

# みんなのつくも

第6号

H24.7.15

## 平成24年 ボランティア懇親会

第5回のテーマ



平成24年6月3日、第5回ボランティア懇親会を開催しました。当日はつくもでご活躍されている25名 11グループのボランティアの皆様にご出席いただきました。その中でボランティアの皆様の独唱や職員一同との合唱、言葉遊びなどをご披露いただきました。また、活発なボランティア活動を編集したDVDを上映しました。様々なボランティア活動が映し出されると、ボランティアの皆様は楽しそうにご覧になっていました。最後に、ご利用者様の手作りのペーパーカーネーションをお受け取りいただき、恒例の集合写真の撮影で懇親会は閉会しました。



懇談の様子



DVDの上映会

今のつくもがあるのはボランティアの皆様のおかげです！  
本当にありがとうございました！！ これからもよろしくお願いします！！



### 運営理念

- 私たちはお客様本位のケアを提供します。
- 私たちは御家族と共に自立と在宅ケアを支援します。
- 私たちは働き甲斐のある職場づくりを目指します。
- 私たちは地域と連携した施設を確立していきます。

医療法人 蒼龍会 介護老人保健施設つくも



# 平成24年4月 通所リハビリテーション家族会

平成24年4月22日、第5回通所リハビリテーション家族会が開催されました。通所リハビリテーションご利用者様のご家族様と各分野のスタッフとの交流の機会がもたれました。



交流会①

いつも、つくもをご利用いただき、ありがとうございます。

この機会に、何でも相談して下さいね。



交流会②



グループディスカッション①

介護するに当たって大事にしていることは何ですか？

うちは・・・  
ふむふむ・・・  
なるほどね。



グループディスカッション②



講演「在宅での認知症介護」

認知症の方に接する時はゆっくりです。

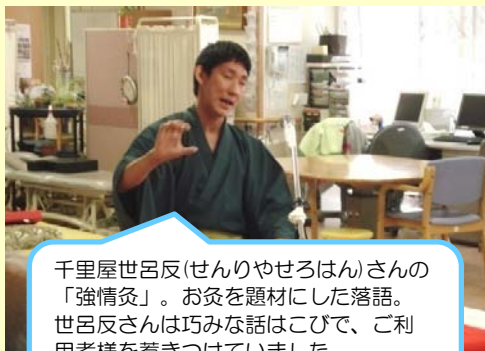
認知症のお母さんが友達のお母さんとお味噌汁を作ったよ。  
良かったね♪



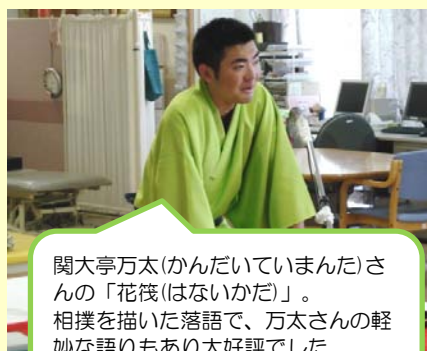
介護スタッフの寸劇

訪問ボランティア紹介

## 関西大学落語大学 平成24年4月



千里屋世呂反(せんりやせろはん)さんの「強情灸」。お灸を題材にした落語。世呂反さんは巧みな話はこびで、ご利用者様を惹きつけていました。



関大亭万太(かんだいていまんた)さんの「花筏(はないかだ)」。相撲を描いた落語で、万太さんの軽妙な語りもあり大好評でした。



〈関西大学落語大学の寄席の風景〉  
学生落語家さんの明朗な語り口に、入所者様も楽しい時間を過ごされました。素晴らしい落語を、本当にありがとうございました。

## 健康コラム

### 『歳をとると歩き方はどう変わる？～自分の歩き方を振り返ろう～』

歳をとれば足腰の衰えを自覚するように、体力は年齢とともに低下していきます。

体力は筋力、持久力、バランス、柔軟性などのいろいろな要素から成り立ちます。高齢者の特徴として、体力が全般的に低下する傾向があります。つまり、筋力が低下すれば多かれ少なかれバランスの能力も低下します。力が弱ってもバランスは抜群という人はめったに現れないということです。

そこで高齢者の歩き方として・・・

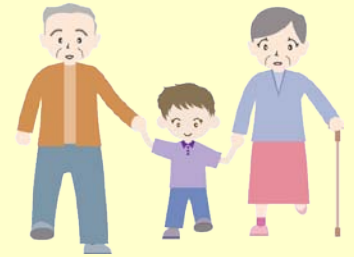
#### ＜高齢者の歩き方＞

- ・うつむき加減
- ・膝が曲がっている
- ・歩幅が狭い
- ・すり足(足が上がっていない)
- ・手の振り方が小さい



#### ＜正しい歩き方＞

- ・視線は前を向き背筋をのばす
- ・太ももからしっかり前に出す
- ・歩幅を大きく
- ・かかとから着地し、つま先でける
- ・手の振り方を大きく



姿勢よく歩くことで転倒防止にもなります。何歳になっても自分の足で歩けるようになるために姿勢よく歩くことで転倒防止を図りましょう。そして、いつまでも安全快適な生活が送れるようにしたいものです。

文：作業療法士 久保英理子

## フレッシュマンインタビュー～新卒職員の2ヶ月間です～

司会：今年度、つくもに入った新入職員のインタビューを行います。はじめに自己紹介をお願いします。

岡本：2階療養棟の介護福祉士の岡本拓朗と申します。

南：支援相談員の南亜衣です。よろしくお願いします。

司会：お二人とも、インタビューよろしくお願いします。では、早速最初の質問です。新人期間は人生の中で今だけですが、介護施設に入職して感じたことをお聞かせ下さい。

岡本：はい。介護に必要なのは単純な技術だけではなくて、ご利用者様を中心にした情報が重要なことを実感しました。

南：ご利用者様やご家族と直接やり取りをしている、私たち相談員との連携が大事ですね。

岡本：そうですね。相談員さん、頼りにしています(笑)

南：頼りにされたいです(笑)。私の場合はつくもに入って、高齢者の方を見る目が少し変わりました。

司会：どのように変わったのでしょうか？

南：はい。地域でも元気な高齢者の方がたくさんいらっしゃって、お元気な姿をみると、それだけで嬉しい気持ちになるんですね。

司会：では、次は定番の質問。社会人と学生の違いは？

南：お休みのありがたみが分かるようになりました！

南：オンとオフの気持ちの切替がすごく大事で、最近では仕事と休日の切替をするのが楽しくなってきました。

岡本：自分はお金のありがたみが分かりました。学生のアルバイトと違って、社会人はプロとして責任のある仕事をした結果のお給料なんで、重みが違いますね。

司会：時間とお金、大事ですよ。それでは、最後の質問です。1年後の自分について、どのように考えていますか？

南：理想の高い岡本君からどうぞ(笑)。

岡本：理想が高いかな(笑)？自分の目標は、ご利用者様が笑顔でいてくれるような介護を責任を持って行える社会人になることですね。4月の自分より成長していきたい。

南：私も成長かな。相談業務の一つ一つの意味を全部分かるようになりたいです。また、私の名前を言ったら、他の施設や事業所の方が「ああ、つくもの南さん」って、言って貰える相談員になりたいです。

司会：インタビュー、ありがとうございました。新卒職員の新鮮な視点は、私たち職員にとっても施設をよくしていくヒントになると思います。岡本君と南さん、これからもよろしくお願いします。

岡本・南：こちらこそ、よろしくお願いします！！

## 新しいスタッフの紹介 (H24.4.1~6.30)



れ初自職部名  
るめ己種署前  
よて紹  
うな介看訪中  
頑の護問原  
張で訪師看患  
り早看護美  
ます。く護  
慣は

し熟自職部名  
くで己種署前  
おす紹  
願が介介テ岡  
いしどま士ケ奈  
ます。ぞまア津  
ろ未。よだ子

ま張自職部名  
す。己種署前  
て紹  
い介介2岡  
ぎ護階本  
た若福フ拓  
と力士ア朗  
思で  
い頑

り心自職部名  
ま掛己種署前  
す。け紹  
て介リリ於  
一八八保  
生笑ビビ沙  
懸顔リリ弥  
命を助 香  
頑常手  
張に

ろで自職部名  
頑己種署前  
く張紹  
おり介支事南  
願ま援務垂  
いす何相所衣  
致しでも員  
ます。全  
よ力

明で自職部名  
る緊己種署前  
張紹  
頑し介看2大  
張りい護階屋  
まし新師・た  
ます。すい階子  
が、職  
場

ろ常自職部名  
し勤己種署前  
くに紹  
おな介訪へ北  
願り登介スル島  
いまし録護テー峰  
ましたか士シヨ  
す。ら。ン  
よ非

け初自職部名  
なめ己種署前  
いて紹  
よな介看2古  
うの護階賀  
にて介師・知  
し迷護3美  
ま惑施階  
す。を設  
かは





介護老人保健施設つくも  
つくも通所リハビリテーション  
 TEL 06-6872-0270  
いのうえ訪問看護ステーションつくも  
 TEL 06-6872-0319  
つくもヘルパーステーション  
 TEL 06-6873-7773  
つくもケアプランセンター  
つくも在宅介護支援センター  
 TEL 06-6872-0281



阪急山田駅 モノレール山田駅より  
徒歩7分

## ★お知らせ★

### ◆第13回 つくも夏祭り◆

日時：平成24年8月26日（日）

場所：老健つくも 1階フロア

時間：15時30分～19時00分

内容：模擬店[カキ氷・綿菓子など](16時30分～)、ゲーム(16時30分～)  
盆踊り大会(18時00分～)、スタッフの踊り(18時30分～)

\*模擬店でのお食事には1枚100円のつくも券が必要です。  
当日、つくもにて販売いたします。

### ◆第6回つくも介護講演会◆

平成24年7月22日（日）14:00～15:00

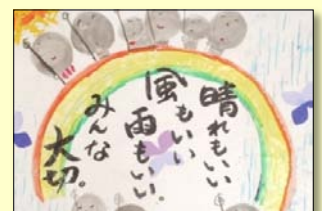
会場：つくも1階デイケアフロア 参加費：無料

テーマ1「高齢者のための夏バテ予防」 講師 施設長：揖場 和子

テーマ2「暮らしの中のリハビリ体操」 講師 理学療法士：南雲 真和

作業療法士：寺澤 理沙

◎当日は、無料の骨量測定も実施しています。



画：神山介護福祉士  
彩色：デイケアご利用者様