

# なごみ

第2号



通所リハビリ利用者：濱岡 篤 様作



## 済生会介護老人保健施設高砂ケアセンター

### 理念

「たいせつな、ひとりひとり」  
～利用者・家族、ひとりひとり。職員、ひとりひとり。～

#### <事業内容>

- ・介護老人保健施設高砂ケアセンター
- ・介護療養型保健施設高砂ケアセンター
- ・たかさごクリニック
- ・高砂訪問看護ステーション
- ・たかさご相談支援事業所

〒695-0011 島根県江津市江津町1110-15

TEL : 0855-52-5100

FAX : 0855-52-3882

URL : <http://www.gotsu-takasago.jp>

※高砂ケアセンター広報委員会

## 1階（一般棟） 3階（認知症専門棟）

### お茶会

4月5日お茶会が行われました。

ボランティア様がお茶をたてて利用者様にお出ししました。利用者様が、「お茶おいしいね」「お菓子ももったいなくて食べられません」と言葉をかわしながら楽しんでいただけていました。

ボランティア様が着物を着ているのを利用者様が見て「きれい！きらびやか！」とお褒めの言葉をいただけていました。



### お花見

今日から4月。年度初めにふさわしい青空の中、センター

の近くの桜の花を見に出かけました。

満開に咲いた花を見ながら「さくら」の歌をうたったり、懐かしい桜まつわろ話が出てきたりしていました。

面会に来ておられたご家族の方も一緒にいられて賑やかな時間を過ごすことができました。



## 通所リハビリテーション（レクリエーション）

### レクリエーションのご案内

#### ♪歌の会

お昼前、利用者さん方が輪になって椅子に座り、その季節の歌、若い頃良く聞いた歌など4～5曲を一斉に皆さんで歌います。懐かしい言葉や音楽に触れると、その時代の事が生き生きと蘇ります。歌を歌う事で気持ちが元気に、大きな声で声を出す事でストレス解消など色々な効果を期待しながら、今日も大きな声がセンター内に響きわたります。



#### 風船バレー

利用者さん方とその間に職員が入り輪になって座ると風船バレーが始まります。ルールは簡単。ボールを落とさずに何回続けられるかを競います。取れないようなボールを見事に取ったりすると歓声があがります。利用者さん方が夢中になる姿、すてきな笑顔、ファインプレー色々な面を見る事ができます。今日も記録更新を目指して頑張っています。



## 済生会生活困窮者支援事業

# なでしこプラン活動

3月28日(金)に、大会議室で無料健康相談を行いました。前回よりも2倍以上の方に来て頂きました。今後も、継続して行いますので皆様のお越しをお待ちしております。



### 今後の開催予定

- ・施設外なでしこプラン：毎月第3木曜日（グリーンモール3階） 10：00～12：00
- ・施設内なでしこプラン：毎月第3金曜日（高砂ケアセンター大会議室）  
10：00～12：00

## 非常食調理訓練

3/25に“早朝、日本海にて発生した地震により、交通網が遮断され、当センターが孤立状態になった”という想定で非常食の調理訓練を行いました。①白がゆ（ $\alpha$ 化米に湯を入れ作る）②鶏の旨煮（缶）③おろしりんご（レトルト）④ポカリスエット（粉末を水で溶かす）を使い捨て容器に盛り付け20食分作りました。今回の訓練での気づき、問題点をふまえて、マニュアルの見直しと定期的に訓練を行うことで万が一の災害に備えたいと思います。



## 青陵中学校吹奏楽部演奏会

3月28日(金)に、正面玄関前のホールで青陵中学校吹奏楽部の生徒さんに演奏会をして頂きました。生の演奏による楽器の迫力と音色に、皆さんとても喜ばれていました。



## 訪問看護紹介

**\* 訪問看護とは** 看護師が皆様のご家庭を訪問して、住み慣れたご自宅で快適な療養生活送れるよう、おひとりおひとりの状態に合わせた看護を提供いたします。

**\* サービス内容** ○病状の観察 ○清拭、洗髪、入浴などの清潔保持 ○食事や排泄などの日常生活の世話 ○リハビリテーション ○床ずれの予防及び処置 ○終末期の看護 ○療養生活や介護方法の助言、指導、相談 ○その他、医師の指示による医療処置（在宅酸素、在宅中心静脈栄養、留置カテーテル等）

### \* ご利用できる方

- 病気、けが、老齢などの理由でご家庭で療養されている方
- 寝たきり、又は日常生活が不自由な方
- 終末期をご自宅で迎えられる方
- リハビリテーションを必要とされる方
- ◎赤ちゃんからお年寄りまで訪問看護を必要とするすべての方が対象です

### \* ご利用方法

- 介護保険被保険者の方は担当ケアマネージャーに依頼して下さい
- 定期的に通院したり、往診していただいている方はかかりつけの医師にご相談の上訪問看護ステーションにご連絡ください。
- かかりつけの医師がいない方は、直接訪問看護ステーションへご連絡ください。



## 編集後記

創刊号の編集後記は「競馬」だったので、それをついで今回は私の趣味である競艇について。なんといっても一瞬の緊張感がたまらなく好きだ。スタートしていちマークを回った時に勝敗がつく場合がほとんどなので、つまらないという人が多いが、その瞬間が面白いのだ。その瞬間は、好きな人に告白する瞬間に似ている。「好きな人を思う」ことが競艇では推理であり、「告白」が舟券を買うことであり、「結果」は払い戻しがあるかどうか。どちらにもいえることだが、結果にいたるまでの過程が大事だ。勝手にドキドキしたり、わくわくしたり、絶望したり、急に不安になったり。それは、競輪でも競馬でも一緒か。ということはギャンブルと恋愛は似ているのかもしれない。配偶者選びもある意味でギャンブルではあるか。

無事「なごみ」第二号ができた。春がきて、またすぐに夏がくる。温く心地よい緊張感のなか日々過ごしたいものだ。(K. T)