

# 【ふじみだより】

## 富士見台特別養護老人ホーム

平成22年 8月号

「暑いですね！ 暑いですね！」

ついつい挨拶のように言ってしまう今日この頃です。

みなさまは空調の中で適正な室温での生活ですが、その昔、暑い夏をどう過ごしていましたか？ 橋の上で夕涼み、団扇を持って縁台で将棋や世間話、風鈴、冷やし瓜、行水など現代ではあまり見かけることがなくなりましたが、低予算で環境にも良かったようですね。もう一つ暑気を払ってくれるのが、花火です。徳川家康は17世紀初めに花火見物をしたそうです。江戸両国の花火は、八代將軍吉宗の時代から始まり、全国に広まっていきました。打ち上げ花火の華やかさや、散り際の美しさを伝統の技として世界に誇る日本文化になっています。今も、浴衣に団扇で花火見物は若者にも人気です。

施設では、7月12日暑気払いのスイカ割りを行いました。

8月5日は花火大会です。都合のつくご家族様、是非ご参加ください。

地域では熱中症の発生が記録な数になっています。体調管理に気を付けたいものです。



施設長 海老根典子

# 医務通信

：：：怖いですね～怖いですね～熱中症が死を招く：：：

皆様 猛暑が続き熱帯夜で不眠の日々ではありませんか～

体温上昇で汗と水分補給のバランスが崩れると熱中症になりやすいです。7月になって救急搬送や死亡事例のニュースが多く出ています。

- こまめな水分補給に心がけましょう。
- ジーっと、ばかりもいけません適度に体を動かしましょう。
- 室温が 28℃以下になるようにエアコン調整をしましょう。

快眠・快食・快便が守られていたら熱中症は逃げていきます。

お客様のご協力の下に職員一同きめ細かな介護サービスを提供します・・・何とか厳しいこの夏を乗り越えてきましょう。

## リハビリテーションだより

～～ “器械（機械）”は単純、“人間”はいろいろ！？のお話 ～～

今回も、前回のつづきで“入力”と“出力”の関係についてお話しします。

“器械（機械）”の場合は、“入力”と“出力”の関係が1対1に対応していることが普通です。例えば、テレビのスイッチを“ON”すると、“映像”が出てきます。チャンネルを“1”にすれば、その“1”に相当する放送局の番組が必ず現われます。もし、その時その時で、“2”の番組が出たり、“3”の番組が出たり、いろいろ変化したら困ってしまいます。

では“人間”の場合はどうでしょうか。“器械（機械）”とは異なり、まさに、そのいろいろな変化が起こります。

今回は、“人間”の場合について、少し詳しく見てゆきたいと思います。

※ 個別機能訓練実施計画書（旧リハビリテーション実施計画書）は、今までと同様、原則として3か月ごとに見直しをします。内容に変更がない場合はそのまま継続とさせていただきます。変更がある場合は、たいへんお手数ですが、ご本人様もしくはご家族様の同意及び確認のサイン（ご署名）をしていただきまして、ご返送をよろしく願いいたします。

機能訓練係・OT（作業療法士）若林より

# 栄養だより8月



## カルシウムについて

人間の体内のカルシウムの99%は骨と歯の形成に使われていますが、1%は血液、筋肉、神経などに存在し、神経の興奮を鎮め、安定させる精神安定剤としての働きや、筋肉の収縮をスムーズにして、心臓の鼓動を規則的に保つ働きを担っています。そのほか血液を固めて出血を防ぐ、各種ホルモンの分泌に働く、鉄の代謝を助ける、白血球の食菌作用を助けるなどの作用もあります。カルシウムの吸収率は食品によって異なり、牛乳・乳製品がもっとも吸収がよいです。骨粗鬆症予防にもなりますので牛乳やヨーグルトは摂取するようにしましょう！その他カルシウムが多い食品・・・豆腐・納豆などの大豆製品、小松菜・ひじきなど。

### ※「栄養ケア計画」についてのお知らせ

月末に見直し検討に該当するお客様については、変更なしの場合、継続させていただきます。宜しく願い申し上げます。

管理栄養士 岩下知代

## 介護係長の仕事 (遊び?!)

介護士が毎月実施している仕事の中に、「転倒・転落アセスメント」という物があります。これはリスクマネジメント（危険予測・回避）を目的に実施している物で、アセスメント表の項目をチェックすることで、転倒・転落の危険度を1～3までにレベル分けして、危険度3に該当した方には、個別の予防対策を講じています。危険度3に該当したからと言って、転倒や転落をするから、歩かせない・動かさないという訳ではなく、「危険性が通常よりも高いから対策としてこのようなケアを実施しましょう！」と職員間で共有したり、環境整備などの対策を検討したりすることで、事故を未然に防ぐ意識を高めることが目的で実施しています。しかし、何も障害や不自由さを持ち合わせていないはずの我々でも、1年に1回程度は転ぶことがありますよね？事故を完全に防ぐことは生活をしている以上、不可能なことです。だからこそ、意識を高めて事故最低限に抑える取り組みが必要になると思います。

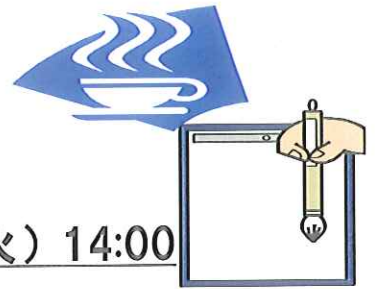


担当：桜本

22年 8月 行事のお知らせ

ホーム喫茶

8月15日(日)



ハ一毛二カ演奏会

8月10日(火) 14:00

詩吟

岸先生の体調が戻るまでお休みとなりました。

書道

今月はお休みです

映画会

8月 1日(日)



美容・理容

8月 3日(火) 美容 8月23日(月) 理容

お料理クラブ

8月17日(火) 14:00~16:00



手工芸

8月 8日(日)・22日(日)

抹茶・煎茶



8月19日(木) 3階食堂

フラワーアレンジメント



今月はお休みです

居酒屋「海老寿屋」



8月27日(金) 18:00~20:00

ドッグセラピー

今月はお休みです

# 富士見台 リレー エッセイ

8月の「リレー エッセイ」は「鈴木香奈子」介護士からのバトンで



きだゆみこ  
「喜田由美子」介護士です。

皆様！こんにちは。

育児休業が明け、仕事に復帰してから早いもので3か月がたちました。4月末に復帰した頃は、子供も8ヶ月で夜泣きがひどく、私自身の体力・気力ともに慣れない育児と仕事の両立で大変ではありましたが、お客様の優しい声かけや、職員の協力のもと、仕事を続けることができています。子育てと仕事の両立は、なかなか大変ではありますが、これからも頑張っていきたいと思っていますので、宜しくお願い致します。子供は現在11ヶ月で12kg弱と大きく生んで、大きく育っています。

次のバトンは まつもとまさみ「松本正美」介護士へパスします。