

壽

ごさぶき第66号

発行元

特別養護老人ホーム 梅寿荘 / 養護老人ホーム 梅寿荘
はーとほーと 梅寿荘

〒630-0266生駒市門前町8-7

電話 0743-74-1175

FAX 0743-74-0452

http://www.baijusou.jp/

E-mail: baijusou@kc.n.ne.jp

編集長/中村雄介

2013年4月1日発行



目次

1月～3月の行事より…2p. 3p

「奈良県老人福祉施設職員研究会」に参加して…4p. 5p

インソールエンジニアに罹らない、うつさない…6p

喫茶を体験して…7p

おでかけ日記…8p

「まだあるわいな

一切経」

施設長

辻村

泰範

「まだあるわいな 一切経」これは、奈良の街で春の暖かさを待ちわびる人々が、彼岸が過ぎると本格的な春がやってくると期待しているの思いがけない寒い日に会ったりした時に口にした言葉だそうです。春のおとずれを告げる東大寺の修二会は、「お水取り」や「おたいまつ」と呼ばれる春の風物詩になっています。昔から、お水取りがすまないと暖かくならないと、よく言われます。しかし、それでもまだ寒い日があります。そこで、「暑さ寒さも彼岸まで」と言って、お彼岸がくればいよいよ本当の春がやってくると納得するので、油断をしているとまた寒さでブルっとしてしまうことがあるのです。そこで、「まだあるわいな 一切経」ということになります。

この一切経というのは奈良の白毫寺で毎年四月八日に催される法要のことで、大般若経全六百巻を僧侶が両手の間で、お経をまるで滝のように繰り広げて（転読といいます）ご祈祷する伝統法要で、親しみを込めて一切経と呼ばれています。奈良町の古老は、このように風物詩になぞらえながら気候の変化にも戒めを込めていました。

古老の知恵や言い伝えが、今また大きく注目されています。みなさんも是非若い職員たちに披露してください。

🌸 栄養士 長須 利恵

今回、ひな祭りの行事ということで、串カツを提供しました。多くの利用者様が参加下さり、皆様楽しんで下さっていたようで良かったです。串カツをお出しするという事で、串のついたものを安全にどう提供するか、いろいろと行事委員で話し合いましたが、多くの職員の方々に協力頂き、実施することができました。今後は、もっと多くの利用者様にご参加頂けるように工夫した行事を提案し、実施していければと思います。

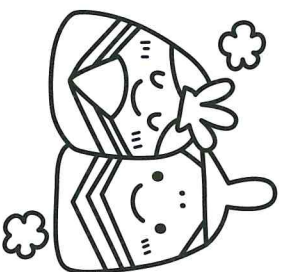


🌸 経理主任 山本 節子

3月は桃の節句という事で女子の行事委員で企画する事になりました。♪あかひをつけましょ ほんぼりに…♪
我が家では子ラジ寿司とケーキが食卓にのぼっていたのを思い出します。入居者の方ではどの様な風に過ごしたのでしょか
何気ない風景や幼い頃の一瞬を思い出されたでしょうか
今回のメニューは串カツをしました。これらちよつとした事をするにも色々大変でしたが、ご入居者にとつて喜びや楽しみになり、ちよつとした演出で生活に潤いの満ちたものになればと思っています。

♪あかひをつけましょ ほんぼりに…♪

ひなまつり



🌸 すいせんユニット 藤田 千恵子

最初はメニューが湧かず、串カツを安全に食べていただくにはどうすれば?という討論もあり、どうなるのか?と思いましたが、しかしながら、実際には喜んで食べてくださり、ひな祭りの歌の時には、その歌詞のとおり、嬉しそうに皆さんのお顔を見る事ができ、心が熱くなりました。
討論も利用者様に安全に楽しんでいただくためには必要な事なのではと思います。お元気な皆さんと、職員も共に楽しむつもりで、これからも楽しい行事をしていきたいと思えました。





「梅寿荘 1月～3月の行事写真」

お屠蘇



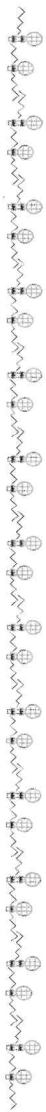
節分



寿大学



第25回奈良県老人福祉施設職員研究会に参加して



梅寿荘 介護職 喜多 智大

2月5日・6日、上本町に於いて開催された「奈良県老人福祉施設職員研究会」に参加しました。様々な発表があり、大変参考になりました。

今回のテーマは、「福祉の力が地域を変える！」ー専門性を発揮し、期待にこたえる時は今！ーでした。その「専門性」とは、何か。他の人には出来ない事、他の人では不十分な事。つまりは、「私に任せなさい！！」が、それに当たると仰られました。「専門性を発揮する」とは、「私に任せなさい！！」と言え人の事を指すと、仰られていました。これが今回の一番大きなテーマだったように感じます。

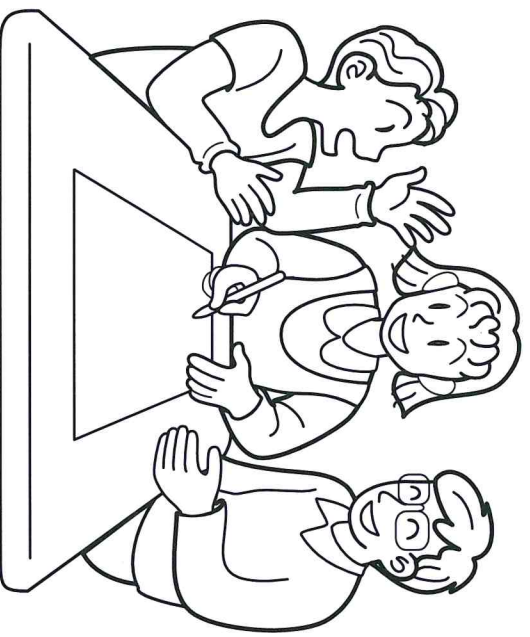
ただし、「私に任せなさい！！」と、その意気だけでは、専門性と言えません。経験と勘による裏付けが、科学的でなくとはいけません。科学的とは、気付きから「仮説→実践・検証・評価→矛盾→仮説→」と連続的に行い、定説化し、普遍化することです。その定説が、エビデンス（証拠、論拠）となります。専門性は、エビデンスに基づくことが要求されると、仰られていました。

もう一つ大事なキーワードとして、「時は今」とありました。そのうちでもなく、あとでも、明日でもない。その瞬間、その瞬間の「今」にアクションを起こすべきだと仰っていました。

福祉の力とは、個人個人の「単独の力」ではなく、様々な人間の、様々な分野の力が連係する「総合の力」であります。自分だけの力が向上しても、総合力の現場である以上、すぐには結果に結びつかないかもしれません。しかし、単独の力を向上しないと、総合力も向上しない事も、事実だと思います。

現状の自分には、「私に任せなさい！！」と言う事は辛うじて出来ると思いますが、それがエビデンスにしっかりと基づいているのかは、胸を張って言う事は出来ないうように感じます。もつと経験を積まなくてははいけないし、もつと勉強しなくてははいけません。これからの自分自身の課題も、今の自分が感じている以上に山積していると思います。

まだまだ力不足で、すぐに結果は出ないかもしれませんが、しかし諦めず、「総合力」のために、自分自身の「専門性」を「今」高めていくよう努力していこう、そう感じる研修になりました。



第25回奈良県老人福祉施設職員研究会に参加して

さざんかユニット 辻村 万希

今回、私は、2月5～6日と2日間にかけてシエラトン都ホテル大阪で行なわれた研修に参加してきました。

その中から、今回は、ワーキングチームHappy歯ッピーケアの発表から「口腔ケア」について取り上げようと思います。

利用者の口腔ケアを日々行なっているのに、利用者の口腔内が乾燥してしまい、舌には苔が生えてしまったり困っている。そんな課題に頭を抱えている現場も少なくないでしょう。

そんな問題を解決するために、歯科衛生士などの専門職と連携して、正しい口腔ケアの方法を身に付け、個々に応じたアプローチの方法で、口腔機能を向上させ、咬める環境を整える事で、経口摂取を維持できるようになった事例報告や、経管栄養から経口摂取を取り戻した実践報告などがありました。また、口腔ケア用具も個々の口腔状態に応じて使いわけることも大切であることを学びました。たかが歯ブラシ1本でも、本人の口腔内の状態に応じて使い分ける・・・。

根気よく口腔ケアを続けること・・・。

それが、大きな成果をもたらしたのだと思います。

『美味しい物を食べる。味わえる。』ということは、楽しみを増やし、生活の幅を豊かにすることが出来るのだと思います。



「福祉の力が地域を変える！」

— 専門性を発揮し、期待にこたえる時は今！ —

宮北 典子

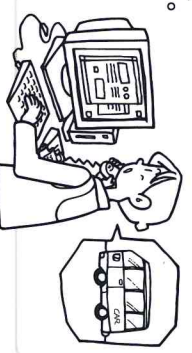
2月の5日と6日の二日間にわたって、第25回奈良県老人福祉施設職員研究会に参加させて頂きました。

1日目の午前中の全体会では辻村泰範会長の講演がありました。福祉の力で地域を変えるにあたって必要な専門性とは何か。そしてその力を発揮するのは後でもなく明日でもない、今だという事。頭で解っていたつもりでも、お話を聞く事でその大切さを再確認させて頂きました。

午後からはワーキングチーム研究報告と分科会の発表でした。6つの分科会のうち、私は「ターミナルケアに関するテーマ」を選択しました。ご利用者の最後の瞬間、我々には一体何が出来るのか。また、何ができないのか。各々の施設で力を入れておられる取り組みを聞かせて頂きました。

2日目は東シ経営研究所特別顧問の佐々木常夫氏による講演で、同氏の著書と同じタイトルである「働く君に送る25の言葉」と題したお話がありました。自閉症の息子とうつ病の妻を持ちつつも、どのようにして家族を支えて来られたのか…。そのお話には心を打たれるものがありました。

この二日間の研修で介護に携わる者としての心構えを改めて考え直せられました。この気持ちを忘れぬよう日々努力をして行きたいと思えます。





喫茶を体験して

帝塚山大学 山田 実希

澤田 瞳



2月19日火曜日、21日木曜日に喫茶でお菓子を出しました。

2月19日は『ほうじ茶プリン』と『ヌウイートポテト』を作りました。ほうじ茶プリンには菌の増殖を防ぐ作用などがあります。お茶を飲むとトイシが近くになると言いますが、それはお茶の苦味であるカフェインの作用です。緑茶に比べるとほうじ茶はカフェインが少ないです。

ヌウイートポテトは、さつまいもと紫いもの2種類を使いました。さつまいもを紫いもで包むことで焼きいものように仕上げました。

2月21日は『いもようかん』を作りました。さつまいもの皮を甘露煮にして、中に入れました。さつまいもには食物繊維がたくさん含まれています。食物繊維は腸内細菌や便秘の改善効果、腸内作用を通じて体調調節機能を発揮します。

両日とも、たくさんの方が来てくださりました。感想を伺いにくと見た目が面白いことや、柔らかいことをおっしゃってくださる方がおられました。また美味しいを言ってくださる方が多く、好評で嬉しく思いました。

たった5日間でしたが、梅寿荘の皆様には大変お世話になりました。たくさんの方と接することで大学では学べないことを学ぶことができました。また大学に戻り梅寿荘で学んだことを活かして勉強し、将来は管理栄養士として頑張りたいと思います。

梅寿荘の皆様、ありがとうございました。

ほうじ茶プリンの作り方

☆材料 (1人分)
*牛乳 90ml *砂糖 6g
*ゼラチン 1.4g *ほうじ茶パウチ
*好みでトッピング
*みかんの缶詰*ゆであずき*きな粉



☆作り方

1. 50mlの水にほうじ茶パウチ30gを入れ茶葉が開ききるまで炊きます。
2. 鍋を用意し、牛乳・砂糖を入れ弱火で加熱し砂糖を溶かします。
3. 鍋に1で作ったお茶を少しずつ加え、味を整えます。
(牛乳に色が付き、ほうじ茶の味がします。)
4. 鍋の牛乳を少しボールに入れ、そこにゼラチンを加えます。
ゼラチンをふやかしたら鍋に戻します。
5. ゼラチンが溶けたら火を止め、器に移します。
6. あら熱がとれたら冷蔵庫で冷やし固めます。1時間ほどで固まります。

おでかけ日記

カトリアユニット

吉村 智子

横浜

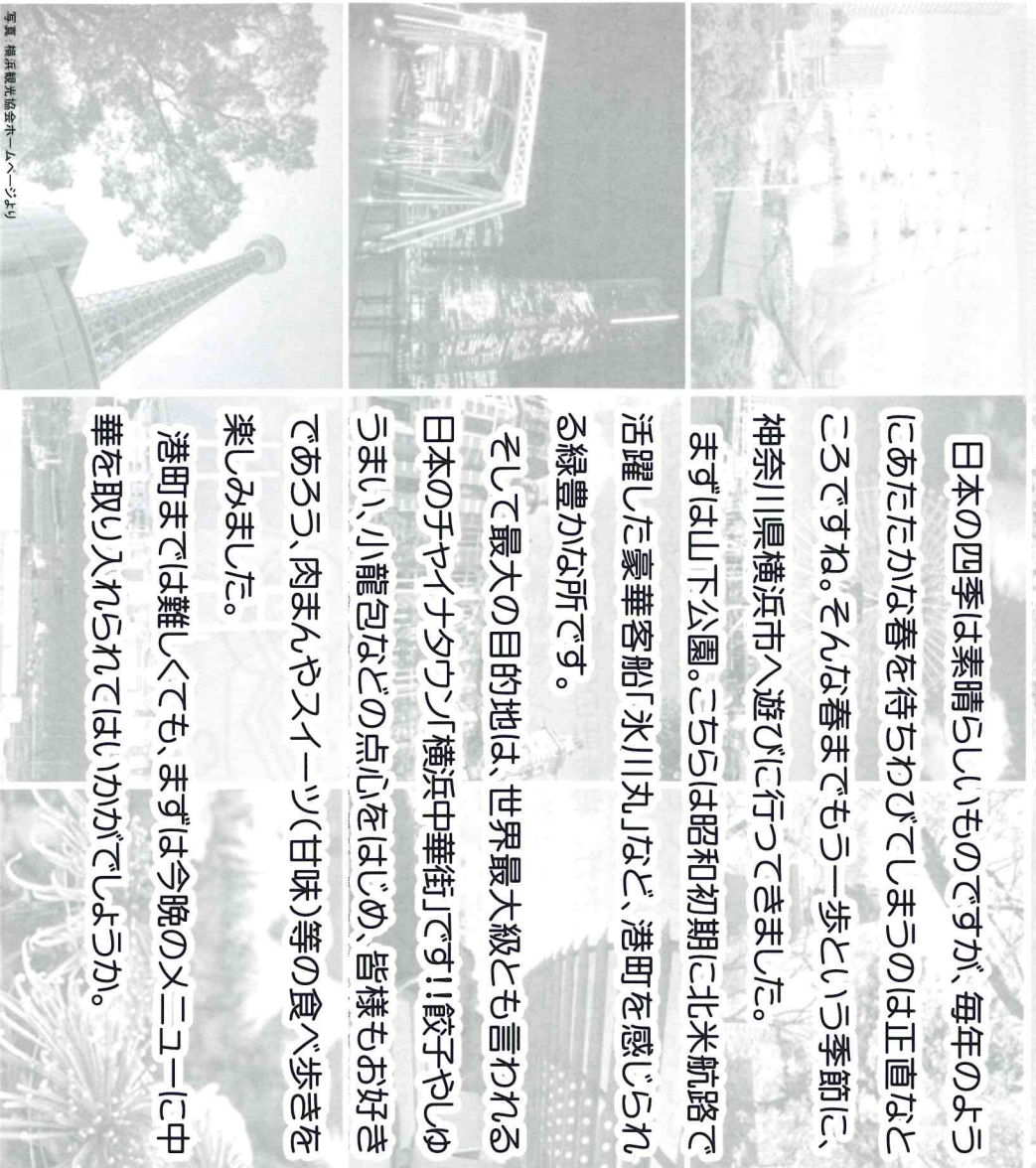


写真 横浜観光協会ホームページより

日本の四季は素晴らしいものですが、毎年のようにあたたかな春を待ちわびてしまうのは正直なところですね。そんな春までもう一歩という季節に、神奈川県横浜市へ遊びに行ってきました。

まずは山下公園。こちらは昭和初期に北米航路で活躍した豪華客船「氷川丸」など、港町を感じられる緑豊かな所です。

そして最大の目的地は、世界最大級とも言われる日本のチャイナタウン「横浜中華街」です!!餃子やしゅうまい、小籠包などの点心をはじめ、皆様もお好きであるう、肉まんやスイーツ(甘味)等の食バ歩きを楽しみました。

港町までは難しくても、まずは今晚のメニューに中華を取り入れられてはいいかがでしょうか。

こせぶぎ第66号

2013年4月1日発行

編集後記

寿



表紙の行事

極楽坊保育園児たちが来訪

今年もいよいよ春に近づき、気温も大分暖かくなってまいりました。桜の花はまだ開花していませんが蕾があちこちの枝にでき始めています。まだ桜よりも1足先に梅の花があちこちで開花してきており、春の息吹を感じさせてもらいました。

今回の季刊誌にも紹介している「ひな祭り」には私もカメラ片手に参加させてもらいました。普段はあまり食事を召し上がられない方もいつちより多く召し上がられたり、皆で一緒に歌を歌われたりされて楽しいひと時を過ごしておられました。梅寿荘のホームページのの方にその時のカラーの写真が掲載されていますのでもし良ければ見て下さいね。これから梅寿荘季刊誌をよろしく願います。

編集スタッフ：中村雄介、村上尚、今中大介、杉田和則、山口陽太、今井康順