

ふれあい ~第81号~



目次

- 1P 表紙
- 2~3P 特養（施設行事）
- 4~5P デイサービス
- 6P DWAT活動・ヘルパーステーション
- 7P 栄養部・利用者様紹介・新職員紹介
- 8P 避難訓練・寄付・ボランティア・編集後記他



特別養護老人ホーム 砺波ふれあいの杜
住所：砺波市神島756-1
電話：0763-33-0802 FAX：0763-33-0832
Eメールアドレス：fureai@p1.tst.ne.jp
ホームページアドレス：<http://www.furemori.com>



コロナ禍の状況から徐々に通常の生活に戻りつつある中、ふれあいの杜も恒例のドライブツアーに出かけ、桜やチューリップ、芝桜など春の訪れを楽しんできました



チューリップ公園





神島



夜高と記念撮影





実習生レク



**福野高校
2年生の実習**



4日間の実習があり、レクリエーションでは、クラフト作りを手伝って貰ったり、実習生が考えたゲームを一緒に行いました♪



クラフト



選択レクリエーション

その日の2つのレクリエーションのうち、どちらかを選んで頂く活動です♪



華道



書道・ペン字



デイサービス センター

今回は、4月～6月に行ったレクリエーションについて紹介します☆



洗濯バサミ ゲーム

横一列で座って頂き、チーム戦で行いました♪サイコロを振り、出た目の数だけ洗濯バサミを挟むゲームです♪最後に洗濯バサミをたくさん挟んだチームの勝ちです！



季節の工作



4月は皆さんで、チューリップの壁画を作りました♪



災害派遣福祉 チーム活動報告

令和6年1月1日、石川県能登地方でM7.6最大震度7の大規模な地震が発生した事はまだ記憶に新しいところ…。砺波地方をはじめとする県西部域も震度5強の揺れが生じました。富山県にも災害派遣福祉チーム(通称; DWAT)の募集があり、微力ながらも手を挙げさせてもらいました。DWAT活動は1月から始まっていたようですが、私には4月22日(月)から26日(金)まで、特別養護老人ホームこすもす(能登町)への派遣が決定され行ってきました。今回は私とささづ苑(富山市)、敬寿苑(富山市)から1名ずつの3名での編成でした。



特養こすもすに向かったの地割れ
(既に修復済み)

地割れの先に…



特養から直線距離450m付近

現地までの道中は報道されていたようにあちこちで道路の崩壊や家屋の倒壊が見られ、言葉にならないものでした。その様な状況のなか、こすもすの職員さんにはどうご挨拶すればいいのか…?



しかしそのような心配は杞憂でした。オリエンテーションでは、「いつまでも自分たちが被災者であるという気持ちを改めよう。そうしないと前に進めないから…」との訓示が施設からあったとの事。そんな強い心で介助にあたっている職員さんたちは、DWATが派遣されるまでは毎日残業残業でシフトをやりくりされていたそうです。そんな厳しい状況でも、笑顔を忘れず利用者さんに優しく接しておられる姿は、私の勉強になり、またもっているスキルを余すことなく発揮する事ができました。今回の活動を通して、改めて介護のイロハを学んだと同時に今後も率先してDWAT活動にも手を挙げていきたいと思いました。(岩田)

ヘルパーステーション

- ☐ いつもより体温が高い、熱っぽい
- ☐ 足元がふらつき、なんとなく元気がない
- ☐ 呼びかけに反応が鈍い、ぼんやりしている
- ☐ 長時間トイレに行っていない
- ☐ 尿の色がいつもより濃い
- ☐ 脈が速く、力強さがない
- ☐ 唇や口の中が乾いている
- ☐ 皮膚に張りがなく、つまんでも元に戻りづらい

左記のような症状は脱水や熱中症の初期症状かもしれません。

高齢者は、症状の進行が比較的速いので「おかしいな」と思ったら、かかりつけ医や訪問看護に相談をしましょう。周りの方が気にかけてあげる事が大切です。



飲み物は意識してこまめに摂り、発汗時には塩分も適度に摂りましょう

温度と湿度をいつも気にして、環境をチェックしましょう



帽子や衣類で直射日光を避け、冷却グッズを身につけて、体温を調整しましょう



熱中症対策



ヘルパーの訪問時には水分補給を促し、いつもと違うところはないか?と常に観察し、気になる事があれば、ご家族様に分かるよう記録を残したり、緊急を要する場合にはご連絡をしています。訪問毎の記録をご確認いただけたらと思います。

栄養部より

食物繊維

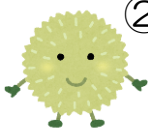
6月から寒天を使用したおやつ回数を増やしました。寒天には食物繊維が多く含まれています。食物繊維は、『おなかの調子を整える』『血糖値の上昇を緩やかにする』『血中コレステロール濃度の低下』などの健康効果が期待されています。

食物繊維を多く含む食品：

【穀物・果物・野菜・キノコ・豆・海藻】

食物繊維を上手に摂取するポイント！

- ①力サを減らして、やわらかくする。
 - ・茹でる、炒めるなど火を通す。（具沢山味噌汁）
- ②食物繊維の多い食品を混ぜる。置き換える。
 - ・白米に雑穀米を混ぜる。
 - ・玄米、麦ごはん、全粒粉のパンに置き換える。



利用者様紹介

杉森 峯子様

- 仕事は何をしてましたか：
温泉で働いていた
- 趣味は：ラジオを聞くこと
- 好きな食べ物はなんですか：
煮物じゃなくて焼いた物
- 好きなテレビ番組はなんですか：
紅白歌合戦とか歌番組



新職員紹介



よしざわ としかず
吉澤 利和 (用務員)

出身地：高岡市
趣味：野菜作り
一言：覚える事が多くて戸惑ってます。



にしじま かずは
西嶋 万葉 (介護職員)

出身地：砺波市
趣味：ダンス
一言：分からないことだらけですが、精一杯頑張ります。よろしくお願いします。



つだ きらら
津田 稀星 (介護職員)

出身地：小矢部市
趣味：音楽鑑賞
一言：一生懸命がんばります。これからよろしくお願いします。



～避難訓練～



5/29(水)に避難訓練がありました。
今回は3階から夜間に出火したと想定して行いました。
訓練後は、新人職員対象の消火訓練、避難器具(キャリダン)を
使った訓練が行われました。



《避難訓練》



《キャリダン搬送訓練》



《消火訓練》

ご家族様より母の日の
プレゼントが届きました。
お渡しした時の笑顔の
写真を一部ご紹介しま
す。



編集後記

そろそろ夏 本番！
今年も暑くなりそう・・・
皆さんの夏のご予定は？
60間近の私ですが、やっ
ぱり1・2回は海を見に行
きたいなと思ってます。
美味しい物を沢山食べて
飲んで 暑い夏を吹
っ飛ばしましょう！！

YH

あたたかいご奉仕
ありがとうございました

砺波市仏教会 様

法話会

ボランティア・慰問に
ご協力いただいた方



あたたかいご寄付
ありがとうございました

順不同

坂田 秋子 様
高島 真一 様
河合 多久巳 様
大平 悦子 様
砂田 英之 様
リハビリ・デイサービスおやべ
ライフ・クリエイト株式会社 様
他 匿名 二十一名 様

お茶菓子
介護用品
図書
飲料水
お茶菓子
衛生用品
お茶菓子・
果物・野菜・
介護用品・
日用品

寄附金品

