

城西いきいき応援隊

秋号 医療法人慈恵会広報誌 NO. 19

平成23年10月15日発行



<平成22年度 おはら祭り 前夜祭にて>

** 鹿児島を代表する風物詩 おはら祭り **

昭和24年に、市制施行60周年を記念して始まった「おはら祭り」は、南国鹿児島の秋を彩るお祭りとして、また南九州を代表するお祭りとして発展してまいりました。約2万人の踊り手が、鹿児島を代表する民謡「おはら節」・「鹿児島ハンヤ節」・「渋谷音頭」に合わせて練り踊る「総踊り」を中心に、躍動感あふれるダンス「オハラ21」・「音楽パレード&マーチング」、多くの子供達で賑わう「You 遊広場」など、いろいろな催しが行われます。

おはら祭りも、今年で記念すべき第60回目の開催となります。当法人は、毎回参加しており、今年も参加へ向けて、職員一丸となり日々練習を重ねています。今年は、11月2日の前夜祭に参加します。お越しの際は、慈恵会踊り連の踊り・はっぴ姿も御覧ください。

** 慈恵会 事業所紹介 ** 老健施設のサービスをご紹介します～



老人保健施設 栄養部：担当 上園

私たち、栄養部は調理11名・栄養士2名で、皆様のお食事を作っています。職員の年齢層は様々で、上は60代から、下は20代と幅広いですが、皆元気に、仲良く仕事をしています。毎月、暦の行事や、施設の行事にあわせ、行事にちなんだ食事を作ってます。

これからも、皆様に、「楽しく・おいしく」お食事をしていただけるように職員一丸となってこれからも頑張っていきます。

おやつも、
一工夫して
います



老人保健施設 訪問給食：担当 新地

訪問給食事業は、鹿児島市の委託を受けて「心をつなぐ訪問給食」「ふれあい会食」「ゆうあい訪問給食」を実施しています。“身近に身寄りがない”“外出する機会が少なくなった”そんな方々の安否を確認するとともに、少しでも元気づくりに役立つように、地域の在宅福祉機関として真心のこもったお弁当を、当法人の給食配送センターで作製し、お届けしています。訪問給食のスタッフは一人ですが、栄養部や厨房のスタッフ及びケアガーデン薬師のスタッフの協力を得て、毎日頑張っています。“毎回、お弁当が届くのが楽しみです”と笑顔で受け取られると、(今日もお元気で、良かった)と安心するひとときです。

< 城西ナーシングホーム TEL 258-9180 >



豆知識

・・・ノロウイルスとは

毎年冬季を中心に、ノロウイルスに感染したことによる下痢や嘔吐などの健康障害が流行します。症状は1～2日、後遺症もなく感染しても発症せず、軽い風邪症状のような場合もあります。ただ、幼児や高齢者など体の抵抗力が弱っている方がノロウイルスに感染すると重症になることがあります。感染経路は、ほとんどが口から体内へ入る事(感染力は強く100個程度で感染)特効薬やワクチンもありません。

☆ 予防 ☆

基本は手洗いです！日頃から食事の前 トイレの後など石鹸を使って指先～腕までしっかり洗いましょう。

ノロウイルスは熱に弱いので、食材の中心部まで十分に加熱(加熱する温度の目安は、85度以上、1分以上です)することが重要です。

《症状が回復しても必ず病院で診てもらい、しばらくは体をいたわる生活をしましょう。》



****水族館～認知症対応型 ケアガーデン薬師～****

9月15日から25日の11日間、かごしま水族館で70歳以上の方の入館料無料というサービスを利用して、利用者様と水族館に行って参りました。

大きな水槽を優雅に泳ぐ魚やサメに「すごいね」「なんだか夢を見ているみたい」と、それぞれ楽しんでおられるようでした。我々職員も仕事という事を忘れてしまいそうなくらいの、有意義な時間を過ごすことが出来ました。とくに、大きな魚に向かって「おいでおいで」と手を振られている利用者様の楽しそうな笑顔がとても印象的でした。



****敬老会～老健～****

9月19日、敬老の日に、老健2階フロアにて敬老会が開催されました。ボランティアグループ・さわやか会の皆様や、毎年恒例の新人職員による催し物が披露されました。さわやか会の皆様の踊りや歌声に利用者の方から「上手いよー」との声もあがりました。最後には、さわやか会の皆様と職員で「おはら節」を踊りました。中には、利用者の方も踊っており楽しそうな様子でした。また、毎年恒例の新人職員により時代劇「水戸黄門」が披露されました。利用者の皆様、御家族の皆様から、笑い声や、たくさんの温かい拍手を頂きました。これからも利用者の皆様が、健康であることを願い、頑張りたいと思います。



MEMO ** 市民福祉手当の申請が始まります **

10月1日から新年度の市民福祉手当（重度障害者手当）の受付開始

対象者・・・10月1日現在で1年以上鹿児島市に住み、次のいずれかに該当する方

- (1) 身体障害手帳1、2級を持っていらっしゃる方
- (2) 療育手帳A1、A2、B1をお持ちの方
- (3) 精神障害者保健福祉手帳1、2級をお持ちの方、(4) 心身の障害が(1)～(3)と同様と認められる方

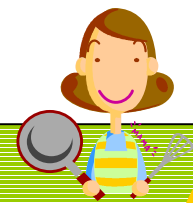
※ 特別障害者手当などの受給者、福祉施設への入所者、精神科病院への措置入院者は除く

手当額・・・2万4千円 申請できる人・・・本人か介護している人

受付場所・・・鹿児島市役所本庁、各支所 お問い合わせ先・・・障害者福祉課099-216-1273

慈恵会つれづれ日記
「ケアマネジャーの制服が変わりました」
ピンクの優しい色の制服、一〇年以上ケアマネジャーの制服として皆様からは親しまれてきました。ピンクの制服を見てケアマネさんがきたよと喜んでいただいていたかと思いますが今回八月より、ちよつとリニューアル。あずき色の上着と紺のスラックス。きりりとした姿に思わず仕事人？って感じてしまうか(？)新しい制服を身に今後ともがんばりますのでよろしくお祈りします。
居宅介護支援事業所 松木明美

****からだいきいき健康レシピ****



・・・ <椎茸のチーズ焼き>・・・ 作り方(約4人分)

<材料>

- ・椎茸 8枚
- ・スライスチーズ 4枚
- ・クルミ 適宜
- ・青のり粉

<作り方>

1. 椎茸は軸を切り落とし、硬く絞った布で汚れを拭き取る。
2. 1の内側に、塩・こしょうをしてスライスチーズ・クルミをのせる。
3. オープンもしくは、フライパンに少量の油をひいて、チーズの方を上にし、焼く。
4. 焼き上がったら、青のりもしくは、刻みのりなどあったら飾る。

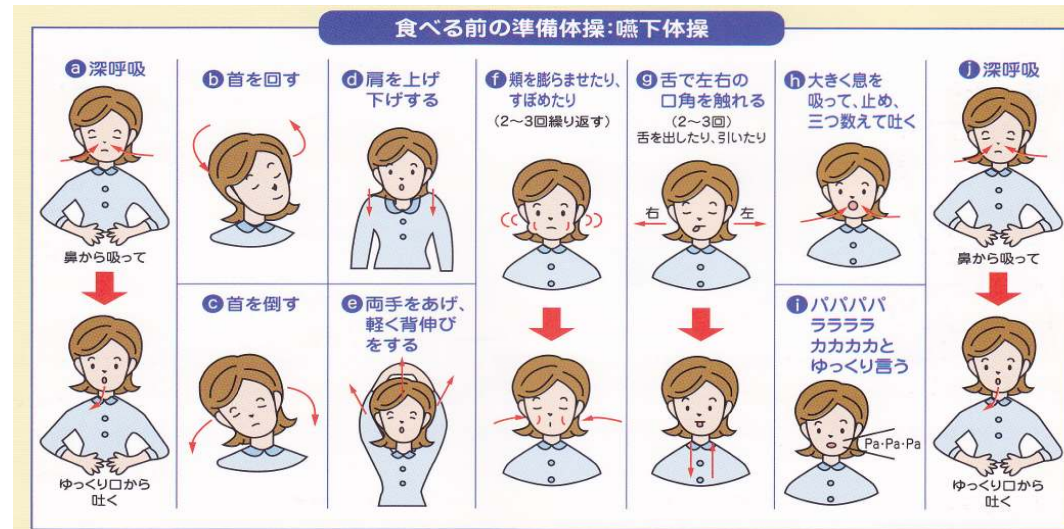


しいたけは低カロリーで、ミネラル・食物繊維が豊富です。また、エルゴステリンという物質を含んでいます。このエルゴステリンはビタミンDと同じような働きをしてくれる物質です。ビタミンDは、カルシウムの吸収を助けてくれます。

<城西ナーシングホーム : 栄養士 前原>

**** 介護予防 「元気に食べ続けられるように：嚥下体操」 ****

いつまでも元気に過ごすためには、運動をして筋力をつけるとともに、栄養をとることも重要です。栄養をしっかりとるためには、口の機能や飲み込む機能を維持することが大切です。高齢になると病気や老化などの原因により、飲食物の咀嚼(そしゃく：かみ砕くこと)や、嚥下(えんげ：飲み込むこと)が難しくなります。特に、飲食物や唾液が食道に入らずに気管や肺に入ってしまうと、肺炎や窒息の危険性があります。食前に「嚥下体操」をして、安全においしく食べ続けましょう。



「摂食・嚥下障害チェックシート」藤島一郎監修、大塚製薬、2008より引用

<城西ナーシングホーム : 言語聴覚士 染川真喜代>

・・・編集後記・・・

夏も終わり、過ごしやすい季節になってまいりました。朝晩はだいぶ冷え込み、肌寒さを感じます。寒い冬もすぐそこまでやってきています。今年の冬は、風邪対策を考え、日々を過ごしたいと思います。桜島に雪が積もるのも、近いかもしれないですね。次回の広報誌は、平成24年1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: 脇>

