

# 今年はじめの行事紹介

1月1日の食事風景から。この日の昼食は皆さんにおせち料理がふるまわれました。豪華なお重の中身に皆さんいつもより箸が進んでいたようです。



# 初詣に行ってきました



毎年恒例の船引神社への初詣。"今年も健康に過ごせますように！！"と、お願いしてきました。

## 社長による職員紹介

今回はケアタウン飛鳥の介護職、押川和枝さんの紹介です。化粧品会社で永年勤務されたが、H22年に高齢者の充実した人生を送る為の手助けがしたい！！と一念発起。ヘルパー2級の資格を取得し当社へ入社、7年目に突入している。H27年には介護福祉士も取得。とにかく元気でフットワークが軽い！！利用者様を常に自分の家族と思い接しているという彼女、優しく、時には厳しく・・・そこには愛が溢れている。そんな押川さんの楽しみは県外に住むお孫さんの運動会や発表会に出掛けることだ。3人のお子さんに5人のお孫さんが押川さんの元気の源であろう！！



有限会社 聖  
社是  
「利他の心」



2017年  
2月号

## 救急車を呼ぶということ

あるドクターからのつぶやきから引用しています。

「昨日また救急車で運ばれた」と、どこか自慢げに話す患者さんがいます。「運ばれた」のではなく、「自分で電話して運ぶように頼んだ」はずですが・・・この患者さんは、何度も何度も、救急車で「運ばれて」います。

また「救急車でいったのに入院もさせてくれなかった」という台詞もよく耳にします。医者の方から言うと、歩いて来ようが、救急車で来ようが、入院の是非とは何の関係もありません。

タクシー代わりに救急車を呼ぶ人が、現実におられます。「こんなことをしては、いつか救急車が有料になるかもしれませんよ」と。

救急車はありがたいものですが、使い方を間違えると大変です。老衰の方のご家族から、「餅を喉に詰まらせて息をしていない」と電話がありました。私が駆けつけて蘇生処置をすることも10分はかかるので、まず助からないでしょう。「救急車を呼ぶということは、蘇生・延命処置を依頼することですが、呼びますか？」ご家族は、呼ぶことを選択されました。

救急病院の救急医から私に、再確認の電話が入りました。「100歳に近いひとに本当に延命処置をしるというのですね」と。私は、「家族がそれを望んでいますから」と答えました。数日後、ご家族から電話が入りました。「人工呼吸器を外して欲しい。救急車を呼んだことを後悔している」と。私は、「あなたが選んだ道ですから、よく、病院主治医と相談してください」と。普段から、このような場面を想定して「救急車を呼ばない」約束をしていました。ところが、いざとなると、慌ててしまい、「救急車を呼ぶ」方を選択されました。人間の気持ちは常に揺れるもので、我々はその揺らぎにどこまでも寄り添う立場です。在宅療養を続けておられるご家族には、普段から考えてほしいことは、これです。イザという時、救急車を呼ぶのか、呼ばないのか。

そして「呼ぶ」という選択は「あらゆる延命処置を希望する」という意思表示であることを。(明日は、救急車が来てからのこと、です)

これを読まれてどう思われたでしょうか？

私たちは利用者様の命をお預かりしている以上、ご本人・ご家族と延命に関して定期的に意思確認を行わせて頂いております。しかし、いざとなると人の気持ちは揺らぎます。しかし、それは人として当たり前のことだと思います。大切な家族ですから・・・ご家族の気持ちを汲み取り、素直な気持ちを表して下さるような関係づくりを更に目指していかなければと思う。

## 有限会社 聖

- 住宅型有料老人ホーム ケアタウン飛鳥
- 住宅型有料老人ホーム ケアホームさくら荘
- デイサービス 陽だまり(通所介護)
- ケアセンター さくら (訪問介護)
- ケアサポートセンター ひじり (居宅介護)
- 訪問看護ステーション 翔 (訪問看護)

## ケアセンターさくら便り

今回は若さを保つ秘訣を紹介します。といっても大したことはないのですが、、、高齢者は個人差はありますが、年々ADL(日常生活動作)や免疫力などが低下してしまいます。日頃から何かのサークル活動をしたり、役を引き受けたりなど他者と関わり、楽しみを持つことが健康と長寿につながると思います。

\*ADL=食事・更衣・移動・排泄・整容・入浴など生活を営む上で不可欠な基本的行動を指す。

### お洒落なシティ感覚 ケアタウン 飛鳥

## 聖座太鼓演奏会



1月3日、飛桜祭で有名な太鼓チーム聖座が今回初の試みで定期演奏会を行いました。ぶち合わせ太鼓と三宅太鼓を演奏し、勇ましい姿に利用者の皆様拍手喝采でした。演奏後、日本で有名な歌手コブクロのモノマネユニットが登場。代表曲、桜を熱唱し曲の途中で涙する一幕も……。さらに飛鳥の長渕剛も登場し、とんぼや巡恋歌など披露しとても盛り上がりました。

## 誕生日会



1月の誕生日会を行いました。今回の誕生日者はなんと11名もいました。イベントではビンゴゲームを行い、豪華な景品を目指して一生懸命に数字を揃えていました。すると「ビンゴ!」と続々と利用者の方が出てきて素敵な景品をゲット!! 景品の中には洋服やブランケット、ピンクの可愛い下着がありました。誕生日者のFさんは「皆さんに祝って頂けてとても嬉しいです。ビンゴゲームでも素敵な景品を頂けて幸せです。」と話されていました。

## 訪問看護からのお知らせ

急に寒くなり、インフルエンザに罹られた方もちらほら聞かれますが、この前某テレビ番組でインフルエンザの最新予防法が紹介されていたので、見られた方もいらっしゃるかもしれませんが、紹介させて頂きたいと思えます。3つの最新予防法なんですが、①まいたけ②歯磨き③あいうべ体操だそうです。①のまいたけ最新研究でインフルエンザウイルスに効果を示した事から、鍋などにいれて食べるもよし! かもです。②毎日歯磨きをするとは、当たり前の事なのですが、口腔内が汚いとウイルスをよせつけて感染しやすいらしいです。歯磨きをする事で、インフルエンザが十分の一になると実験結果もあるようです。③あいうべ体操に関しては、口呼吸ではなく鼻呼吸をするための体操です。なぜ鼻呼吸がいいかというと、口呼吸をするよりも鼻呼吸をする方がウイルスが直接入りにくく、吸う空気が温められるため感染しにくいようです。ちなみに、口呼吸の原因となる1つの理由は口周りの筋肉の弱さ。口周りの筋肉を鍛えるのが、あいうべ体操です。あいうべ体操は簡単に出来るので紹介しますね。「あー」と口を大きく開ける 「いー」と口を横に思い切って広げる 「うー」とひょっとこのように口を突き出す 「べー」と舌を前に出す。という方法を毎日30回行うと1週間でも口呼吸から鼻呼吸へ変わったという実験もありました。自宅でも簡単に行う事ができるので、是非してみてくださいね(\*^▽^\*)

## 初詣



車から降りるのが難くなるような冷たい風が吹き抜ける中、今年も、一葉稲荷神社に初詣に行ってきました。皆さん、真剣な面持ちでお参りされていたので、何を頼まれたのか伺うと、「家族が皆健康でありますように…とお祈りしたとよ。」との事。凍てつく体も心からジワ〜と温まってきたところでしたが、皆さんはお参りよりも出店が気になるご様子で、足早に出店に向かっていかれました。お守りやおみくじ、飴など、正月ならではの雰囲気を楽しみながら出店を見てまわっておられました。

## おやつ作り



今月のおやつ作りは、「バレンタインデーチョコレート」チョコレート一つ一つを取り出す地道な作業から始まり、ボールに入れ溶かしたチョコレートを、甘い香りの誘惑と闘いながら一生懸命混ぜていました。男性利用者様もチョコレートがお好きな方が多く、出来上がったチョコレートを一つ一つ大事に食べておられました。お味の方は、もちろん「最高〜!!」とのことでした。



## ケアサポートセンターひじりからの介護保険便り

平成28年度から、介護支援専門員になるための試験に合格した方たちは実習に各事業所に行くことになりました。そして、ケアサポートセンターひじりも実習生を受け入れることになりました。そこで、2月20・22・24日、3月9日に実習生がきます。実習内容に関しては、一緒に利用者様の自宅を訪問し現在の体や精神状態を確認したり、担当者会議に参加したりと一連の流れを経験していただくこととなります。基本的には、実習協力についてお願いし承諾して頂いた方のご自宅に伺います。また、来年以降も受け入れることになりましたので協力をお願いすることになるかもしれません。そのときにはよろしくご依頼致します。