

発行
 社会福祉法人広寿会
 特別養護老人ホームいすみ苑
 〒298-0105 千葉県いすみ市能実615
 TEL:0470-86-5560 FAX:0470-86-2442
 URL:http://www.koujyu-kai.jp
 E-mail:isumien@atlas.plala.or.jp



いすみ苑

通信

VOL. 62

法人理念「誰もがありのままに、その人らしく生活していけることをお約束します」



謹賀新年

「太東埼灯台より撮影」

令和四年 元目

いすみ苑散歩 ⑳ 札森さくら街道(いすみ市札森)～いすみ鉄道沿線



札森(さつもり)さくら街道は、大野から大多喜に至る市道で、上流に向かって左側にソメイヨシノが200本植栽され、約1.2キロにわたる桜並木になっています。地元の美化緑化推進団体の管理運営によって植栽後15年以上が経過し、遠方からも観賞に訪れるようになってきました。美しく咲き誇った桜は、ドライブをしながら見るだけでも、素晴らしい景色を見ることができます。また、同市国吉地域の観光振興で満開の時期に合わせて市が本格的に夜間ライトアップもっており夜になると幻想的な桜を楽しむことができます。



他にも、いすみ鉄道沿線には桜スポットがあり、春になるといすみ鉄道と桜や菜の花とのコラボレーションを楽しむことができます。是非一度は、いすみ市内をドライブしてみてください。のどかな景色と美しい桜を満喫できること間違いなしです。

他にも、いすみ鉄道沿線には桜スポットがあり、春になるといすみ鉄道と桜や菜の花とのコラボレーションを楽しむことができます。是非一度は、いすみ市内をドライブしてみてください。のどかな景色と美しい桜を満喫できること間違いなしです。



今日のおかずは? ㉓ ～大根のそぼろあんかけ～



寒さが増す季節になると、だんだんとおいしくなるのが大根ですね。特にトトロうまうまの煮物は、体も心もポカポカと温まる一品です。また、糖尿病食としてもおすすめのメニューです。大根は、とてもヘルシーで、低カロリーながら満腹感を得られるダイエット食としても期待できます。

【作り方】

- 【材料】 (4人分)
- ◎大根・・・1/2本
 - ◎鶏ひき肉・・・300g
 - ◎だし汁・・・(水600ml + 顆粒だしの素小さじ2)
 - ◎砂糖・・・大さじ2
 - ◎酒・・・大さじ2
 - ◎しょうゆ・・・大さじ8
 - ◎みりん・・・大さじ4
 - ◎水・・・大さじ5
 - ◎片栗粉・・・大さじ5

- ① 大根を3cmくらいの輪切りにして厚めに皮をむき、半分に切る。
- ② 鍋に大根を並べて、大根がかぶる程度の水を入れて強火にかける。
- ③ 沸騰したら中火にして竹串が少し抵抗して刺さる程度まで茹でる。
- ④ ボールに水をはり、茹で上がった大根を浸して冷ます。
- ⑤ 鍋に鶏ひき肉とだし汁、砂糖、酒を入れ、へうで切るようにして全体がなじむまで混ぜ、中火にかける。
- ⑥ 沸騰してきたら、さらにへうで切るように混ぜ、ひき肉全体の色が変わったら、大根の水気を切って入れる。
- ⑦ ふたをして茹で、沸騰したら弱めの中火にして10分煮込む。
- ⑧ 大根に竹串がスッと通るまで煮えたら、しょうゆ、みりんを加えて全体になじませて、ふたをして5～6分煮込む。
- ⑨ 水溶き片栗粉を回し入れてとろみを付けて器に盛り付け完成。

編集後記
 あけましておめでとうございます。
 新年は、コロナ禍においていすみ苑内でも様々な行事が中止となり、今までできていた外出がなくなったり、面会がオンラインとなったりと新しい生活様式に負われ、あつという間に1年が過ぎてしまつたように感じています。
 新年は、1日も早い新型コロナの終息を願い、ご利用者様の多くの笑顔を見ることができるようになることを望みます。
 まだまだ、大変な日が続きますが職員一同力を合わせて、素晴らしい1年になるよう努めてまいりますので、本年もよろしくお願いたします。

ブログ毎日更新中!!

- いすみ苑ホームページ
<http://www.koujyu-kai.jp>
- 特別養護老人ホームいすみ苑本館 ブログ
<http://ameblo.jp/tokuyou-isumien>
- 特別養護老人ホームいすみ苑式号館 ブログ
<http://ameblo.jp/isumien2>
- デイサービスいすみ苑 ブログ
<http://ameblo.jp/day-isumien>

特養 紅葉ドライブ



12月1日～12月3日の3日間、紅葉ドライブで関東で一番遅い紅葉が楽しめる養老渓谷に行きました。なかでも、もみじ谷は深紅に染まったもみじ、紅葉した広葉樹の木々に陽があたり輝いてとても綺麗でした。コロナ禍で思うように外出や面会ができていない中、天候にも恵まれ、気分転換を図りながら楽しい3日間を過ごすことができました。



Xmasオンライン演奏



12月11日、オンラインで子山ホーム様によるハンドベル演奏会を開催して頂きました。コロナ禍の中、オンラインでの開催となりましたが、スクリーン越しでも皆様の素敵な演奏がしっかりと伝わってきました。「きよしこの夜」「糸」「七つの子」の3曲を披露して頂きました。発表するまで3か月も練習をされたということを知り、職員ともども感動しました。子山ホームの皆様、ありがとうございました。



認知症のお話し②① 具体的な対応

認知症の人への対応には、認知症に伴う認知機能低下があることを正しく理解している事が重要です。そして、偏見をもたず、認知症は自分たちの問題であるという意識をもち、認知症の人を支援するという姿勢が重要になります。

認知症の人だからといってつきあいを基本的には変える必要はありませんが、認知症の人には認知症への正しい理解に基づく対応が必要になります。

記憶力や判断力の衰えから、社会的ルールに反する行為などのトラブルが生じた場合には、家族と連絡をとり、相手の尊厳を守りながら、事情を把握して冷静な対応策を探ります。

普段から住民同士が挨拶や声かけにつとめることも大切です。日常的にさりげない言葉がけを心がけることは、いざというときの的確な対応に役立つでしょう。



●具体的な対応の7つのポイント●

【まずは見守る】
認知症と思われる人に気づいたら、本人や他の人に気づかれないように、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。近づきすぎたり、ジロジロ見たりするのは禁物です。

【余裕をもって対応する】
こちらが困惑や焦りを感じると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

【声をかける時は一人で】
複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ一人で声をかけます。

【後ろから声をかけない】
一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけます。唐突な声かけは禁物。「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」「どうなさいました?」「こちらでゆっくりどうぞ」など。

【相手に目線を合わせて優しい口調で】
小柄な方の場合は、身体を低くして目線を同じ高さにして対応します。

【おだやかに、はっきりした話し方で】
高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきりと話すように心がけます。早口、大声、甲高い声でまくしたてないこと。その土地の方言でコミュニケーションをとることも大切です。

【相手の言葉に耳を傾けて ゆっくりと対応する】
認知症の人は急かされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応を伺いながら会話をしましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って推測・確認していきます。



「認知症サポーター養成講座標準教材参考」

その人らしいデイサービスの利用を

【短時間】 【入浴特化】 【年中無休】 【朝ゆっくりと】 【買い物デイ】

デイサービスいすみ苑

- 半日で入浴サービスに特化した利用・寝たままでの入浴も可能
入浴特化プランで、季節に合わせた入浴等を実施します。食事やレクはありませんが、午後からの利用で入浴が行えます。機械浴があるので、重度の方や寝たままでの入浴も可能です。
- 朝は苦手・1日は長すぎて疲れちゃう・家でやるのがあるのでもう少し早く帰りたい
準備に時間がかかったり、朝が苦手な朝の時間に間に合わない方や、丸1日の利用はちょっと、夕飯の準備もしたいし早く帰りたい方には、一般的なデイサービスより遅い時間のお迎えや早い時間での送迎で対応しています。
- 買い物デイサービスの実施
要支援の方を対象に、職員の付き添いでスーパー等へ一緒に買い物に行きます。自分で見て買うことが可能です。重い荷物は職員が運びます。また、『年中無休で年末年始の入浴も可能。入浴後は、足のマッサージも実施。大浴場・個浴や機械浴でニーズに合わせた入浴の提供。個々に合わせた、送迎時間やレク、余暇活動の提供。』を実施しています。



12月は、ゆず湯



もっと詳しく知りたい方やご不明な点がございましたら遠慮なくお問い合わせ下さい
担当：デイサービス相談員 中村・藤平 / 佐藤 まで TEL 0470-86-5560

デイサービス



デイサービスでは創作活動の一つとして、隔月に一作品のペースで壁画を製作しています。準備や細かい部分は職員が行いますが、製作に参加できそうな方に声を掛けさせていただき、簡単なパートをご利用者様に担当していただいています。
12月の壁画はクリスマスツリーを製作しました。折り紙で飾りやポインセチアの花を作りました。完成した作品を見て、参加した皆様は、嬉しそうにされていました。



オール巨人リモートコンサート 9月22日、漫才でおなじみのオール巨人師匠がオンラインでのコンサートを行うということで、デイサービスのご利用者様も参加させていただきました。

3年前に出した巨人師匠の歌を毎日唄っているという施設から手紙を頂き、リモートでやったらこんな僕の歌でも励みになればと企画したとのことでした。普段テレビではなかなか聞くことができないオール巨人師匠の美声を披露していただき貴重な体験となりました。



デイサービス 介護者のお悩み相談

〈質問〉 探し物が見つからず、「盗まれた」と騒ぐ場合はどうしたらいいですか？

家族としては「何をばかなことを言っているの」「そんなことはない」と訂正したい気持ちはわかるのですが、それは逆効果です。認知症のお年寄りにとっては「盗まれた」ことは事実のように思えるので、自分の言うことを否定する相手に対して不信感を持ち、攻撃的になることもあります。

お年寄りの話を否定せずよく聞いてから、一緒に探すようにします。本人の行動をよく見て、物をよくしまう場所の見当をつけながら探しましょう。先に介護者がやると「やっぱり隠したんでしょ」となってしまうこともあるので一緒に探しながら本人に見つけてもらうのがベストです。

「GPS機能」や「Bluetooth」を使ってスマートフォンで位置情報を把握できるタグも販売されています。貴重品の置き場所がわからなくなって、何度も家の中を探し回らないといけなような場合には活用を検討してみてもいいでしょうか。

(引用 介護Q&A MY介護の広場より)