

今月の予定

8日(水) お誕生祝膳
20日(月) 敬老の日
20日(月) 敬老会
23日(木) 秋分の日



梅のさと便り 9月号

No. 379 R3. 9. 1
梅光苑 文芸部

「花火の夕べ」を皆で楽しみました

8月30日(月)夕方、三棟ホールバルコニーにて、「花火の夕べ」を開催しました。ご利用者と共に「吹き流し」「手持ち花火」など数種類の花火を楽しみました。参加したご利用者からは「久しぶりに花火を見た。きれいなね」「昔、子どもたちと花火をしたのを思い出した」など口々に話していました。



「盆供養」

ご利用者とともに故人を忍びました

8月11日(水) 誓安寺のご住職をお招きして「盆供養」を行いました。当苑では、昭和50年4月の開苑以来、数多くの「出会い」と「別れ」を繰り返してきました。当日は、ご利用者・職員一同、これら故人の在りし日のエピソードなど思い浮かべ、心から手を合わせて忍びました。また、特養は「終の棲家」といわれるように、数年前から「梅光苑で最期を看取りたい」というご家族が増えています。「看取る」とはどのようなことなのか、もう一度、職員間で勉強・研修を重ねて行きたいと考えています。



かわばた邸 9月のイベント情報

毎週 水曜日 10:00~12:00 金曜日 13:30~15:30
百歳体操 (元気いきいきひろば)

11日(土) 13:30~15:30 カフェかわばた 参加費100円
川東包括 砂田様 活動紹介 ・ 二胡の演奏会 大門様

13日(月) 13:30~15:30 カフェかわばた 参加費100円
なんでもおしゃべり会

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては変更の可能性があります。
ご確認ください。



「膀胱留置カテーテル管理」について 職員研修をしました

尿路系トラブル防止のため、このほど「膀胱留置カテーテル管理」について、当苑の看護師を講師として職員研修会を開きました。この研修は職員の知識・技術の底上げを目的として行っています。

「排尿のしくみ」から始まり「カテーテル留置中の感染リスクや注意事項」などについて勉強をしました。

近年、「膀胱留置カテーテル」のご利用者が増えており、尿路系の感染リスクも高まっています。直接お世話する介護職員にも、尿路系トラブル防止のため、排尿への理解を深めてもらい安心・安全な生活に繋がっていきたくと考えています。



『祝 敬老の日 ～教えてください 長寿の秘訣』

特別養護老人ホーム梅光苑

「口の中の『できもの』が、いつの間にか無くなったんよ」と笑顔で話すのは、今年の7月で満100歳を迎えたOさん。当苑の最高齢者でもあります。

今から三年前、舌に腫瘍ができたため医大を受診、舌がんの疑いの診断を受けました。高齢のため積極的な治療は行わず、苑で経過観察をすることになっていました。「当時は、口の中が痛くて食事もう通らなくて。でも、介護の職員の方が部屋まで食事を運んでくれて、嫌がる私に食べさせてくれました。今の私があるのも、あの職員さんのお陰じゃね」と笑ってくださいます。

最後に「長寿の秘訣は、やっぱり少しでも口から『食べる』ことかね」と話して頂きました。



居宅介護支援事業所

敬老の日 おめでとうございます。

訪問させていただくといつも笑顔で、丁寧な挨拶で迎えてくださり感謝しております。

お聞きすると皆様、食べ物の好き嫌いがなく、自分でできることを自分の役割とされ、続けておられます。また絵を書いたり、テレビで好きなスポーツ観戦をしたりと好きなことに取り組みおられます。

生活のリズムができており、楽しみを持って過ごされていることが長寿の秘訣かなと感じています。

これからも皆様には、いつまでもお元気で過ごしていただきたいと願っています。

デイサービス

皆さんに伺った中には、長寿の秘訣は「デイサービス」と言っただけの方もいらっしゃいました。他にも秘訣として多かったのは、「食べる事」「良く寝る事」「よく笑う事」という意見です。

デイサービスで人気のある「お寿司週間」はご利用者の皆さんがいつも以上にお寿司を召し上がられています。

8月の行事の夏祭りは、食べ物で「かき氷」「たこ焼」を出しました。昼食で「もう食べられない」という声も出ていましたが、行事での出し物は別腹と笑ってらっしゃる方もいました。

ゲームもにぎやかに参加され、明るい笑い声も出ていました。行事では、皆さん「良く食べ」「良く笑い」楽しい時間を過ごされたようで、帰りの時に「今日は良く寝られそう」と笑顔で言われていました。

みなさんの顔を見ていると、デイサービスが本当に長生きの秘訣になっているのかな？と嬉しく思いました。

グループホーム 希望の里

グループホームのご利用者様は暑さにも負けずにいつも元々良くお過ごしになられています。

皆様に長寿の秘訣をお聞きしたら、「好きな事を一生懸命にやると長生きが出来るよ」とおっしゃっていました。

好きな事は各個人で違いますが、ある女性利用者様はお酒が大好きで毎日お酒の話がされています。「お酒を飲む事が生き甲斐だから頑張れる」とおっしゃっています。

また、「運動をする事や食べ物も好き嫌いをせずにしっかり食べる事が大事で自己防衛にも繋がるから長生きが出来る」と考えていらっしゃるご利用者様もおられました。

好きな事＝趣味を多く持つ事が大事であり、また適度な運動をする事が長生きの秘訣だと改めて感じました。

グループホーム内も毎日ラジオ体操（第1・第2）を行い、散歩も出来る限り行う様にしています。

これからも活気ある生活を送り、楽しく快適に過ごして頂ける様にしていきます。



梅の里 かわばた邸（地域連携室）

かわばた邸の「いきいきひろば」には、15～25名の参加者がいます。

百歳体操で筋力をつけ、頭の体操で脳に刺激を与えながら介護予防に取り組んでいます。

来られるみなさんに、長寿の秘訣を聞いてみました。

「よく食べて・よく寝て・よく動くこと」と言われた方多数！！

「好き嫌いをせず、規則正しく生活し、日光にあたり、いい空気をしっかり吸うようにすること」とより具体的なお話もありました。

コロナ禍の今だからこそ「人と会って話をすること」だと言われた方もあります。

様々な制限の中、自分が元気であるために皆さん努力や工夫をされているのだと、お話を聞いてよくわかりました。

「かわばた邸に来るのが楽しいよ！みんなに会えるのが嬉しいよ！ここしか出るところはないからね！」という声に、心から感謝申し上げます。

かわばた邸は、これからもみなさんの『元気で長生き』のお手伝いをしていくことができれば幸いです。

訪問介護

お健やかに敬老の日を迎えられ、心よりお慶び申し上げます。いつも皆様のお話に多くのことを学ばせて頂いております。

お話の中で、「元気でいるためには、しっかり食べて、しっかり寝て、好きなことをすることよ」とおっしゃられる方がいらっしゃいます。

まさにこれが長寿の秘訣だと思います。

グループホーム 陶ヶ岳

陶ヶ岳のご利用者様を見ていると、食事をしっかり食べられている方はやっぱりお元気ですね。量をたくさん食べるというよりは、好きなものをしっかり食べている感じです。

また、生活する中での人それぞれの習慣やこだわりなどを、周りを気にせずに続けている方もお元気です。

いろいろ気にせず、ストレスなく生活するのが、一番の長寿の秘訣なんですかね。