

照陽の家だより

〒683-0812
米子市角盤町3-124-3
TEL 0859-21-8151

干し柿作り

11月も半ばとなりましたが今年は気温が高く柿の入手が遅くなりました。実際、干し柿作りが出来るのか不安もありましたがいつもの仕入れ先から「柿、入ったよ!」との連絡に職員一同、胸を撫でおろした次第です。利用者様は早速、集会所に集まった婦人会の皆様ながら黙々と作業を進めて下さいました。軒に吊るした柿を眺めながら「出来上がりが楽しみだね」とロクに・・・秋の風物詩が今年もまた照陽の家の窓外を彩ります。



今年もしました! 焼き芋パーティー。

利用者の家族様からのご厚意で差し入れて頂いたさつまいもで早速、焼き芋パーティーをしました。皆さんで準備し、「美味しくなってよ」と願いながら炭火の中に投入。出来上がりはほっくほくで、午後のおやつで食べて頂くと「おいしいわぁ」「もう1つたべたいわぁ」と大好評でした!



★ 今月の身体介護技術研修 (オムツ交換、体位交換) ★

今回は「オムツ・体位交換研修」を行ないました。パットやオムツは一昔前と違って性能が良くなり利用者様にとっては喜ばしい事ですがやはりオムツ交換は技術が問われる所、羞恥心、自尊心に充分、配慮しないとイケない行為です。交換に時間がかかり過ぎたりオムツのあて方が不十分であると利用者様に不快な思いをさせてしまいます。丁寧かつ早くという技術的な面の他に相手の気持ちや心情を推し量りながら実施する事を職員全員で周知しました。



☆外出支援☆ 秋風とコスモス

大山町の長田地区に出掛けました。棚田一面に咲いているコスモスが秋風に揺れとても綺麗でした。ここは小高い場所に位置しており棚田を見上げれば一面のコスモス、また見下ろせばコスモスの向こうに日本海、遠くは島根半島まで望める事が出来ます。五感を刺激する何よりの一日となりました。皆様の顔が晴れ晴れして職員も嬉しさ満開です。



街に出かけよう! YORAIYA角盤の出張パン工房へお買い物

照陽の家のお隣にあるYORAIYA角盤さんには毎月一回南部町のパン工房ルポゼさんが販売に来られます。利用者様にお話しすると「行ってみたい!」との事で販売日に早速、出掛けてみました。お店の方も快く対応して下さい、実際にパンを見て選んで購入されました。「このパンは家族にお土産にします」とニコリ・・・次回が楽しみです。



救急救命講習(10月31日)講師は消防署の川上晃平様がつとめてくださいました。講習の初めに、「年間で約14,000件の救急通報があります。年々1,000件近く増加しており今年には15,000件になるのではないかと話されました。また心肺停止の件数が約300件ありその中で通常通りの生活に戻られた方は2~3名ほどです。緊急時迅速に対応出来る事で生存確率が上がるので冷静かつ的確な判断が求められます。」と話があり緊張感のある講習となりました。この講習で学んだ事を職員間で共有し、いざという時に対応できるよう継続して講習、研修を重ねていかねばと実感しました。



照陽の家には訪問看護ステーションハートケアがあります。訪問看護とは看護師がご自宅を訪問し看護ケアを提供し療養生活を支援するサービスです。

こんにちは! 訪問看護ST ハートケアです。 猛暑を乗り越えた皆さんへ『秋こそ低栄養に気をつけましょう!』

秋は天気の変化と1日の寒暖差の大きい季節です。この変化に「身体がついていかない」と思う方はしっかりと栄養を取って身体の調子を整えて下さい。日々の生活に必要な量のエネルギーやたんぱく質が食事から十分に取れないと低栄養という状態になります。低栄養になるとたんぱく質などが低下して疲れやすくなったり転びやすくなります。6カ月で2~3kg体重が減った場合や、筋肉量が落ちて痩せたと感じる場合には低栄養になっているかもしれません。みなさんも月に1回は体重を測定しチェックしてみてくださいね。