



慶雲寮だより 第126号



秋も深まり、一段と朝晩肌寒く感じる季節となりました。

今年は新型コロナウイルス感染症予防のため、地域での敬老会は中止や縮小開催が多かったようです。デイサービスセンターでは、感染防止対策を十分行った上で、九月二十一日に敬老会を開催し、ご利用者さまのご長寿をお祝いさせていただきました。

例年はボランティアの方々の方々の歌や踊りを鑑賞していましたが、本年は皆さまに楽しんでいただくようとプレゼントを準備し、アトラクションで笑っていたただけるように職員一同頑張りました。職員が得意とする三味線では、懐かしい曲に涙を流しながら感激される方もおられました。職員の変装による「おもてなし」は、「面白かった、楽しかったよ。」という声がたくさん聞かれました。

また、米寿と百歳以上のご利用者さまには、手作りの花束と色紙を贈り、お祝いしました。最後は三グループに分かれ、記念撮影を行いました。

これからますます寒くなりますが、インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症の着用や手洗い、一日三回の検温、マスクの着用や手洗い、身体的距離の確保、マスクを避けるなどの対策を取り入れた生活様式を実践しながら、デイサービスを行いますので、皆さまご安心してご利用ください。

ポジショニングの勉強会を行いました

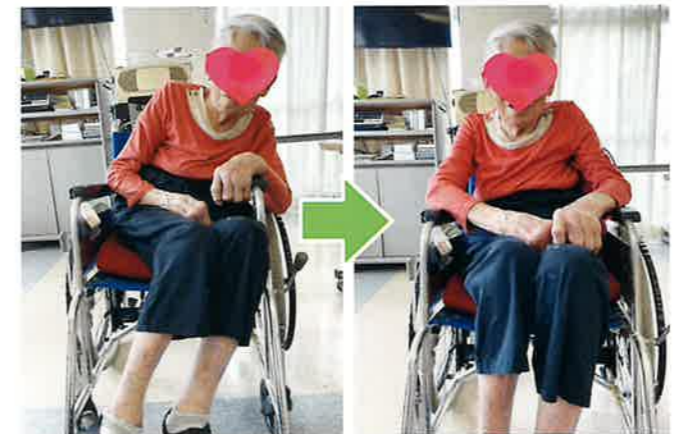
アイ・ソネックス株式会社の健康運動指導士 藤井直人さんを講師に迎え「ポジショニング」の施設内研修会を行いました。介護員・看護員・機能訓練指導員・相談員など約70名が参加しました。

「ポジショニング」とは床ずれや関節の変形拘縮の防止等の血流悪化・筋力低下などを防止し、安楽でリラックスした姿勢の提供をする事です。

「ポジショニング」について学び、職員間で様々なクッション等を使用し実際に寝てみてどう感じるか、身体のどこに圧が集中しているか等、職員間で確認しながらポジショニングへの理解を深めております。

そして、実際に「ポジショニング」を入所者様に実践してみると、表情の変化や身体に余計な力が入っていたのが和らいだり、身体が傾いてご自身で食事を摂取する事が難しかった利用者様がご自身で摂取できるようになりました。

利用者の皆様に少しでも快適に過ごして頂けるよう、職員一同これからも「ポジショニング」について学んでいきたいと思っております。



左側に倒れるのを左後方にクッションを使用



上半身・下半身ともに余計な力が入っているのをクッションを使用し身体を全面的に支えることで身体の力が抜けて関節が伸びる

個人情報保護法に基づき行事写真等の掲載については、利用者の皆様に同意をいただいております。

— 編集発行 —
三原市小坂町1550
社会福祉法人
三原福祉会
養護老人ホーム
特別養護老人ホーム
デイサービスセンター
三原慶雲寮
☎0848-66-2630
<http://keiunryo.or.jp>

編集後記

先日、利用者の方から「何か楽しいことないかね。」と言われました。新型コロナウイルスの影響を受け、面会制限や外出行事の中止が大きなストレスになっていると思います。

**イライラ怒れば怒り癖がつく
ニコニコ笑えば楽しみ癖がつく
心にも習慣があるよ**

この詩は、気持ちの持ち方を表したもので、気持ちがネガティブだと物事は悪い方向へ進んでいきやすく、逆にポジティブだと良い方向へ進んでいくという内容です。

又、笑顔には人と良い関係を作ることや、心も体も元気になる力があります。毎日をポジティブに笑顔で過ごすことで、幸せを感じたいですね。(M・Y)

あらがみクリニック
令和二年八月から十月までの皆さま方からのご厚志を紹介させていただきます。
●ご訪問・ご奉仕
赤石理容院様、デリッシュユアール様
●ご寄付・ご寄贈(感染症予防・衛生物品も含まれます)
伊東 信治様(宗郷)、伊藤 盛男(小坂町)、上田 トシ子様(長合)、大上 博夫様(高坂町)、小坂町内会様、國貞 彦様(小坂町)、國廣 敏昭様(久井町)、佐々原 広樹様(沼田)、夕力美容室様、松本 みさ子様(東京都)

8月21・22日
夏祭り



しっかり
ねらって～

GO!
デイサービス



9月21日
敬老会

10月13日～17日
デイリンピック



うまく入るかなあ？

にこにこ栄養係

簡単クッキング豆知識 減塩について

三原慶雲寮では、一部の利用者様には、一日当たり6g未満の減塩食を提供しています。

そのため、品によっては味が薄く感じられることがあります。美味しく食べていただけるように、昆布や小魚の出汁を多く加えるなど素材の本来のうまみを感じられるように工夫しています。



敬老祝賀会で、特別メニューを提供しました

今年は、施設内での敬老会となりましたが、手造りにこだわった食事で敬老をお祝いさせていただきました。ちらし寿司やえびしんじょうは特に好評でした。

献立：ちらし寿司、蒸し鯛、茶わん蒸し、えびしんじょうのすまし汁、菊花和え、メロン

8月15日
慰霊祭



コロナウイルスの為、感染防止の観点から盆踊りは中止させていただきましたが、慰霊祭は、例年通り入所者と職員にてご供養させていただきました。



9月
ビーチボール落とし



8月
ハンドゲート
ボール

特養
あおぞら
通信

お達者ようご



チキンライス♡チャーハン
どっちも美味しそう…

8月12日
お楽しみ会席

8月
誕生会



8月・9月誕生者茶話会



9月16日
敬老祝賀会

8月15日
納骨堂法要・慰霊祭



祝100歳 為重芳枝様
おめでとうございます。



ちい・ため
ちよ・ため になる話

今年も、大型台風の来襲があり、「ひやり」としました。災害準備では、避難の判断に迷うことがあります。お住いの災害警戒区域と気象情報、警戒レベル、そして避難行動は、密接につながっていますので、情報と行動を整理してみましょう。

- ①まずは、ご自宅の立地が、災害の警戒区域(津波・洪水・土砂)かどうか確認しましょう。
- ②警戒レベルは、1から5まであります。防災ラジオ・テレビ等で、常に情報をつかみましょう。
- ③気象庁の情報は、順に「注意報・警報・災害

警報・特別警報」となります。

④市町の情報は、順に「避難準備・高齢者等避難開始・避難指示(避難勧告)・災害発生情報」となります。

整理すると、次の図のようになります。

気象庁 警戒レベル	市町情報	ご高齢の方の行動
特別警報 5	災害発生情報	命を守る行動
災害警報 4	避難指示(避難勧告)	避難完了
警報 3	避難準備 高齢者等避難開始	避難開始
注意報 2		

⑤その都度、住まいがどのような災害(津波・洪水・土砂)が想定されているのかを考えて、警報と警戒レベル3の発令時には、ご高齢の方は、所定の場所(避難所・垂直避難場所等)に避難を開始しましょう。