

さくら荘 新春企画 福笑い&書初め

福笑い



書初め

どう？ 似てるかしら？？ 笑。



年始めに思い思いの言葉をしたためておられました。1月4日には船引神社に初詣に行き、今年一年間の健康と豊かな生活を願ってお参りしてきました！！皆様、今年もケアホームさくら荘をどうぞよろしくお願いいたします！！

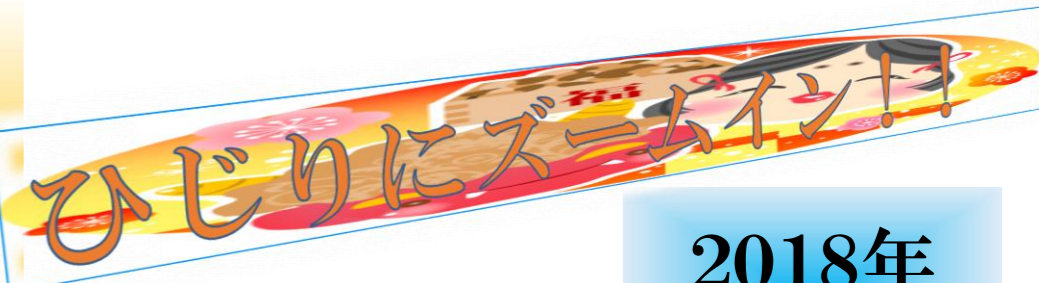
社長による職員紹介

今回はケアサポートセンターひじり所属の長嶋理代ケアマネージャーのご紹介です。元々看護師として病棟や訪問看護師としての長年の経験の中でケアマネジメントの重要性を感じ、H20年にケアマネ資格を取得。旦那様の定年退職によるUターンでH25年に宮崎へ帰郷。H28年に当社へ入社された。現在、25名程の利用者様を担当しているが、国が求めるケアマネジメントが年々幅広くなってきているという。そんな中でもそれぞれの利用者様に向き合い、臨機応変に対応できるケアマネを目指して日々奮闘している。そんな長嶋さんの休日は旦那様と行く温泉日帰り旅行が定番のようだ。そして一番の楽しみはお酒！！笑。お酒に合わせて料理を考えるくらいのこだわり様で、毎日、旦那様との晩酌が日課となっている。何事にも真剣に取り組む長嶋さん、息抜きをしながら今後も地域に根ざしたケアマネを目指して活躍していただきたい。

長嶋 理代



社是 「利他の心」



2018年 2月号

健康寿命と平均寿命について

宮崎県（平成22年）

	健康寿命	平均寿命
男性	71.06歳	79.70歳
女性	74.62歳	86.61歳

健康寿命とは、健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。「ただただ長く生きれば幸せ」とかというそうではないですね。できる限り『健康』で、長生きしたいというのが、皆さんの願いだと思います。

平均寿命とは、難しいですね。定義としては、「平均寿命」は亡くなった人の平均年齢ではなく、その年の死亡率がそのまま変わらないと仮定した上で、その年に生まれた子どもがその後何年生きるか推計したものが「平均寿命」。なので、今回の場合は平成22年に生まれた赤ちゃんが今の死亡状況が変わらなければ、平均的に生きられるであろう年齢で、「平成22年に亡くなった人の平均年齢」ではないということです。

ややこしいことはさておき、簡単に健康寿命と平均寿命の差を見ていただくと、男性で8.64年の期間、女性は11.99年の期間は健康ではないとされています。だいたい、この期間が介護保険を使うことになる期間になると思います。この期間を長いと思うか短いと思うかは、関わる人達によって随分と変わってくると思います。有限会社聖としては、この期間を少しでも有意義な期間にしていただければと試行錯誤しています。



1月某日、とある居酒屋で有限会社 聖の女性メンバーで結成されたその名も「J・J会」の夜会が開かれた。男性よりも女性の方が長生きです。なぜ長生きするかご存知ですか？そう！！よく喋るからです！！本当ですよ！！笑。健康寿命を延ばすべく大いにお喋りし、盛り上がったようです・・・！！
*J・Jの意味は当社女性スタッフに遠慮なくお尋ねください。笑。

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)
- 訪問看護ステーション翔 (訪問看護)
- ケアサポートセンターひじり (居宅介護)
- ケアセンターさくら (訪問介護)

ケアセンターさくら便り

2ヶ月に1度、会社全体での合同ミーティングを行い研修者より研修報告を受けています。各個人に合わせたレベルアップが出来るものを受講して頂いていましたが、社長よりオムツ委員会、環境整備委員会、レク委員会の所属に合わせた研修がいいのではないかと意見を頂きましたので本年度は委員会に合わせた物、レベルアップできる物とで検討していきたいと思っております。職員の成長、業務の効率アップと共にケアタウン飛鳥、さくら荘も成長できればと思います。

お洒落なシティ感覚 ケアタウン飛鳥

1月5日書初めをしました(°Д°)!

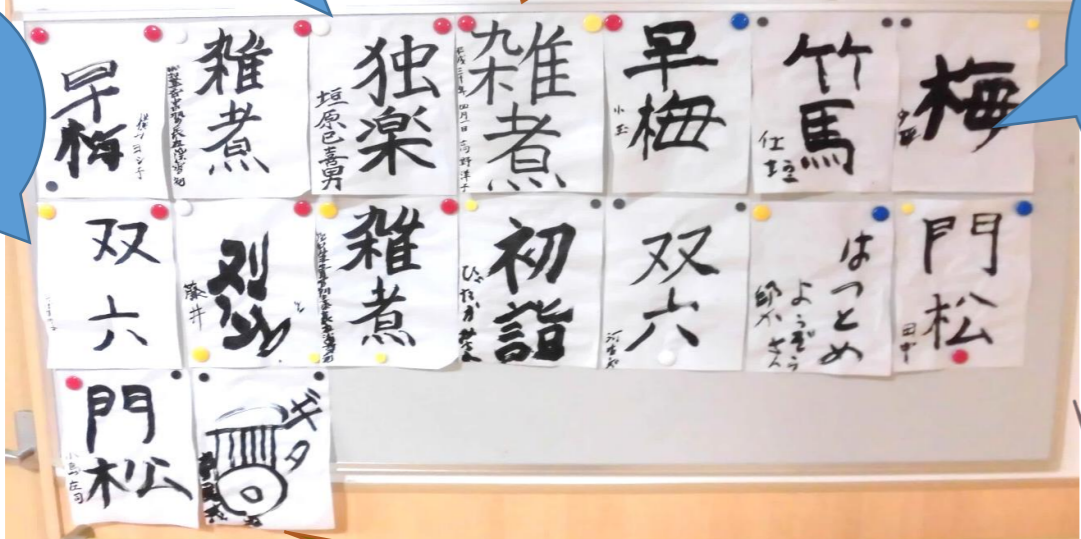
昔は独楽で良く遊んだな〜...

お餅がたくさん入った雑煮を食べたい!!

あの頃の懐かしい思い出...

ご飯には梅が一番!!

皆で集まって楽しんだ双六...



私にギターは欠かせない!!

😊 皆様それぞれの思いを胸に熱心に書かれておりました 😊



今年一年、皆様にとって良き一年になりますよう、職員一同、精一杯お手伝いさせていただきますのでよろしくお願い致します。



訪問看護ステーション翔からのお知らせ

Q: 看護師さんが、訪問時に注意している点は何でしょうか?

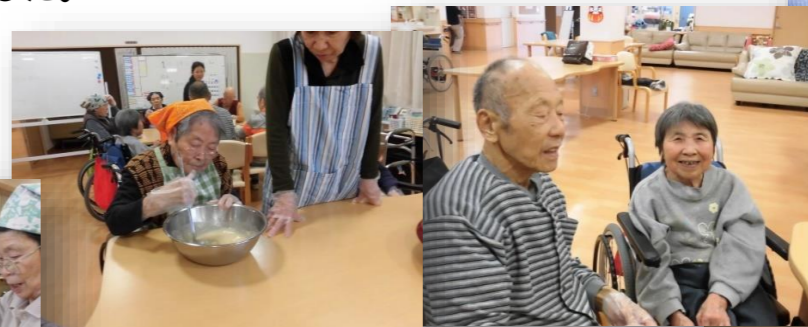
A: 私たちは、施設の利用者様以外に自宅にも訪問しているので、全身状態の観察はもちろんですが、利用者様を看られているご家族の方の健康状態や精神的なケア、また在宅で長く看られる様な環境作りも訪問時に行っています。施設では、問題となっていることへのアドバイスも行っています。

初詣



一ツ葉稲荷神社へ初詣に行ってきました。風が強く、とても寒い日でしたが、神社の出店を見たら「何か買わないと!!」と、寒さも忘れ食い入るように見ておられました。皆さんに「何を願いましたか?」と尋ねると、笑顔で「家族の健康やね」と言われ、とても暖かい気持ちになった一日でした。

おやつ作り



今回のおやつ作りは、『お好み焼き』いつもですが、おやつ作りの時は、皆さんとても真剣。さすが元主婦です。もちろん、とても美味しいお好み焼きが出来上がりました。ただ・・・「小さくてぜんぜん足りんが」との声があちこちから聞こえていました。

干支壁画



今年も干支の壁画を展示しています。

昨年の10月位から皆でコツコツと壁画作りに取り組んできました。はな紙を一つ一つ丸めるといふ気の遠くなる地道な作業を皆で行い、陽だまりの相談員『S・Nさん』が心を込めて書き上げた下書きにそって皆さんにはな紙を貼って頂きました。

エレベーター横の廊下の突き当たりに貼ってありますので、ケアタウン飛鳥に来られた時は、是非ご覧ください。

ケアサポートセンターひじりからの介護保険便り

年末の行事として、餅つきをするデイサービスが、いくつもあります。あるデイサービスで、ついた餅は直接ご本人たちには食べなくて、持ち帰りでお渡しされました。ただ独居の方は何かあったら大変との事で、お渡しされなかったのですが、その現場をみられた利用者が、大変立腹された話を聞きました。どのように対応したらいいのでしょうか。

1年の中で、窒息による65歳以上で1月の窒息による死亡者が多い。(毎年1300人以上)1月という季節だけ増えることと、この東京消防庁のデータからもおもちによる窒息が増えている。お餅がのどに詰まる→呼吸できなくなる→数十秒で意識がなくなる→脳へのダメージ→心臓が止まる→死亡につながっている。なぜ65以上になるとなぜお餅を詰まらせやすくなるのかは、「ものを飲み込む」機能が低下するからだと言えます。一般的に年齢が上がるごとにその機能が弱ってきます。

おもちを詰まらせないようにするには、①人と一緒にのどだけ食べる。②小さく切ってから食べる。③急がず、ゆっくりと噛んでから飲み込むなどの工夫をして食べましょう。