



函南・ぶなの森通信

9月号



～目次～

- ・3階セミパブ 夏仕様
- ・デイサービス 夏祭り
- ・医務より



- ・入居者様の作品
- ・サービスのご案内
- ・編集後記



～3階セミパブ 夏仕様～

今年はコロナウィルス感染予防の為、外出も控え更には来所再開予定していたボランティアの受け入れも始まる前に見送りになってしまい、入居者様には季節を感じる機会が少なくなっている為、少し物足りなさを感じているかと思えます。

そんな時に、中庭の手入れでたくさんのソテツの葉を切る機会があり、何かソテツの葉の有効利用が出来ないかと考え、夏らしい装飾にしてみました。



ソテツの葉を茶色っぽい色をした花瓶に飾りつけヤシの木に見立て、ビーチボールや浮き輪、麦わら帽子などで夏(ハワイ?)の雰囲気を出しています。

折角の夏らしい雰囲気なので、この場所できき氷を食べたり、西瓜を食べたりと夏らしいイベントを開催し、夏を満喫していただけたらと思います。 各ユニットが趣向を凝らして何か楽しい企画を計画して頂ける事を期待しています。

↑ 去年のスイカ割り大会の様子

～デイサービス 夏祭り～

8月7日、デイサービスで夏祭りが行われました。昼食も、夏祭りを意識した昼食で、フランクフルトやたこ焼き、焼きそばをメインとし、他にも豚汁や俵おにぎりなど多様な種類の食事をバイキング形式で選ぶことができます。

利用者の皆様は、職員と共に順番に食事を選びに席を離れましたが、ソースの美味しそうな匂いに早く食べたいと、順番を待っているのがもどかしいくらいにソワソワしていました。

確かに、様子を見ながら利用者様の写真を撮っていた私も、美味しそうな匂いに一緒に食べたくなりました。



午後の夏祭りイベントは、金魚すくいならぬ金魚釣りを行いました。磁石のついた釣り竿で1分間でどれだけの金魚を釣れるのか点数を競いました。皆さんとてもたくさんの金魚を釣っていて手伝いする職員も必死でした。

金魚釣りの参加賞は職員の手作りで、皆さんとても喜ばれていました。



～医務より～ 便秘症

便秘は病気です。「糞便を十分量かつ快適に排泄できない状態」で生活に支障があれば、治療するのが望ましいとされている。便秘に悩む人は多く、女性は22人に、男性は40人に1人。女性は若いうちから多く、高齢になると男女ともに増えます。

まず、食生活やトイレの行き方を変えていく事を提案します。野菜やフルーツで食物繊維を積極的にとる。発酵食品の納豆やみそ汁をとったり、朝の決まった時間にトイレに行く事や直腸から肛門までまっすぐにして便を出しやすくするよう、前かがみに座る事も大切です。

ストレスも関係しており、おなかの張りや残便感など「毎日出ない」と考えることでまたストレスになる為、ある程度あきらめるのがポイントです。マッサージ効果を期待するのも良いかもしれませんが、肋骨の下と腰の上をギュッとつかみ、腸のつまりやすい部分に刺激を与え、肛門をしめながら腰をゆっくり回す。仰向けになりおへそから指3本離れた左右の場所を押すのもよいです。

改善しなければ薬を使う事も検討しましょう。便を軟らかくする酸化マグネシウムは以前から使われてきました。腸の動きを刺激する下剤も有効だが、本来の腸の動きが弱まるので注意が必要です。次第に薬の量が増え、使用しないと排便できなくなることもあるようです。

便秘を病気と思っている人は少なく、恥ずかしいから言えない人もいます。生活の質が落ちるので早めに医療機関への受診をお勧めします。



～入居者様の作品～



入居者様の素敵な作品を作りました。3姉妹のお人形です。顔から身体、人形の下に引いてある敷物まで、全てが手作りで、毛糸で編んであります。

お顔は入居者様が心を込めて書き上げ、作り手の優しさが伝わるほっこりとした顔つきとなっています。作品を作り上げた入居者様はなんと、95歳になります。

編み物を編むとなると目が疲れたり網目を数えたりと、とても大変な作業だと思います。しかし、ご本人は少し色が地味だったと、また新しい作品作りに意欲を高めています。



作品は、正面玄関に飾られてあり、他の利用者様の作品も飾られています。機会がありましたら是非、足を運んでいただき皆様に見ていただきたいと思っています。

～サービスのご案内～

(令和2年8月20日現在)

特養(入居)	定員80名入居。現在待機者18名(介護3以上で、すぐ入居希望の方)。
担当:今井・茅原	入居のご相談、施設見学などお気軽にお問い合わせください。 Tel:055-970-1127
ショートステイ	短期滞在型、宿泊介護サービス。完全個室で10部屋のご用意がございます。2ヵ月前よりご予約受付しております。要支援の方も利用可能です。 Tel:055-970-1127
デイサービス	利用定員40名。様々なニーズに対応できる職員体制と環境の中で多種多様な活動を行い、常に利用者様の自己表現を目指したサポートをする事を心掛けています。 Tel:055-970-1627
ケアプラザ	ケアマネージャー5名が迅速・丁寧に対応させていただきます。 Tel:055-970-2327
担当:鈴木	"その人らしい人生"を共に考えていきましょう。
訪問介護センター	ヘルパーは6名体制で行っています。ご利用者様の気持ちに寄り添った介護を行える様に頑張っております。私達と一緒に仕事をしませんか? Tel:055-970-1727
担当:佐藤	

～編集後記～ 8月6日は75回目の広島原爆の日で、9月号の原稿を書き上げている時でした。被爆者の平均年齢は83歳を超えているとの事。私達はそんな激動の世の中を生きてきた方々に支えられながら暮らしていると思っています。この地域の方々は被爆された方は少ないと思いますが、戦中の話を伺い平和への意識の風化を改めて考え直したいと思います。～野秋



発行日 令和2年9月1日 ホームページはこちら →
 発行者 社会福祉法人 函要会 函南・ぶなの森
 〒419-0114 静岡県田方郡函南町仁田 284-5 ☎055-970-1127

