

城西いきいき応援隊

冬号 医療法人慈恵会広報誌 NO. 16

平成23年1月15日発行



< 平成23年初詣の風景 護国神社にて >

新年のごあいさつ

医療法人慈恵会 理事長 土橋 苑子

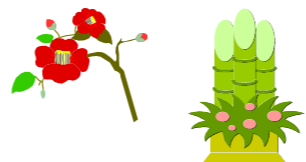


新年あけまして おめでとうございます

皆様におかれましては、ご家族ともども健やかに初春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

今年は、三月に九州新幹線の開通が実現され、私たちの住んでいる西田町も より一層にぎやかなるだろうと楽しみにしております。

西田校区内の町内会をはじめ、いろいろな団体がすべての人と協力し、誰もが安心して暮らせる街作りを推進しようとしております。そこで 高齢者の方と向き合うとき 思うことは、その方々の生きてこられた道のりは、みんな同じではないのです。今まで懸命に生きてこられたであろうその方だけの歴史に真剣に向き合い 寄り添う努力が必要だと思っております。人生の先輩として尊敬をし、また いたわりの心をもって接することが、信頼関係を築くことにつながり、笑いの絶えない時間を共有することができます。高齢者の方々の健やかな日々を祈りつつ、若い世代の方々の活躍を期待しております。本年も よろしくお願い致します。



行事報告



よいしょ!

ポピー園のかわいい踊り子さん達♪

もちつき大会(老健)*

12/28に毎年恒例の餅つき大会を行いました。餅つきをする事で、餅が長く、長く伸びるように、いつまでも長生きできると言われています。これからも長生きして素敵な笑顔を見せてくださいね。今年も皆様がよい年でありますように。



初詣(デイケア)*

1月7、8、10日に護国神社まで初詣に行ってきました。今年も健康でよいことがありますようにとお参りをしました。きっとみなさんの想いは神様へ届くことなのでしょう。



今年もよい年でありますように...

今年の「顔」 年男・年女です~新年の抱負~

<名前>瀬戸口 キサ様96歳
ご利用者様
<趣味>テレビ鑑賞(時代劇)
<一言>これからも健康に頑張ります♪



<名前>梶 ミル子様84歳
ご利用者様
<趣味>夫婦で家庭菜園
<一言>畑にできる野菜が楽しみです!



<名前>西 晃平さん24歳
通所リハビリ勤務
<趣味>サッカー・フットサル
<一言>仕事と趣味を両立して楽しい一年にしたいです!!!



<名前>久保 弘子さん 48歳
ヘルパーステーション城西勤務
<趣味>子供と映画鑑賞♪
<一言>笑顔をやさず、今年も元気に頑張ります!!!



MEMO ノロウイルス対策

「ノロウイルス」が主な原因とみられる感染性胃腸炎が 今年も流行のきざしをみせています。感染すると、嘔吐や下痢、腹痛などを起こし、発熱することもあります。通常は3日程度で症状が治りますが、幼児や高齢者が感染した場合は重症になる場合もあります。感染の原因は、魚介類などの食品の加熱が、不十分だったり、ウイルスに感染した人の「便」や「嘔吐物」に接触し、その後の手洗いや取り扱いが不十分だった場合などが考えられます。予防は、何より「手洗い」です。帰宅時や調理の前や食事の前、トイレの後に手洗いを徹底しましょう。石けんやハンドソープは、汚れを落とし、ウイルスを手指からはがれやすくする効果があります。また調理器具の清潔と、貝類などの加熱をしっかりと行いましょう。感染した場合は、脱水予防のために水分を十分に摂りましょう。排泄物の処理は、マスクや手袋を着用して、汚れを拭き取ったぞうきんなどはビニール袋で密閉してから捨てましょう。消毒はハイターなどの塩素系消毒剤が効果的です。汚れが付いた洗濯物は、わけて、水洗いしてから塩素系消毒剤につけましょう。

老健受付 深渡瀬

「老健」とある日
新年明けましておめでとございます。寒さ厳しかった年末年始、鹿児島ではめずらしい大雪となりました。皆様はいかががお過ごしだったでしょうか。
受付では、年末の大掃除をへて、しめ縄や鏡もちを飾り正月を迎える準備万端。年明け、晴着姿でご面会へと来所して下さるご家族様の姿をお見かけし、これぞ日本のお正月としみじみ感じながら新年スタート致しました。本年も「一期一会」皆様との素敵な出会いを大切に、来所して下さいますことを楽しみにお待ちしております。



慈恵会つれづれ日記



**** 慈恵会 事業所紹介 ****

デイサービス: ケアガーデン西田 250-2545: 担当 池澤



ケアガーデン西田は、こじんまりとしたあたたかい施設です。朝の血圧測定や体温測定など健康チェックを行っており、皆様の好みや体調に合わせて、栄養士の管理のもと美味しいお食事をご準備致します。

他者との出会い、外出、レクリエーション等を通じて生き甲斐や、楽しみの発見、そんな様々な喜びをサポートして心から笑える力になります。

ぜひ見学にいらしてくださいね。

おはら祭りに参加しました。元氣な職員がお待ちしております！



介護職員基礎研修講座(県委託) 258-9180: 担当 鳥越

「資格を取って就職したい」・・・を応援します！！

実習風景です



講師の方々の講義は、わかりやすく丁寧で、受講生も和氣あいあい頑張っています。

座学や実習は初めてで学ぶことばかりで大変ですが、自分が成長していることを確認できて楽しいです。

「介護職員基礎研修講座」とは、介護職としては、鹿児島県認可の上位資格講座で、6ヶ月間、400時間の講義・300時間の実習を受講し、資格取得後、第一線で介護職として就労できます。

当法人は、平成11年から、「ヘルパー2級」「難病ヘルパー」

「ガイドヘルパー」養成講座を行っていますが、

新たに平成22年度から、県の委託を受けて

「介護職員基礎研修講座」を開講しました。今年度は

昨年9月に講義が始まり、2月の資格取得修了をめざし、

20～50歳代の年齢層の個性豊かな30名の受講生の

方々が、それぞれの目標にむかって、日々奮闘されています。

豆知識

**** 医療費控除について ****

市県民税の課税世帯の場合、前年1年間(1/1～12/31)に支払った医療費の自己負担額の総額が、10万円を超えた場合か、または世帯合算の合計所得金額の5%を超えた場合(どちらか少ない方)医療費控除(税の還付)が受けられます。

医療費控除の対象となるもの・・・すべて領収書(日付・用途が明記されている)が必要です

- ① 医師・歯科医師による診療や治療費・薬代(医療保険対象分)
- ② 病院・診療所等の入院費
- ③ 治療のためのあんま、はり、きゅう、指圧などの施術費
- ④ 通院のための交通費(バス・タクシーなど)・入院中の部屋代や食事代・医師が必要と認めた医療用器具の購入代やレンタル代
- ⑤ 義肢・松葉杖・補聴器・義歯等の購入費・ストマ(人工肛門・膀胱)の装具代
- ⑥ 6ヶ月以上寝たきりで医師が必要と認めた人のオムツ代(医師が発行する「オムツ証明書」が必要・・・各医療機関でご相談下さい。2回目以降は介護保険課でオムツ証明が発行されます)
- ⑦ 介護保険サービスの利用料・・・詳しくは担当のケアマネジャーか、市介護保険課(216-1280)にお問い合わせください。(在宅サービス・施設サービスそれぞれに対象となるもの、ならないものがあります)

**** からだいきいき健康レシピ ** 寒さ対策 ****



＜ソーセージと野菜のポトフ＞・・・作り方(約4人分)

＜材料＞

キャベツ 400g(約1/3個)、ジャガイモ3個、タマネギ1個、ブロッコリー1/2個、ウィンナーソーセージ8本、水4カップ、コンソメ2個、粒マスタード適量、塩こしょう少々

＜作り方＞

1. キャベツは大きめの角切り。ジャガイモは皮をむき半分に切る。タマネギはくし型切り、ブロッコリーは小房に分ける。
2. 鍋に水、コンソメ、1の材料を入れ煮たってから15分煮る。(ブロッコリー以外)
3. ソーセージ、1のブロッコリーを加えて5分煮る。
4. 器に盛り、粒入りマスタードを添える。

♪秋ひで、牛肉や豚肉の肉類と大きく煮くきたにんじん、タマネギ、セロリなどの野菜類を入れてじっくり煮込んで美味しくですよ！

ポトフは、フランスの家庭料理のひとつ。寒い季節に温まる一品です



＜城西ナーシングホーム : 栄養士 鶴永＞

**** 介護予防・・・心身の健康:「でかける場所を増やしましょう」 ****

出かけることは体と心の元氣につながります。外に出かけてみませんか？

自室での毎日
狭い生活範囲では刺激が少なくなります。＜心と体の機能が低下＞

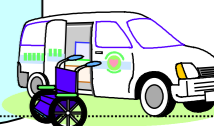
外への関心♪
＜心と体が動き出します＞

心地よさの発見♪
＜心と体が元氣になりますよ＞

「また出かけてみたい♪」
「次は〇〇をしてみたい♪」
などなど きっと希望が見つかるかも♪

行きたい場所・なつかしい場所を思い出してみましょう

家族の人や 友達に協力してもらったり、サービスを利用して 勇気を出して出かけてみませんか？



＜外出サービス＞デイサービスや通所リハビリテーション・・・介護保険のサービスに含まれます。送迎・入浴・昼食付きです。お一人お一人の状態にあった送迎(車椅子や手添え・杖・歩行器など)を行います。少人数のサロン風な雰囲気のところや、短時間のリハビリのみ(入浴・昼食なし)のところや、運動器具や温熱機があるところや、カラオケや陶芸など趣味活動ができるところなど 事業所により 設備や特色は 異なります。ご自分のご希望に合わせて事業所をご紹介します、ご自分で選んでいただけます

・・・編集後記・・・

あけましておめでとうございます。2011年になりましたね。ことは「うさぎ年」です。ぴよんぴよん跳ねて、飛躍の年になるといいですね。1日1日あっという間に過ぎていきますが、1日を大切に過ごしていきたいですね。今年も広報誌に様々な行事や情報を載せていきたいと思ひます。今年もどうぞよろしくお願いいたします。次回の広報誌は、平成23年4月15日 発行の予定です。ご意見、ご要望、取り上げてほしい記事などありましたら、お知らせください。ホームページアドレス: <http://www.jikeikai.net> <広報委員: 岡元 >

