして飲む

【答3】 A

種類を問わず、一度でも口に触れたペットボトル飲料は冷蔵庫に入れていても菌が増殖します。特にストローは一度口の中に入ったものが逆流するので危険度は増します。カフェオレやジュースの甘いものは香料が入っているため、腐敗の変化に気付きにくく、ミネラルウォーターやお茶は保存料無添加のものが多いため、傷みやすくなります。エンシュアを処方されている方は缶に直接口をつけて飲用しないようご注意ください。

出題 管理栄養士・山崎篤子



双ヶ岡中学生のチャレンジ体験

6月3～6日、双ヶ岡中学校の2年生が二人、介護の職業体験に来てくれました。最初は幾分緊張した表情だったけど、利用者様と一緒に歩行訓練したり、車椅子を押したりして真剣に関わってくれていました。(A)





9月1日～
敷地内(西の京・都和のはな・
洛西保育園)は全面禁煙としま

2019年4月に健康増進法が一部改正され、望まない受動喫煙の防止を図るため、施設の類型・場所に依りて、実施すべき受動喫煙防止策の基準が定められました。

介護老人保健施設や保育園は、子どもや高齢者は受動喫煙による健康影響が大きいことから、この7月～敷地内(屋内・屋外全て)禁煙が義務付けられました。

保健福祉の会では法の趣旨を踏まえ、高齢者や乳幼児と空間を同じくし、身体介助等濃厚な関わりが必要な介護・保育の場では敷地内禁煙(新型タバコを含む)とすることが適切と判断しました。

職員や関係者に周知徹底する期間を2月間設け、9月1日より全面実施します。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



西の京のお昼ごはん

7月の行事食～七夕



いつもの散し寿司に大葉やみょうがを加え香り豊かに仕上げました。そうめんは白色以外に抹茶の緑色・梅の赤色の三色に星型人参をトッピングして、すっきりさわやかな夏の行事食です。

7月～星コロッケ



コロッケは柔らかく、ソースの香りも食欲をそそる人気メニューのひとつ。星型は、7月のみの限定商品です。実は角の部分がつぶれやすく、調理師は揚げるのに苦戦していました…。喜んでいただけたようなので苦労も報われます。(Y)

☆☆ 編集後記 ☆☆

今月号は、七月二十七日開催の「平和のための盆おどり」の記事が一面を飾るハズだったんです…。

当日は早朝六時から地域の方々から台風六号の影響を心配しながらも、やぐらを設営してくださったものの、天気は先行きは芳しくなく、苦渋の中止決断でした。

西の京でも、利用者様に屋台で「やわらかたこ焼き」を食してもらおうと企画。公募のボランティアアさん六名、職員ボランティア三十二名を募り、入所者様・家族様と一緒に、盆おどりを楽しむつもりでした。本当に残念です。どこかで必ずリベンジをと思っています。(T)



盆おどり中止に落胆するリハビリ職員。利用者様に提供するたこ焼きを懸命に準備してくれていました。