



第 12 回 ほのぼの苑大運動会



デザートバイキング

七月十日、食堂にてデザートバイキングを行いました。梅雨の鬱陶しさが消え去るような彩りも鮮やかなデザートがテーブルを飾りました。今回の注目メニューはチョコレートフォンデュでした。フルーツにスティックを刺し、その上からチョコレートをつけて食べるという形に、初めは戸惑いもあったものの、徐々に慣れ、新しい味と食感を楽しんでいくようでした。

(千葉 也寸志 記)



健康まつりのご紹介

潟上市昭和久保にある医療法人正和会では、恒例となっている「健康まつり」を今年も開催いたします。各種医療相談・職員による竿燈演技・マス釣堀・出店など盛りだくさんの内容となっております。潟上市はもとより、近隣からも多数の来場をお待ちしております。なお、ご来場の皆様（先着1,000名様）に正和会オリジナルのうちわプレゼント致します。内容は次の通りとなります。

◆日時 七月二十八日(土)
午後二時〜午後七時三十分

◆会場 大久保駅西側
南秋田整形外科・ほのぼの苑前広場

◆催し物 各種健康
チェック(血圧・脂質
肪・骨密度・虫歯抵抗
力検査等)、マス釣堀、
出店(焼きそば・焼き
鳥・焼いか・かき氷・
金魚すくい・バザー
等)、コンタクトケア
用品の無料プレゼント
(先着200名様)、

井川町今戸児童館の子供たちによる民謡・手踊り(午後三時〜)、竿燈実演(昼竿燈・午後二時〜午後三時 夜竿燈・午後六時〜午後七時)

※毎年、地域の皆さまに多大なご協力をいただきおこなっております。打ち上げ花火ですが、多くの方から貴重なご意見をいただき検討した結果、今年の健康まつりの花火はお休みすることにいたしました。来年以降も引き続き検討してまいりますので、どんどんご意見をお願い致します。また、お昼の部は、昨年以上に盛り上げて参ります。ぜひ、ご来場いただきますようお願い申し上げます。

◆問合せ先
医療法人正和会 健康まつり実行委員会
電話 877-7110

正和会 健康まつり

日時 平成19年7月28日(土)
午後2時より

場所 南秋田整形外科、ほのぼの苑駐車場

※ 打ち上げ花火について
毎年、地域の皆さまに多大なご協力をいただき参っております。打ち上げ花火ですが、多くの方から貴重なご意見をいただき検討した結果、今年の健康まつりの花火はお休みすることになりました。来年以降も引き続き検討してまいりますので、どんどんご意見をお願い致します。また、お昼の部は、昨年以上に盛り上げて参ります。ぜひ、ご来場いただきますようお願い申し上げます。

問い合わせ先
医療法人正和会健康まつり実行委員会
代表人 正和会 健康まつり実行委員会
TEL 099-877-7110

ほのぼの苑 ちよつとイイ話

「ほのぼの苑 ちよつとイイ話」
は、苑内での感動する話を紹介
するコーナーです。

ちよつとイイ話

～六月の業務日誌より～

六月二日(土)

本日、自宅に外泊に行かれた方ですが、自宅に戻れるのをとても楽しみにしていました。自分もそうですが、アパートに帰ると自宅に帰るのは、気持ちかなり違います。いくら離れた場所に長く住んでも、その人にとつて一つしかない一番落ち着く場所だと思えます。自宅でゆつくり楽しい時間を過ごして頂きたいと思います。

六月七日(木)

今日は、天候が大変良く、気温も上昇していました。入苑者の皆さんの中には、元気にリハビリに取り組んだり、活発に活動している方々の姿を見ることが出来ました。普段あまり見ることの出来ないリハビリ中の生き生きとした一面を発見出来た一日となりました。入苑者の方々に毎日元気に過ごして頂くために、私自身、少しでも心にゆとりを持つて、充実したケアを提供出来るよう努めたいと思います。

六月十一日(月)

入苑者の方でいつも手を差し伸べてく方がいます。私たちスタッフや他入苑者の方が隣に座ったり、近くに行くはずと手を繋ぎ安心したような表情になります。なぜかなあと思い聞いてみると「寂しくて・・・。」と話されてきました。私たちができれば、なるべく一緒にいる時間を増やして、少しでも寂しい気持ちを和らげてあげればと思えました。



六月十五日(金)

夕食後、四月の誕生日で植えた苺が赤くなつており、外へ出て、収穫し、食べて頂きました。大きくはありませんでしたが、真っ赤になつていたので、頬ばる入苑者の方は笑顔になつていました。このあとは野菜も大きくなくなつていくので、入苑者の方と水かけをしながら見ていきたいと思えます。



六月二十四日(日)

今日は外泊より帰苑された方と外泊に向かわれる方の二人の入苑者の方がありました。戻ってきて楽しかった笑顔と行くのが楽しめという笑顔。そうした笑顔を見ることが出来ました。今日は家族会もあり、普段より多くの面会者の方が来てくださったので、いつも以上に入苑者の方の笑顔に溢れた一日でした。

六月二十七日(水)

本日誕生日を迎えられた入苑者の方を祝おうと同室者の方と居室にてお誕生会を開催しました。テーブルを囲みケーキを食べ、お茶を飲んでいる姿はなんとも言えない微笑ましい光景でした。その居室からはしばらく笑い声が聞こえてきました。誕生者の方でも嬉しかったようで、私たちに笑顔でお誕生会の事を色々教えて下さいました。

ほのぼ農園物語

ご無沙汰しております。プロジェクトN佐藤です。最近のジャンボカボチャの様子ですが、ようやく実が出来てきました。まだピンポン玉程度の大きさではありますが、手入れ・水遣りを欠かさず行い、これからもっと大きくしていきたいと思えます。先日ジャンボカボチャ周辺の雑草処理を行いました。この雑草の処理はジャンボカボチャに栄養分が集中して行き渡るようにするものであります。話は変わりますが、私たちプロジェクトNのメンバーは、毎日試行錯誤しながら農園の栽培を行っておりますが、まだまだ農作物作りに関して知識不足な部分があります。一生懸命勉強して参りますが、農園を見て何かお気付きの点がございましたら、ご指導下さい。



第十四回 家族会 議事録

第十四回 家族会は、平成十九年六月二十四日(日)午後二時より、食堂にて行われました。ほのぼの苑だよりの誌面にて、グループ討議、質疑応答に関する資料を掲載致しますので、ご参加頂けなかったご家族の皆さんもご覧ください。

七月の家族会は行事という形で七月二十八日 午後二時より行われる正和会 健康まつりに入苑者の方と一緒にご家族の方も見学等に参加していただきたいと考えております。お忙しい中とは存じますが、是非ご参加頂けるようご協力の程よろしくお願ひ申し上げます。

◆質疑応答◆

Q 事故報告の事例として挙げられた誤投薬について、現在の薬の管理について詳細を教えてください。

A 以前は、配膳時にお盆の上に薬を置く方法をとっていたが、現在は、より誤投薬を防ぐため、投薬前に二人以上で確認を行うことから投薬する方法に変更しております。

Q 事故報告の事例として挙げられた報告件数(二百九十四件)について多いのでしょうか。

A 数字だけ見れば多いように感じる。当苑ではどんなに些細な状況も報告し、対策を行う事で小さい段階での事故発見を目指しているため多くなっております。

Q 施設側が原因で起る事故をゼロにしたい。

A 職員全員で対応し、ゼロを目指します。

Q 本人が好きな物を食べられるように出来ないでしょうか。

A 厨房スタッフと話し合いながら、出来るだけ本人が食べたい物を提供出来るように工夫致します。

Q トイレで排泄できるようにしたい。

A プロジェクトO、及びリハビリスタッフで検討し、ご家族に報告致します。

Q タ食から消灯までの時間、皆さんで集まってラジオを聞けるようなスペースが欲しい。

A 夜勤帯の職員数など、難しい状況もあるが、今後検討致します。



幸福

今、世間ではダイエットブームで、ピルーズ・ブート・キャンプ、ロデオボーイなどが売れています。(実は我が家にもあります。)それから食事に関しては炭水化物ダイエット、炭水化物を食べると太る、主食を少なくすればダイエットになると考えていませんか？

炭水化物、たんぱく質、脂質を三大栄養素と言いますが、体のエネルギー源としてもっとも重要なのが、炭水化物です。朝、昼、晩と食事としてエネルギーとなる炭水化物を体に取り込むことは、脳の働きのため、とても重要で、炭水化物が不足すると疲労感が増し、基礎体力が落ちてしまいます。さらに肝臓や筋肉のグリコーゲンまで少なくなると疲れやすくなり、肝臓の働きそのものを低下させてしまうので、炭水化物を摂る事は体の機能を維持するために大切なのです。

最近、朝食を食べずに学校に行く子供たちが増えているようですが、成人でも問題になっていて、集中力や作業能力が落ち、生活習慣病予防の面からも良くない影響があると言われてます。ダイエットのため、忙しいから朝食を抜くことが多い家庭では、朝食の大切さを見直してはいかがでしょうか。

か。私の息子はお米が大好きで、朝食を欠かすことなく食べており、朝から元気に過ごしています。美味しい物を美味しく食べることが一番の幸せ。私と家族はそう思っています。

ポツリと一言

この号が発刊される頃、正和会健康まつりの開催が目前となっております。健康まつりは平成九年より始まり、今年で十一回目を数えます。今回、過去の健康まつりのビデオを見る機会がありました。その内容から出店の数は少なく、竿燈も上げるだけで妙技を披露することも難しいような状態でした。健康チエックや医療相談も人は疎らでしたが、それから比べると毎年試行錯誤しながらも健康まつりは盛大になっていると思えます。今年には花火が中止となりますが、花火だけがお祭りではないように思います。入所・入院している方、地域の方々にお祭りの雰囲気味わって頂き、楽しんで頂きたいという原点に戻る良い機会ではないでしょうか。

そんな思いも込めて、今年も太鼓を叩かせていただきます。

発行



医療法人 正和会

介護老人保健施設 ほのぼの苑

〒018-1401

秋田県湯上市昭和久保字街道下 92-1

電話 018-877-7115 FAX 018-877-7481

ホームページ

<http://www.seiwakai-akita-nol.or.jp/>

編集責任者 加藤 稔樹

発行責任者 小玉 敏央