

ゆあほうむ*通信

冬号



編集・発行 社会福祉法人 豊生会 ゆあほうむ榛原広報委員会 H21.2.2 発行
奈良県宇陀市榛原区長峯200-1 TEL0745-82-8111



一月二日(金)、天候は曇。特養のご利用者様の中から、四十名ほど**墨坂神社**へ初詣に行かれました。

外はとても肌寒く、遠くの山では雪が積もっていました。行きの車内では、外の景色を興味深く見ておられる方や、**初詣**を楽しみにしておられる方の笑い声で会話は途切れる事なく、あっという間に神社へと到着しました。

初詣詣

寒さの為、短い時間ではありましたが、参拝をする事ができて大変喜んでおられました。ご利用者様の中には「**今年も健康で・・・とお願したら施設に帰ってきてから膝の痛みが少し楽になった気がします。**」と嬉しそうに話しておられる方もいました。やはり、健康で穏やかに過ごせることが一番の願いですね。



神社ではお祓いをしてもらい数人のご利用者様は**祭壇**まで**お賽銭**を上げに行かれました。

園芸療法



昨年からは始めた園芸の様子を写真で紹介したいと思っています。



ご利用者様が植えられた野菜が大きくなりました



十一月十二日(水)の夕食は、ご利用者様と職員で鍋を行いました。ご利用者様に食材を切って頂き「水炊き」を作りました。

鍋の準備をしていると何ができるのか興味津々で皆様の目は鍋に釘付け。出来上がりを今か今かと待っておられました。

なべの会



出来上がった温かい鍋を囲み、「久しぶりに鍋を食べたわあ」といつも以上に箸も進み、大変喜んでおられました。

クリスマス会

十二月二十一日(日)、三階フェリーチェでクリスマス会が開催されました。

「メリークリスマス！」

少し体の大きなサンタが登場し、会場からは大きな拍手が聞こえる中、ご利用者様にお一人ずつにプレゼントが手渡されました。

プレゼントをもらったご利用者様が、「ありがとう。中身何やる？」とざわめく中、サンタは会場をあとにしました。

最後に皆さんで、プレゼントの中身の話をしながら、クリスマスケーキを食べ、クリスマス会は幕を閉じました。



ユニットケア始めました。

平成二十一年一月より、本館三階フェリーチェにて、「一人一人のご利用者様に寄り添いたい。ゆったりと落ち着いた、自分らしい生活のできる居住環境を提供したい」との想いから、ユニットケアを開始することとなりました。

ユニットは二つ！

一つはキアリタユニット
(イタリア語で明るい・光)
もう一つはスパツィオ・オーラユニット
(空間・場所・時間)

「明るい空間・場所で、皆と過ごす時間、自分の時間を大切にしたい」との想いから付けました。
皆さん、お気軽にお立ち寄り下さい。

スパツィオ・オーラ



キアリタ



デイサービス

毎日のデイサービス

今回は日々のデイサービスにおける送迎と入浴について、ご説明させて頂こうと思います。送迎では、車イスに座ったままお乗り頂ける自動車がございます。この自動車の場合は運転手とは別に添乗職員が同乗し、ご利用者様に安全に乗り降り頂けるよう、配慮しております。



また、軽自動車の中には助手席のシートが回転するタイプのものもあります。ご利用者様の身体の状況に応じて、適時使用して頂く事が可能です



入浴時におきましては、

入浴用の車いすがあります。シャワーチェアと呼ばれているものです。スロープを使用することで、浴槽の中までご利用者様をご案内する事が可能で、浴槽内ではお風呂用の腰かけに座り替えて頂いています。



何らかの事情で座り替えが困難な場合は、車いすに乗ったままお湯につかって頂ける、リフト浴とよばれる設備もございます。また、寝たきりのご利用者様に入浴して頂ける設備もございます。



様々な器材をご用意しておりますが、ご利用者様にとって最適な介護を行うには、ご本人様とご家族様のお気持ちを我々介護職員が正しく理解し、やりすぎた介助ではなく適切な介助を行う姿勢が大切であると思えます。これから、お気づきのことがございましたら、デイサービススタッフにお気軽にご連絡ください。

ケアハウス

ケアハウスとは、平成元年のゴールドプラン（高齢者保健福祉推進十カ年戦略）に軽費老人ホームとして創設された新しいタイプの老人福祉施設です。食事付きの高齢者向けマンションといったようなもので、高齢者の方が快適で、安心した生活ができるよう、全室個室になっています。

利用するには、六十歳以上の方（夫婦の場合はどちらかが六十歳以上）で自炊が出来ない程度の身体機能の低下が認められ、または、高齢のため独立して生活するには不安がある方が利用できるかとされています。



それでは、ケアハウスに入居したことで、いったいどんなサービスを受けることができるのでしょうか？

ケアハウスのサービス内容

○各種の生活相談及び助言等を行う他、必要に応じて在宅保健、福祉サービスに関する連絡等の便宜を図ること。

○食事の提供を行います。

○入浴の準備を行います。（共同浴室（男女別）が設備されています。）

○災害、疾病等の緊急時の対応を行います。また、各居室にはナースコールを設置しています。夜間は、宿直者が対応しています。

○自主的に趣味、教養娯楽、交流行事等を行えるよう、必要に応じて協力を行います。

これらが、ケアハウスで提供されるサービスとされています。



インフルエンザに注意

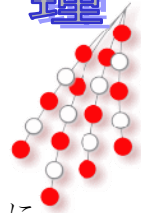
通常の「かぜ」は、のどや鼻に症状が現れるのに対し、インフルエンザは急に三十八度から四十度の高熱が特徴です。さらに倦怠感、筋肉痛、関節痛などの症状がみられます。

まずは、予防しましょう！

- 栄養と休養を十分取る。
- 人ごみを避ける。
- 適度な温度、湿度を保つ。
- 外出後の手洗い、うがいの励行。
- マスクを着用する。

もし、かかったかな？と思ったらできるだけ早く医師の診断を受けましょう。

おせち料理



「明けましておめでとうございます。」

皆様にとって良い新年を迎えられたことと思います。お正月といえば、鏡餅やしめ飾り、そして欠かせないのが、おせち料理です。昔からの習わしでおせち料理は家庭で作ってお正月はゆつくりと過ごすといったものですが、ここ近年は伝統的なおせち料理を作る家庭も減ってきて、デパートやホテルなどの豪華なおせち料理を注文するひとが増えてきているようです。

おせち料理のいわれは、ご存知の方も多いと思いますが、調べてみると・・・

黒豆

一年の邪気を払ってまめに過ごせることを願う。

数の子

子が多く、子孫が繁栄するようにという意味がある。

昆布

「喜ぶ」の語呂合わせから。

田作り

五万米（ごまめ）ともいう。ごまめを肥料にして収穫を得たところから、豊作祈願する。

伊達巻き

卵は子孫繁栄。巻くことは結ぶこと。仲良く睦み合うことも意味する。

なます

神聖な色「白」、慶事の色「紅」を大根・人参で表したものだもの。

きんとん

黄金色の小判を意味し、財産が増えることを願う。

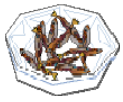
レンコン

穴があいていることから将来の見通しが良いように願う。

などと書かれています。

また、ちなみにお正月に使う祝い箸は、昔から両端が細くなっている白木の箸を使うのがしきたりで、特に柳箸は香りも良く、折れないため、邪気を払い長寿をもたらすといわれ、欠かせないものとなっているそうです。

こうしてみると、ひとつひとつに意味があり、神聖な感じがします。伝統的なしきたりはいつまでも受け継いで行きたいものですね。



ゆあほうむ俳壇

俳句三題

「二休」という 白い犬ゐて 桃の花

新春三句

初空

ねぎ坊主 小さな畝に ひしめける

年玉を としだま 両手で笑まう え

初空を 仰ぎ今年を
祈念する

飯田 榮子様作

初曾孫 はつひまご

福寿草

短歌

棲みふりて す 苦樂の歴史

福寿草 凜として咲き
癒される

キャンドルの 炎ゆらめく クリスマス
たった独りで きよし 聖この夜

去年今年 こぞことし

ゆあほうむに想いを

人生の ラストステージ

若松の 活けられし横

年重ね 想い出ばかり 振りかえる
取りに帰れぬ 忘れものなり

寒の薔薇

丑小物 うし

しあわせに 向いて二人 門出する
孫への思い いかに届けん

四日須美子様作

森本和子様作

(孫の結婚によせて)

内藤妙子様作

榛原区萩原在住の、『榛はし
ばみ』様より、色鉛筆をご
寄附して頂きました。

はしばみ
「榛」様ありがとうございます



頂いた色鉛筆を使ってデイ
サービスのご利用者様に、
ぬり絵をして頂いています。



上手にぬれたかなあ

それぞれ違った色使いで、
周りで見比べながら楽しそ
うにぬり絵をされておられ
ました。

『榛原区老人クラブ連合会』
の方より、タオルをご寄
附して頂きました。あり
がとうございます☆

毎月、ゆあほうむ榛原の華
道クラブでお花を教えて頂
いております谷田様より、
『アルティクッションのカ
バー』をご寄附して頂きま
した。

★谷田様ありがとうございます★



《特長》
汗を吸収しやすく、肌触り
の優しいタオル地で作られ
ています。

「アルティクッション」とは…
低反発ウレタンを使用して
おり、クッションのほかに
枕・マットレスがあります。
このアルティフォームシリ
ーズは、室温に敏感に反応
し、部屋が寒く乾燥すると
少し硬くなり、湿度にも変
化します。体温を感じして
体の線によくなじんでくれ
るこのアルティフォームシ
リーズは、介護だけでなく
オフィスにドライブにと、
幅広くご利用して頂けます。
ゆあほうむ榛原では、車椅
子を使用されているご利用
者様にお使い頂いておりま
す。
展示もしておりますので、
どうぞご覧ください。

マージャン

一月二十六日(月)地域交

流スペースでご利用者様と職員でマージャンをしました。ご利用者様は「すっかり忘れてしまったわ」と言いながら、牌を引きながら、「イーわん」「ローそう」と口にされていました。これからご利用者様と一緒にマージャンを続けていくつもりです。ご利用者様・職員共々メンバー募集中です。麻雀の様子はブログでアップしますので、読んでみてください。

イーわん



ローそう


 介護予防教室のお知らせ
 転倒予防

日時 三月十四日(土)
 受付 午後一時半
 開始 午後二時より約一時間
 場所 ゆあほうむ榛原
 クレアーレ(新館)一階
 地域交流スペース

ブログ始めました

平成二十一年一月よりゆあほうむ榛原ホームページでブログを始めました。一週間で担当が交代し、ブログの更新をいたします。ブログの他にマンスリーデイ・ゆあほうむクッキングも新たに追加されました。皆様ぜひ、アクセスしてみてください。

<http://www.e-yourhome.com>

〓丑年〓

今年の干支は丑です。

色々と牛について調べてみました。牛の起源は古くすでに新石器時代には西アジアで家畜化されていたと考えられています。家畜化の過程で、世界各地で様々な品種が生じて、姿形もかなり異なるようになりました。この点は、同じく家畜化されているいった犬とよく似ているそうです。今、世界全体では十三億頭の牛がいると見積もられています。

日本の東北地方では牛のことを「べこ」と呼びますが、これは、犬を「わんこ」猫を「にゃんこ」と呼ぶように、牛の鳴き声「べー」に、「こ」をつけたことによるそうで、地方によって

「べい」「べいっい」とも呼ばれているそうです。ただし、日本での牛の鳴き声は「モーッ」というのが一般的なのですが。

食用においても、農耕用においても人間の暮らしと切り離すことのできない牛の存在。その胆石は漢方薬の材料としても使用されることがあるようです。最後に、牛が使われた慣用句を紹介します。

- ・牛にひかれて善光寺参り
- ・牛耳る
- ・牛歩戦術
- ・鶏口となるも牛後となるなかれ
- など。今年一年、人間の暮らしをつぶらな瞳で見守ってくれることでしょう。