

壽

ことぶき第71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
はーとぼーと 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@kcn.ne.jp

編集長/辻村 万希
2014年7月号



霊山寺バラ園にて

目次

レクリエーションの様子

…2p、3p、4p

消費税増税による利用料変更…5p

栄養課より…6p、7p

新人紹介…7p

おでかけ日記…8p

夏まつりのお知らせ…8p

「夏の宵」

施設長 辻村 泰範

梅雨が開けると、夏の夜空がまっています。

「♪見あげてごらん、夜の星を 小さな星を・・・」
坂本九ちゃんの歌声が聞こえてきそうですね。

夜になると満天の星空がどこのお家の庭からでも望めたのは遠い昔話になってしまいました。それでも梅寿荘の屋上に上がれば晴れた夜空に天の川や織姫星、彦星が見えることでしょう。

昔から人々は星に願いを込めたり、占いのより処にしたりと、神聖な存在として特別な思いを込めて眺めてきましたが、一方では人になぞらえて歌われることもとても多いことに気付きます。

「♪星はなんでも知っている、夕べあの娘が泣いたのも・・・」大流行したこの曲は、平尾昌晃が一九五八年（昭和三十三年）キングレコードから発売したものです。ロカビリー歌手として大活躍していた彼の甘ったるい声がお茶の間を熱狂させました。当時私は小学五年生、きつと深い意味も気にせず歌っていたのでしょう。中学や高校生の多感な年頃になってもずっと流行してましたね。

介護保険制度の大改正を含む様々な関連法改正案が国会を通りました。いろんなところで様々な議論が重ねられているようですが、私には腑に落ちないことも結構残っています。本当の狙いは何なのか、どこにあるのか。日本の社会保障制度はどこへ行くこうとしているのでしょうか。

お星様は何でも見ていらつしやるのですよね。夜空の星を見上げながら、ロマンティックな気分になったのに、つい現実に引き戻されるのです。

“レクリエーション活動の紹介”

特養には、あじさいユニット、ひまわりユニット、さざんかユニット、すいせんユニット、サルビアユニット、カトレアユニット、パンジーユニット、コスモスユニットと8つのユニットがあり、施設での全体行事の他に、ユニット毎でのレクリエーション活動が行なわれています。

それぞれ、どんなレクリエーション活動を行なっているのでしょうか？
養護のレクリエーション活動も含めて、紹介いたします。



☆カトレアユニット・サルビアユニット

私達の所属するサルビア・カトレアユニットでは、『ふれあい農園』を行なっています。家庭菜園をやりたいけれど畑がない。土を触りたい。皆で一緒に楽しみたい。などの御利用者の要望があり、7年前から、隣接するサルビアユニットのベランダをお借りして、野菜や花などを御利用者と一緒に育てています。



野菜や花などの自然との触れ合いや、人との触れ合いを目的として、『ふれあい農園』と命名されました。

今年は、御利用者と一緒に、ゴーヤや、ピーマンなど複数の野菜の苗を植えました。ゴーヤは、葉は、暑い夏の陽射しを和らげるグリーンカーテンの効果も期待でき、環境にも優しいし、実は食べられるので、一石二鳥です！

皆さんもこの機会に、家庭菜園にチャレンジしてみてもは如何ですか？

☆パンジーユニット・コスモスユニット

パンジー・コスモスユニットでは、
現在ベランダで夏野菜(トマト、ピーマン、キュウリ、ナス、大根と朝顔)育てています。

ご利用者と5月初旬に苗を土に植えるところから始め、約3週間程で現在の大きさ迄、成長しました。
野菜と花の早い成長ぶりに目を見張るばかりで、皆様で『収穫して早く食べられたらな』と毎日1日1日楽しみに観察しています。



☆すいせんユニット・さざんかユニット

ユニットのレクリエーションは、軽い体操とカラオケです。

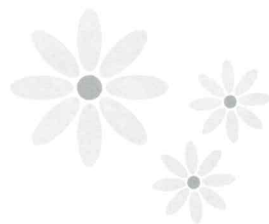
まずはじめに、車椅子の方もおられるので座ったままでも出来る体操をします。

体操をした後、グループで用意している歌詞カードを入れたファイルを配り、それを一通り歌って頂いたら、テレビカラオケでみなさん個々にマイクを握り歌われます。



たまに利用者からリクエストをされたりして一緒に楽しませてもらうこともしばしば。

カラオケが終わるとコーヒーや紅茶で一息ついて頂いています。



☆あじさいユニット

「戸外買物」梅寿荘では、毎月第2水曜日に「戸外買物」があります。大型スーパーでのお買い物です。あじさいユニットのご利用者の方も毎月参加されています。当日までに「何を買おうかな～」と楽しみに考えられ、当日はオシャレをして出かけられています。色々考えておられても、当日一緒に行かれた方のお勧めや、お店の方と話が弾み、衝動買いも見られる様です。季節の果物、お惣菜、お菓子等沢山買い物をして笑顔で帰って来られます。



☆ひまわりユニット

一年半前から継続して行っているレクリエーションはパズルです。

「あいうえお」のパズルは、最初は完成するまで2時間かかりましたが、今では15分程度で完成出来る様になりました。「継続は力なり」を実感しています。また、日本地図のパズルでは、デイでもしてたと楽しんでやっておられたり、字が小さくて見えにくいとおっしゃるご利用者には、台紙にピースの型をなぞり完成する事が出来る様になりました。かかわれる時は、童謡や絵合わせ等に取り組んでおります。



☆養護

養護では、お昼ごはんに提供される、エンドウ豆ご飯や玉子とじで使われるエンドウ豆の皮むきを皆さんに手伝ってもらっています。

ダンボール箱2箱に沢山入っている豆も皆さんで協力して剥くと、「あっ」と言う間に終わってしまいます。提供される、エンドウ豆ご飯が出ると「この前に自分が剥いた豆や」と言われ美味しいそうに完食されていました。



消費税率8%引き上げによる介護報酬改定と 利用料金の変更についてのご案内

消費税の改訂により平成26年4月1日から消費税率が8%に引き上げられております。ついては、1日当たりの単位数について変更になりました。ご利用者の方にも、自己負担の変更がございますので、御理解賜りますようお願い申し上げます。

今後とも、より良いサービスを目指し努力して参りますので、宜しくお願い致します。なお変更後の各サービスの単価、費用につきましては以下のとおりです。

ご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせ下さい。

特別養護老人ホーム梅寿荘

平成26年4月～

ユニット型介護福祉施設サービス費	〈変更前〉	介護度	〈変更後〉	自己負担金(31日の場合)
	659単位 / 日	要介護1	663単位 / 日	23,426円
	729単位 / 日	要介護2	733単位 / 日	25,675円
	802単位 / 日	要介護3	807単位 / 日	28,066円
	872単位 / 日	要介護4	877単位 / 日	30,315円
	941単位 / 日	要介護5	947単位 / 日	32,563円

* 看護体制加算、夜勤職員配置加算、日常生活継続支援加算、栄養マネジメント加算を含みます。

* 新規入所時の初期加算、療養食加算など個別に設定される加算が別にあります。

短期入所生活介護(ショートステイ)梅寿荘

平成26年4月～

〈変更前〉	介護度	〈変更後〉	自己負担金(1日あたり)
533単位 / 日	要支援1	536単位 / 日	558円
662単位 / 日	要支援2	666単位 / 日	693円
711単位 / 日	要介護1	715単位 / 日	772円
781単位 / 日	要介護2	785単位 / 日	843円
854単位 / 日	要介護3	859単位 / 日	920円
924単位 / 日	要介護4	929単位 / 日	994円
993単位 / 日	要介護5	998単位 / 日	1066円

* 要介護の方には「看護体制加算」「夜勤職員配置加算」が含まれています。

* 夜間帯(0時~7時と19時~24時)を利用しない日は介護サービス費が減額されることがあります。

* 計算方法の都合により、日数や組合せによっては、金額の1の位に差異が生じることがあります。

栄 養 課 よ り

3月に、帝塚山大学で栄養士を目指す学生さんが、実習に来られました。実習期間中には、手作りのおやつで、喫茶コーナーを開催していただきました。普段は、野菜をあまり召し上がれない御利用者も、喜んで食べて下さりました。

酒粕ババロア

(ババロア)		(いちごピューレ)	
酒粕	7g	いちご	4g
牛乳	30g	砂糖	0.4g
グラニュー糖	10g	レモン汁	0.12g
卵黄	5g	キルシュ	0.12g
生クリーム	20g		
ゼラチン	1g		
水(膨張用)	5g		
ペパーミント	1枚		

さつまいもとにんじんの蒸しパン

(蒸しパン)		(クリーム)	
さつまいも	15g	さつまいも	10g
人参	15g	砂糖	3g
ホットケーキミックス	25g	牛乳	3g
卵	10g	(メレンゲクッキー)	
牛乳	17g	卵白	1.5g
バター	2g	砂糖	0.25g
砂糖	3g		
サラダ油	4g		

ほうれん草のケーキとキャロットジャム添え

(ケーキ)		(ジャム)	
薄力粉	25g	リンゴ	4g
BP	0.8g	人参	0.8g
バター	12g	砂糖	0.5g
砂糖	17g	水	2.5g
卵	18g		
牛乳	2.5g		
ほうれん草	21g		

かぼちゃプリン

(プリン)		(キャラメル)	
かぼちゃ	20g	砂糖	4.5g
卵	20g	水	2.5g
砂糖	4.5g	さし湯	2.5g
牛乳	33.5g		
生クリーム	4.5g		
砂糖	0.3g		



藪田 好美

去年から栄養課で勤務しています。食えることが大好きで、いつもいい匂いのする厨房で働くことが出来て幸せです。仕事は、野菜を切ったり食事を運んだりなど、毎日バタバタとしていますが、優しい先輩方に囲まれ、楽しく過ごしています。けがをしないように、そして早く一人前になれるようにこれからも努力していきたいと思います。よろしくお願ひします。



喫茶 コーナー の感想

◎今回、喫茶でお菓子を提供させて頂くにあたって学ぶことは数多くありました。中でも大量調理をすることにより、試作段階では気づかなかった「作業工程の落とし穴」や、「衛生面での管理の難しさ」を自ら責任を持って学べたことは、実際に厨房を使わせて頂けたからこそ学べたのだと思います。一つ一つの作業に気を配り、衛生面に気をつける重要性を身を持って学べたことは良い学びとなりました。(白川みどり)

◎自分たちで実際にメニューを考え、現場で使われている調理器具を使い作らせてもらって提供するという一連の流れを経験できたことは、私の中でもとても貴重な経験になりました。自分たちで作ったものを御利用者がおいしそうに食べられているのを見てとてもうれしい気持ちになりました。(永原友里愛)



◎今回、喫茶のお菓子作りを通して作業計画の難しさと作業効率の大切さを痛感しました。もっと自分自身で準備できたことが多々あったのではないかと深く反省しています。しかし、御利用者が「おいしかった!」とおっしゃって下さった際は涙が出そうになる程うれしかったです。今回のことで授業と仕事現場の違いと提供して喜んでくださることの嬉しさを体感できて本当に良い経験ができました。ありがとうございました。(村上志保)

◎今回喫茶をやらせてもらって、お菓子を作るのはとても大変でした。しかし、御利用者の美味しそうに食べる姿を見ると、大変だけどまた作ろうと思えることが出来ました。貴重な体験をさせていただいて嬉しかったです。(山田茜)

実習生の皆さん、有難うございました。

続いて、夏に気をつけたい食中毒の危険性や注意点について管理栄養士の堀井さんに伺いました。

目に見えない脅威

管理栄養士 堀井 倫子

夏になると温度や湿度が上がります。食中毒の危険が高まります。食中毒の原因となる細菌やウイルスは目に見えないので細心の注意が必要です。食中毒予防の3原則として『つけない』『増やさない』『殺菌する』があります。まず『つけない』は、調理前やトイレ後、肉、魚、野菜を触った後などの手洗い、包丁、まな板は生食用と加熱用と使い分けることや、野菜用と肉、魚用のまな板、包丁、洗浄時のスポンジを分けることです。『増やさない』は、調理は手早く行うこと、冷蔵庫の過信は禁物で詰め過ぎに注意、室温に長時間放置しない等です。『殺菌する』は、調理器具の消毒殺菌で、熱湯消毒や塩素による消毒を行うこと、加熱せずに食べる食材は、流水でよく洗い、可能なものは次亜塩素酸溶液に浸し殺菌し、加熱調理するものは、中心温度75℃1分以上加熱(ノロウイルス対策の場合は85℃1分以上)でスープや味噌汁の温めなおしは、全体が75℃以上にならないければ、菌があった場合食中毒が発生するおそれがあるので、かき混ぜながら沸騰させることなどです。まずはつけないことが重要ですが、菌はあるものとして増やさないことや殺菌することを実践し、見えない脅威に立ち向かいましょう。

新スタッフ 紹介



勢登 よしゑ

はじめまして、4月からあじさい・ひまわりユニットで働かせて頂いています。介護の仕事は奥が深く人として大切な事を学ばせて頂いています。ご入居者に寄り添い気持ち良く1日を過ごして頂けるように気配りを忘れず頑張りますのでご指導よろしくお願ひします。



鍋島 孝美

改めまして。病院のワーカー、訪問看護を経て、こちらに去年の2月から働かせて頂いています。明るいスタッフと一緒に楽しく仕事させて頂いています。これからもご入居者の方々が明るく楽しくお過ごし頂ける様頑張りたいと思います。

私事ですが、昨年12月に男の子が産まれました。今年の春、夜勤明けで帰ると、奥さんと子どもがなぜかお出かけの準備をしていました。どこにいくのか尋ねると、「天気がいいから散歩がてらにはじめてのお花見」と言うので、少し足をのばせば、『京阪奈記念公園』という芝生が一面に生えていて、なんと桜が370本も植えられている公園があるので、そこまで車で行こうと言うのです。はじめは行く気が全くなかったのですが、こどもの初めての体験と言われると、私にとっても初めてで、何がおこるか楽しみなので、疲れも関係無しに、私もお出かけの準備をしていました。

駐車場に着いて、公園を歩くと天気が良すぎて、あまり外に慣れていないせいもあってか、子どもは抱っこ紐に隠れるようにしていました。顔を抱っこ紐からめくりだすと、腹いせのように近くにある紐の部分をしがみたおして服までびちゃびちゃに・・・
気がつけば、あっという間に、公園を一周していました。お花見らしいことは何も出来ませんでした。一つ思い出が増えました。



梅寿荘 『夏祭り』 !!

8月9日(土)

17:30~19:30

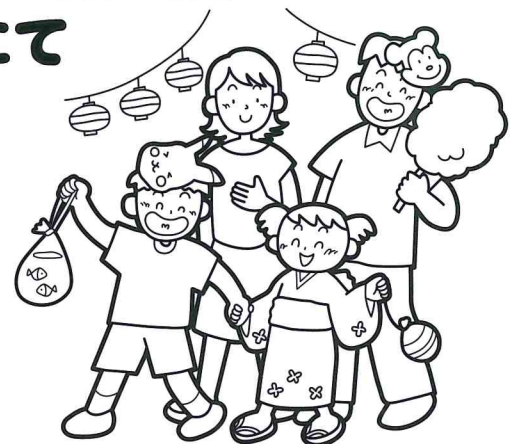
梅寿荘にて

今年も恒例となりました「夏祭り」の季節がやって参りました。暑さを忘れるほどに、ご利用者と共に楽しめるお祭りを企画しております。屋台も出店しておりますので、夏のひと時をお楽しみください!!

☆出店屋台

焼きそば、たこ焼き、フランクフルト、おにぎり、
からあげ、みかんシャーベット、飲み物
ボール入れ、ヨーヨー釣り

皆様のご来場をお待ちしております。
夏祭り実行委員会



寿

ことぶき第71号 2014年7月号

編集後記

世の中は、もう夏休み直前で、夏の旅行の計画を立てている方もいらっしゃるのではないのでしょうか? この4月から広報委員会も、新しい顔ぶれとなり、編集長をさせていただくことになりました辻村です。私自身は広報委員会2期目の活動となりました。今回の季刊紙では、消費税増税に伴う利用料金の改正について取り上げています。また、前月号のユニット目標や取り組みを受けて、各ユニットのレクレーション活動を取り上げてみました。ご利用者との楽しい日常を、この季刊紙を通して伝えられればと思います。まだまだ、力不足な編集長ですが、メンバーと協力して楽しい季刊紙作りを頑張ろうと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。

広報委員会 今井、岩田、小林(直)、東奥、亀田、辻村

