

社会福祉法人 幸

なごみの里

定期便

秋号

介護老人福祉施設 なごみの里
特別養護老人ホーム・ショートステイ
デイサービスセンター・居宅介護支援事業所
グループホーム アルモニー早瀬町

特養2F 「秋と思ひ出の樹」



～ 目次 ～

ページ1 : 表紙

ページ5・6 : グループホーム トピックス

ページ9 : 認知症コラム

ページ2・3 : 特養 トピックス

ページ7 : デイサービス トピックス

ページ10 : 医療コラムほか

ページ4 : デイサービス トピックス

ページ8 : 職員勉強会

特 養

T・O・P・I・C・S



とりの会

フロアに幾つかの出店を用意して、お祭り気分を味わって頂きました。想像以上に皆様楽しまれ大盛況でした♪定期的にこのようなミニ祭りやっけていきたいですね！！



網千高等学校 ボランティア & 龍野北高等学校実習生



網千高等学校ボランティアの方と一緒に、大津イオンまでお買い物に行きました。常に笑顔が絶えず、素敵な時間を過ごせました♪



まだまだ介護は不慣れといった様子でしたが、その姿勢は熱心かつ一生懸命で利用者の皆様も感心しておられました。私達にとっても初心に帰る良い刺激になりました。



特 養
T・O・P・I・C・

～敬老会～



祝 長 寿



なごみ最高齢102歳の矢野様です！長生きの秘訣は前向きに生きることだそうです。皆様ご長寿おめでとうございます。これからも健やかに過ごして下さい。



寿司バイキング

10月21日、例年は祭り屋台の練り合わせが行われるのですが、今年は台風の接近に伴い、雨天中止となってしまいました。皆様とても残念がっておられました。が、寿司バイキングは大変喜ばれ「おいしい！」と大好評でした♪ 来年はお天気に恵まれますように！！



デイサービス
T・O・P・I・C・S

～敬老週間～

9月27日に「るり保育園」から可愛いお客様が来てくれました。
素敵なおダンスや歌を聞いて利用者様達もほっこり笑顔に♪
デイサービスでは、9月19日から1週間を敬老週間として
利用者様にビンゴ大会を楽しんで頂きました。
景品を選ばれる皆様は真剣そのものでした！笑



今月のドライブは「カフェツアー」に行ってきました。
喫茶店では皆様好きなケーキや飲み物を注文され
色々なお話を楽しまれながら
ゆっくりとした時間を過ごす
ことが出来ました。

次回もまた様々な企画をご用意
していきたいと思います。



デイサービス

T・O・P・I・C・S

寿司バイキング

10月21日と22日は魚吹八幡神社の秋祭り！とうとう来たぜ秋祭り！！
ところが呼んでもないのにやってきた超大型台風21号。
毎年のように楽しむことが出来ず、大変残念がっておられました。
でも荒天の中、施設まで来てくれた屋台や地域の方々には感謝です！
お祭りの後のお楽しみで用意しておいた「寿司バイキング」。
美味しそうに沢山召し上がっていただきました♪



お好み焼

9月のお楽しみ昼食はお好み焼きです♪
野菜をカットするところからお手伝いをして頂きました。職員も一緒にご相伴にあずかり、利用者様からは「大勢で食べるというもより美味しい♪」と、嬉しいお声をかけて下さいました><





秋祭り

みなさん祭りは好きですか？利用者様はみな大好きです♪ド迫力の練り合わせに皆様大喜びでした！



社交ダンス

るんたった～♪
るんたった～♪
社交ダンスされたことありますか？私はありません！経験がない方も多いかと思いますが、利用者の皆様はとてもセンスが良くお上手です。最初は恥ずかしがっておられました、慣れてくるとノリノリでした♪



敬老会

皆様ご長寿おめでとございます！お幾つになっても元気で笑顔が素敵な紳士淑女な方々ばかりです。これからも末永くお元気で、楽しく過ごしましょうね！！



あるものに～'s



料理の達人！あるものにーズキッチンのお時間がやってきました。おはぎの手作りなんてお手のもの。カレーに焼きそば・お好み焼きもなんのその。
是非ご賞味あれ！！笑



いつもにぎやか アルモニー

～日常風景撮って出し



私の仕事



マルナカにて



リハビリ体操



部屋の掃除



杖つきながら



楽しいゲーム



百万ドルの笑顔



私の役割



自分で折ったよ



私のピアノで



家事は楽しい



焼きたてのパン



素晴らしい!



上手やね♪



レッツ散歩



コーヒー入れます



毎朝の日課



流し素麺



亡き主人の太鼓



眠れぬ夜の美女



抹茶いただきます



裁縫はお手の物

職員勉強会

なごみの里では、1年を通して各委員会が主体となり内部勉強会を実施しています。今回（10月度）は看護師を中心としてAED（自動体外式除細動器）を用いた心肺蘇生訓練をおこないました。ご利用者の容体が急変した場合に備えて、速やかな対応ができるように毎年繰り返し訓練をおこなっています。

AEDを用いた心肺蘇生訓練



※当施設のAEDは、1階事務所前に設置しています。

リスクマネジメント (危険予知トレーニング)

特養（2階、3階）、デイサービス、グループホームの日常に潜んでいる危険なところを、撮影した動画を見ながらグループワークを行いました。日頃では目に留まらないようなところにも危険が隠れていることを、今回の勉強会を通じて再確認できました。



認知症を予防しよう!!

■認知症になりにくい生活習慣を行う為に。

- ☆「野菜」「果物」「青魚」をよく食べポリフェノールをしっかり摂ろう！
(ポリフェノールが多い食べ物…ソルダム(スモモ)・ブルーン・甲州ぶどう等)
週3日以上運動を行い、30分程度の昼寝をしましょう。
(ウォーキングやジョギング等の有酸素運動やヨガも効果的です。)



- ☆人とよく話し文章を書いたり読書を行ったりゲームをする等の楽しみを見つけ計画を立てるようにしましょう。

- ☆効率の良い買い物をし新しいメニューを何品か同時に作る。



普段から少し気をつけることで認知症予防につながります。

～認知症予防教室の案内～

■第1回 脳トレ・コグニサイズ・落語



・まずは認知症チェック！



・次は準備体操をして～

予防教室ってどんなことをするの??



脳と身体を一緒に動かして脳を活性化!!

ああ～～(汗)
ムスかしい……。



・コグニサイズで更に難易度UP!



・次は脳トレ!



・落語。
笑うことは脳にいいんです。

是非お越しください!!

今回の認知症予防教室
日時：11月15日(水)
13時～
場所：南大津公民館
一輪会/田中先生の講演があります。

インフルエンザ・症状と予防



毎年、**猛威をふるうインフルエンザ**、利用者様も職員も注意しなければなりません！ここで症状と施設での予防の取り組みをご紹介します。

感染経路...

(飛沫感染) インフルエンザに感染している人の咳やくしゃみ、会話の時に空気中に拡散されたウイルスを、鼻腔や気管など気道に吸入することで感染します。

(接触感染) シーツやドアノブなど環境面に付着したウイルスへの接触などにより感染します。

症状 ... 高熱・頭痛・関節痛・筋肉痛・咳・筋肉痛・喉の痛み・鼻水・強い倦怠感があり、感染後1日～2日の潜伏期間をへて発症します。



～予防しましょう～



手洗い・アルコール消毒・うがい・口腔ケア・マスクの励行等。



なごみの里では...職員はもちろん出退勤時、援助の後にも手洗いうがいを徹底しています。

※高齢者は重症化する可能性が高くなるといわれています。高熱の為、脱水に陥りやすく、また肺炎をおこしやすいのが特徴です。



～編集後記～

なごみの里玄関に、大輪の菊花が飾られています。以前入居されていた方のご家族である三輪様が丹精込めて育てられた菊を、毎年展示させていただいています。皆様、施設にお立ち寄りの際はぜひご覧ください。

～ 感謝 ～

平成29年8月～10月になごみの里に来て下さったボランティアの皆様ありがとうございます。

- ・好古学園の皆様(園芸/習字/囲碁クラブ) ・花の店たんぽぽ様 ・北川様
- ・河野敏道様 ・塩田允子様 ・中原様 ・なかよしクラブの皆様 ・網干高校の皆様
- ・るり保育園の皆様 ・田中孝史様 ・富永様 ・三輪末男様 (順不同)

季刊誌に掲載された写真は、当施設にデータ保存しております。プリントアウトをご希望の方は、なごみの里事務受付へ直接お申し付け下さい。なお、ご本人・ご家族様以外への提供はできませんので、ご了承ください。

<編集発行> なごみの里 編集委員会 (井本・神谷・矢吹・山田・後藤・宮浦)

TEL : 079-274-7530 FAX : 079-274-7531

ホームページ : <http://sachi-himeji.com/>