

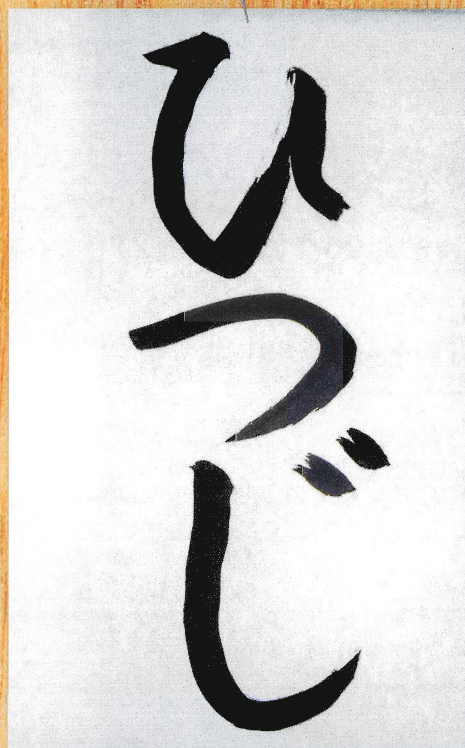
老人保健施設 老健ホームいしかわ広報誌

まのめま



第6号

平成15年 1月1日発行



—主な内容—

- ・ 樹のある散歩道 P2
- ・ ティケアに遊びにきませんか P2～3
- ・ 元気でリハビリ P4
- ・ 栄養部だより P5
- ・ 北、東、南棟から P6～7
- ・ 人のためにあなたの力を P8

2003年の思い

樹のある散歩道

歩けることのありがたさと大切さを知りました。
天気の良い日に樹を見上げながら
ゆっくり歩くことが好きになりました。
遠くへいかなくともここ老健ホームいしかわの
広い敷地内に散歩道を造りましょう。
みんなで樹を植えましょう。
昨年ライオンズクラブの方のお骨折りで
桜の木がたくさん植えられました。
何年かかっても少しずつやりましょう。

施設長 素谷 宏



私の好きな散歩道、鶴来の樹木公園

デイケアに遊びにきませんか

デイケアとは病気や老化により身体的・精神的に日常生活上支障をきたしている方に、リハビリテーション及び介護サービスを日帰り提供することです。心身の機能の回復や体力の維持をはかり、日常生活の自立に向けて理学療法士や作業療法士が個々の能力や生活状況をふまえ、本人や家族の意向に合わせ機能訓練を実施します。その点では、通所介護（デイサービス）とは異なります。

私たちの施設では、定員20名のこじんまりとしたデイケアで、利用者の中にはアットホームで和やかな雰囲気が気に入って通所を決められた方もいらっしゃいます。

リハビリテーションを中心に入浴・食事・レクリエーションやそれぞれの趣味など生かして充実した1日を過ごしていただけるように心がけています。話に夢中な人、リハビリに邁進する人、周りを気遣う人、お風呂を楽しみにやってくる人など人それぞれの楽しみ方があるようです。



以前は近所の方と接する機会がなく、一日中家の留守番をしていた軽度痴呆の方で週に2~3回リハビリや他の利用者との交流を続けられ、今も痴呆の進行がなく在宅生活をしている利用者の方もいらっしゃいます。

また、骨折をして治療も済み退院が決まったものの、家に帰っても杖歩行でリハビリが十分にできず、日中は一人になる事もあり不安全感が強かった方がもう少しリハビリをしたいという希望で来られました。週に2~3回ぐらいの利用で下肢の運動と歩行練習、趣味の刺しゅうなどをされ、現在は杖なしの歩行となり、体力も回復し安定した在宅生活を過ごされています。

在宅で閉じこもりがちになり、話し相手がいない方や、日常生活動作が思うようにならない方、また介護をされているご家族の方など、一度老健ホームいしかわのデイケアに参加し、体験してみませんか？

(概見)

デイケアの1日

10:00



おはようございます。
今日もゆっくりしていいね。
まずは健康チェック。

10:30~

いっちに、いっちに。
はい、足出して！

そや、そや。



11:50~

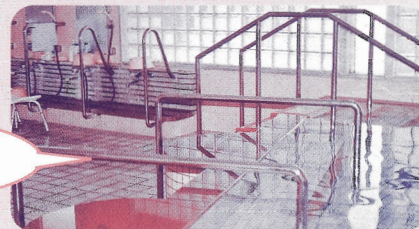


いただきまーす
みんなて食べると
おいしいね

14:00~

あー、いいお湯だった。
さっぱりしたわー。

きれいにしてもらって
よかったねー。



15:30~



みんなに
よくしてもらって
極楽やった。



さようなら〜。また今度。



元気でリハビリ

当施設の機能訓練は、ナツメロが鳴り響く機能訓練室で理学療法士・作業療法士の二人のスタッフと共に行っています。個々の疾患や障害の程度により、歩いたり、立ったりする身体的訓練や、手指を使う作業活動、全身や精神的な活性化をはかるレクリエーションなどを行い、利用者・通所者の皆さんの中に残っている機能を最大限に使い、生活していけるようお手伝いをしています。



よいしょ。
よいしょ。
(心の中で・・・)

平行棒内を一生懸命歩いています。



あ
り
ゃ
ー
か
ね
え
…
回
!!

**1・2・3・4と
声をかけながら
はりきっています!!**

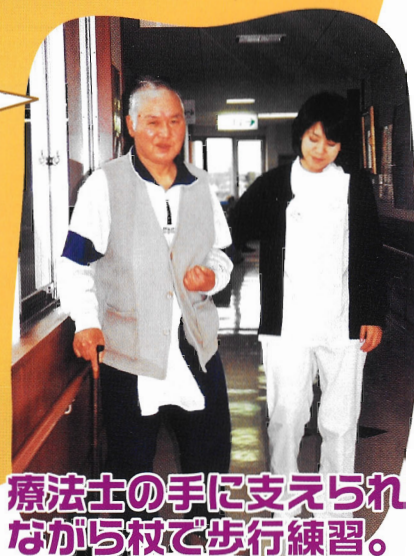


どうですか?
変わりないですか?

そうやねえ…

**会話を交わしながら
関節を柔らかくしています。**

も
っ
と
う
ま
く
歩
け
る
よ
う
に
な
り
た
い
な
あ
ー



**療法士の手を支えられ
ながら杖で歩行練習。**



機能訓練作品



食べてみまっし

～サンドイッチ～

サンドイッチはお年寄りが食べやすいパンのメニューです。サンドイッチの名の由来は英国のジョン・モンタギュー・サンドイッチ伯爵（18世紀）が考案したという話はあまりにも有名です。200年たった今も世界の人々に親しまれているパン料理です。

サンドの種類は数多くありますが、特におすすめとしては卵とポテトのクローストサンドイッチです。ゆで卵をくずして、マヨネーズであえたものや、つぶしたポテトサラダなど、パンにしっかりとはりつき、一緒にがみ切れるものが最適です。レタスやサラダ菜、薄切りにした胡瓜など、パンからはがれやすいものは避けましょう。さあ召し上がれ。



行事食(敬老の日)の紹介

行事食を作る時に工夫していることは、主菜にボリュームを持たせたり副菜やデザート品の数を増やしたり器を工夫したり、お年寄りの希望をできる限り取り入れるようにしています。



今回は敬老の日のメニューを紹介します。

主菜はお年寄りの希望ベスト1「ちらし寿し」とし、ウナギとカニをたっぷり使用しました。デザートは食べやすくヘルシーな「豆腐ミルクプリン」に「りんごのコンポート」で飾りました。利用者の方の笑顔は敬老の日の喜びに満ちていました。



いただきま〜す!



りんごのコンポート 43Kcal

材料(二人分)

りんご	1/3個(100g)
レモン汁	1/2個分
砂糖	小さじ2
白ワイン	大さじ1
水	適宜

●作り方

1. りんごは皮をむいて8等分にする。
2. りんごにレモン汁をまわしかけ色止めをする。
3. りんごを鍋に入れ、ワインをふりかけ水をひたひたになるまでそそぐ。
4. 沸騰したら中火で約15分間煮、透明になったら出来上がり。

北棟

北棟には、主に痴呆のある50名の方が利用されています。

痴呆の方に対して、不安をできるだけ与えないようにし、なじんだ物や場所を大切に、仲間の集まりを作り孤独にならないようにしています。また、痴呆の方はその方なりの「世界」の中で生活されています。その「世界」に無理矢理入り込んでは混乱してしまいますのでお年寄りのことを理解し、説得するより納得してもらえるように努めています。



居室入り口にいろいろなお花、かわいらしい表情の動物の壁掛けを飾りました。明るく和やかな雰囲気！との思いが利用者の方々、御家族の皆様には喜ばれています。



みんなて大きく深呼吸。
今日も1日元気だね。

療養棟の紹介

カワイネ 子供達との交流



“ありがとね”

戸板児童クラブの
かわいい子供たちの来訪。
かごいっぱいヒヨコを頂きました。



「もしもかめよ かめさんよ〜♪」
広岡保育園児の歌にあわせて
あくしゅあくしゅ。
小さな手がとてもかわいかったね。



敬老の日。赤いイチゴののったケーキ。
食べるのがもったいないくらいだね♪

東・南棟

東・南棟には合わせて50名の方が利用されています。

自分で身の回りのことをできる方、またそうでない方。医療的なケアが必要な方等様々な状態の方が共同で生活されています。開放的な場となっています。



天気いいからお外で体操！
それ！どこまで上がるかなあ☆

年中行事

春、夏、秋、冬 一年を通して、いろんな行事が開かれています。心も体もリフレッシュ!!



簡単なようではなかむずかしい・・・
“それーっ!!”
各チーム一生懸命。みんながんばりました♪



心地いい風に吹かれ地域の子供達、ボランティアの方々、
利用者とその家族、そして職員との踊りの輪ができました。



月に一度の喫茶店。皆で昆布茶を飲んだよ！
う〜ん、おいしい



鬼が現れた豆まき大会



人のためにあなたの力を

困っている人に手をさし伸べたい、誰かに感謝されるようなよいことをしたいという気持ちをお持ちの方、行動に移してみませんか。あまった時間の一部を活用して、ボランティア活動してみましょう。

休日の2時間だけということであっても、おしほりたたみ、食事の世話などができます。目の不自由な人に本を読んで聞かせる事もできます。また、老人の話し相手になることも立派なボランティアです。少し訓練しても、もう少し大変な事をやりたい人は、車いすの人の付き添いにも取り組んでみましょう。

自分の特技を生かし利用者の方を楽しませて下さる方、交流をはかりたい方大歓迎。舞踊、音楽演奏、教養、娯楽系の個人および団体ボランティア1~10名募集。

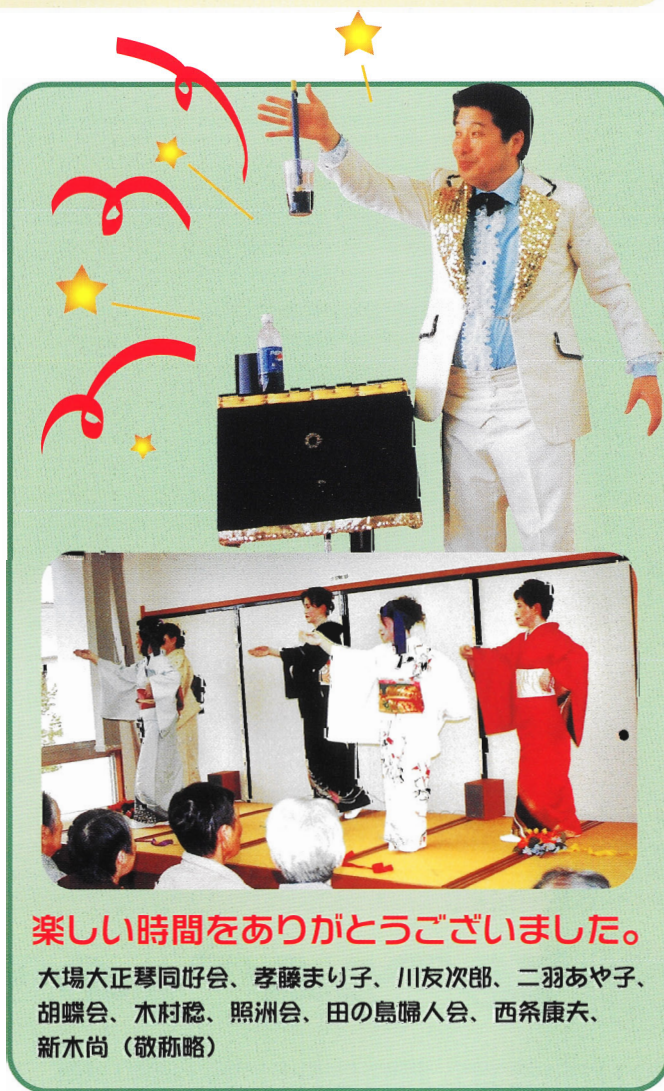


金沢兼六、津幡、内灘、金沢城北、高松、宇ノ気、金沢森本ライオンズクラブから櫻木20本寄贈植樹（2002年11月1日）



ポロ布のご協力おねがいします。

棟内では尿汚物等の汚れを拭くためポロ布を使用しています。
ご家庭で不用になった綿シーツ、衣類、タオルなどが
ありましたらお願いします。



楽しい時間をありがとうございました。

大場大正琴同好会、孝藤まり子、川友次郎、二羽あや子、胡蝶会、木村稔、照洲会、田の島婦人会、西条康夫、新木尚（敬称略）

石川県社会福祉事業団
老人保健施設

老健ホームいしかわ

〒920-3102

石川県金沢市忠縄町144-1

TEL 076-257-7101

FAX 076-257-7102

[E-Mail] iskw@helen.ocn.ne.jp

編集後記

いつもより季節の進行が早かった昨年。

当施設も、おかげさまで今年創設10年目を迎えます。

職員一同日々、利用者の方々、御家族の方々よりご意見をお聞きしながら、よりよい施設へと一層の努力をしていきたいと思っておりますので、今後ともよろしくお願いたします。（M）