

うららら通信

老人福祉施設 うららか 広報委員会 編集発行

敬老会・家族会



平成21年9月21日（月）11時より、敬老会・家族会を開催いたしました。今年お祝いの御利用者様は、特養で白寿3名、卒寿2名、傘寿1名、ショートステイで卒寿3名、傘寿1名と、多くの方がお元気で、お祝いの日を迎えられることは、とても嬉しく素晴らしい事だと思います。



会は、女性職員による日本舞踊から始まり、普段の制服姿とは違った女性らしい着物姿での可憐な舞を喜んで頂けたのではないかと思います。笑点では、施設長を師匠に、男性職員が笑いを提供させて頂きました。うららかならではの笑いを、楽しんで頂けたのではないのでしょうか？二人羽織では、御家族様もご参加いただきまして、和気あいあいとした雰囲気の中会が進められました。



最後に、うららかでの1日の生活をビデオで紹介させて頂きましたが不十分で、お伝えできなかった部分もあったかと思えます。不安に思われた事や、気になる事がありましたら、遠慮なく職員にお尋ね下さい。



御家族様と一緒に楽しそうに食事をされている、御利用者様を見ると、とてもほほえましい気持ちになりました。なかなか御家族様と同じ様にといいわけには、いかないところもあるかもしれませんが、益々お元気で楽しく過ごして頂ける様に、「笑いと感動を」の気持ち

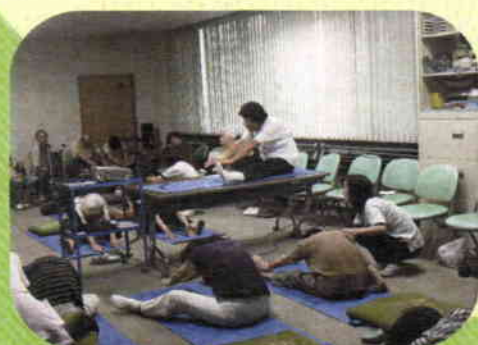


第14回介護者教室



9月12日に第14回介護者教室を開催しました。介護者教室はうららかの在宅サービス（デイサービス、ショートステイ、ホームヘルパー）をご利用頂いている方の御家族様を中心に参加して頂いている会です。今回のテーマは腰痛予防体操ということで、うららかの施設長が講師として、20名の参加者の方々と一緒に運動をさせて頂きました。ご参加頂いた方々には参考になったというご意見を頂きました。

次回は3月の開催を予定しております。たくさんの方のご参加お待ちしております。





在宅介護支援センターだより

介護保険の要介護認定方法と10月からの見直しについて

4月から、要介護認定方法が一部変わりましたが、市の認定調査員がご家庭や施設等を訪問して行う認定調査は、10月からさらに一部変更となります。調査の際には、ご本人やご家族の方が、ご本人の普段の様子を調査員に詳しくお伝え下さい。

要介護認定を受けられる方

①申請をします。

②心身の状態を調査します。

③どのくらい介護の労力が必要か審査し認定します。

④認定結果通知が届きます。

ご留意頂きたい点など

- ◎実際のご本人の状態や介助の程度を拝見させて頂きます。また普段の様子なども伺います。
- ◎ご本人やご家族が普段困っていることや不便に思っていることは、具体的に遠慮なくお伝え下さい。
- ◎9月までに申請いただいた場合の調査に比べ、10月以降に申請いただいた場合、日頃の状態に関する情報などについてより詳しく伺うことがあります。

要介護認定についてご不明な点がございましたら、岡山市介護保険課もしくは在宅介護支援センター ちゃいむまでご連絡下さい。

秋のおすすすめレシピ

管理栄養士 沼本 三枝子

大学芋

実りの秋がやってきました。栗、さつま芋、梨、柿、ぶどう・・・秋にはたくさんの美味しい食材がありますが、今回は、さつま芋を使った大学芋をご紹介します。さつま芋を使ったお菓子も色々ありますが、この大学芋は喫茶コーナーでもとても好評を頂いています。旬とはその食材が栄養的にも一番元気な時です。旬のさつま芋を食べてパワーをもらい寒い冬に備えましょう。



材料(5人分)

さつま芋	350g
砂糖	60g
みりん	小さじ2
濃い口醤油	小さじ1
水	大さじ1



(作り方)

- ①さつま芋は一口大の乱切りにし、水にさらす。
(皮はお好みで、ついたままでも、むいてもいいです)
 - ②たれの材料を鍋に入れ、煮詰めてたれを作る。
 - ③水気を切ったさつま芋を素揚げにし、熱いうちにたれとからめる。
- Point: さつま芋は水にさらした後、電子レンジにかけて柔らかくしておくと早く出来ます。



新型インフルエンザに注意!

新型インフルエンザとは・・・

多くの方が免疫を持っていないため、通常のインフルエンザと比較すると感染が拡大しやすく、多くの方が感染することが考えられます。新型インフルエンザの感染経路は通常のインフルエンザと同様で咳やくしゃみとともに放出されたウィルスを吸い込むことによって起こる飛沫感染とウィルスが付着したものを触れた後に目、鼻、口等に触れることで粘膜、結膜等を通じて感染する接触感染が考えられます。

新型インフルエンザの症状は・・・

突然の高熱、咳、喉の痛み、倦怠感に加えて、鼻汁、鼻づまり、頭痛等であり、季節性インフルエンザと類似していると言われています。ただし、季節性インフルエンザに比べて下痢や嘔吐が多い可能性が指摘されています。又、7日以内に新型インフルエンザが蔓延している国、又は地域に滞在もしくは旅行をした感染者と2メートル以内に接近した等の情報は診断の参考になります。発熱や咳等の症状があり、受診すべき医療機関がわからない場合は、最寄りの保健所に設置されている発熱相談センターに相談してください。

新型インフルエンザを予防するには・・・

新型インフルエンザを予防するためのワクチンは存在しませんが、ウィルス感染を予防するには手洗い、うがいをしっかりとすることが大事です。手洗いは外出後だけでなく、可能な限り頻回に行いましょう。石鹸を使用し、最低15秒以上行い、清潔なタオルで十分拭き取りましょう。又、ウィルスが粘膜を通じて感染するため、咳やくしゃみの際の「咳エチケット」を心掛け、必ずマスクを着用しましょう。主な治療法は抗インフルエンザウィルス薬（タミフル、リレンザ）の投与でこれらの薬は、医療機関において医師が必要と認める場合に処方されます。

情報

築港栄町公園に記念碑が建ちました。



佐藤病院のある築港栄町町内会創立50周年にあたり、社会福祉法人一耀会 佐藤亀弘 理事長が、築港栄町公園にある記念碑に碑題”和”を「わきあいあいなごやか・安全・安心・やすらぎ」の町を願って題字を書かせて頂きました。私も職員一同、理事長の地域に貢献した活動を見習い、施設の基本理念にもある「地域に根ざした施設を目指す」を遂行していきたいと思ひます。

うららか劇団



去る6月17日に、恒例のうららか劇団で「遠山の金さん」を演じました。施設長・副施設長以下、職員が一丸となって練習した甲斐あって、金さんが悪代官達に桜吹雪を見せる名場面では、盛大な拍手をいただくことが出来ました。



夏祭り



8月8日、待ちに待った夏祭り！！この日のために職員一同、計画を立てて準備して来ました。真夏のとても暑い日でしたが、事故も無く無事に終わることが出来ました。又、来年も皆様の笑顔が見られるように頑張ろうと思った一日でした。



～ うららか園芸だより ～

すくすく育っています!!

今年6月末に植えた、さつまいもの苗がすくすくと育っています。職員や経験のある御利用者様からは、「遅い!!」と言われましたが、遅い分、私達の愛情をたっぷり注いで、大きな芋が出来ること信じて、しっかりお世話しています。大きな芋が出来るかどうかは乞うご期待!!



うららかからのお知らせ

うららかでは、平成21年4月1日より日祝祭日は、防犯のため正面玄関は閉めております。その為、面会に来られた方は東側入り口（ケアハウス入り口）をご利用いただいております。面会に来られる御家族様の方、ご協力をよろしくお願い致します。



秋も日増しに深まって参りました。早いもので今年も残り2ヶ月余りとなりましたが、皆様はいかがお過ごしでしょうか?現在、新型インフルエンザの大流行により、岡山市内でも感染が確認されています。手洗い・うがい等の感染対策をしっかりと行って健康管理に十分お気をつけ下さい。感染予防の為、面会者は、マスク着用でお越し下さい。また、体調不良の方、御家族様がインフルエンザに感染した場合は、面会を控えて下さい。大変御迷惑をおかけしますが、御協力よろしくお願い致します。

ご意見・ご質問等ありましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。

*今回、掲載させていただきました方々には氏名、写真等の個人情報に関してご了承下さい