



第10回クリスマス会



12月7日に第10回うららクリスマス会が開催されました。当日は神戸市北区で20年以上もコーラス活動をされている「D oコーラス」様が総勢35名来られ、迫力ある素晴らしいハーモニーと可愛い三つ子ちゃんの素敵なパフォーマンスに、利用者様は大変喜ばれていました。家族様との茶話会もケーキと紅茶を頂きながら、賑やかで楽しい会となりました。

療養部 部長 堤 裕紀恵



文化祭

今年の文化祭は、11月3日～17日に開催しました。利用者様と一緒に制作した作品や個人の作品を沢山展示しました。心のこもった手作りの作品1つ1つどれをとっても心温まるものばかりでした。

デイケア利用者様の個人作品



みなさんの作品



デイケア作品



3階作品



2階作品



「全国介護老人保健施設大会 岩手」に参加して

毎年恒例となる全国介護老人保健施設大会が、今年は東北岩手で開催され、リスク管理室上月、リハビリテーション科岸本の2名が参加しました。

テーマは「よく学び、よく遊べ」研修で、しっかり学び、東北の美味しいものを堪能してきました。

今大会では、東日本大震災から、復興に向けて老人保健施設としてどうするべきか、災害時・緊急時にどう機能していくかなどを柱に、例年のように施設ごとの独特で斬新な取り組みや、より有効なケアや治療の方法、リハビリ方法などの報告を多数聴くことができました。特に利用者様に対し、介護に対し熱い気持ちを持った施設や職員の言葉に刺激を受け、初心に立ち戻ることができ、とても良い研修となりました。大会で得たものを少しでも利用者様、施設内に還元できる努力をしたいと思います。

理学療法士 岸本直人



編集後記

あけましておめでとうございます。今年は羊年、穏やかで健やかに過ごせますように……。今年も各フロアでの利用者様の様子や、専門職からのお知らせなど、盛りだくさんの情報をお届けします。次号もお楽しみにしてください。

広報委員 石野 五月



うららだより 46号

発行日 平成27年1月1日

●発行者 山本 正博
●編集者 広報委員会



医療法人社団康明会 介護老人保健施設うらら
〒651-1603 神戸市北区淡河町淡河574
TEL 078-950-5177 FAX 078-950-5188
URL : <http://www.roken-urara.jp>



私たちは
地域のみなさまが
自分らしく生きるために
心のこもった医療と介護で
応援します。

あけましておめでとうございます。

みなさまのご健康とご長寿を祈願し、栄養科では今年も元日の早朝からおせち料理を作りました。毎年、新年を感じていただけるようにと献立作成から調理・盛付けにいたるまで何度も話し合います。中でも、お雑煮は課題のひとつです。今年は白玉粉でゼリーを作り、多職種で試食をかさね、安全かつ、見た目も「お餅」になるようにとみんなで案を出し合いました。食感は少し異なりますが、この「うららの餅」には、少しでもお正月気分を味わっていただきたいというスタッフの気持ちがいっぱい詰まっています。

これからも食事を通して、みなさまのたくさんの笑顔に出会えますように栄養科、うらら一同、力を合わせて頑張りたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。



ミキサー食



普通食

栄養科
管理栄養士 森谷 朋子



うららの餅



2階 昼食外出



ホースランドパークフォレストミオ三木に昼食バイキングに外出しました。利用者様は、好きな食べ物をたくさん食べられ、とても満足されました。特にデザートチョコレートフォンデュは初体験の方が多く好評でした。この日は天気もよく本当に喜ばれて「今度はお寿司や焼肉が食べたい」などと、次の外出レクを楽しみにされていました。

介護福祉士 佐藤 譲



3階 フルーツフラワーパークイルミネーション外出



3階は初めての夜間外出を行いました。利用者様、家族様、スタッフ合わせて総勢38名となりました。イルミネーションとモンキーショーを観賞し、利用者様は、『来てよかった』『きれいだった』『たのしかった』と口々に言われ、盛会裡に終わりました。外出に参加して下さいました皆さまありがとうございました。

介護福祉士 山口 嘉昭



おてがるフィットネス

11月8日(月曜日) 12月8日(月曜日)

淡河町の方々と恒例の「グラウンドゴルフ交流会」と、初めての試みである「おてがるフィットネス」を開催。グラウンドゴルフではボールの行方に一喜一憂、笑いの絶えないひとときでした。またプレー後は表彰式やビンゴ大会も行い、お土産もたくさん持って帰っていただき、うららでの時間を満喫された様子でした。



そして夕方からは「おてがるフィットネス」に計14名の方が参加され、専門療法士の案内で体操やマシントレーニングを体験していただきました。



今回は試験的実施でしたが、当施設でも「地域包括ケアシステム」の一端を担っていくために、地域の方々の介護予防に役立てればという考えのもとこれからも企画していきたいと考えています。まだまだ本格的な実施には時間が掛かるかと思いますが、次号以降の広報誌にてお知らせしていきます。

地域交流室 室長 関 栄喜

デイケア利用者様の作品

～私達が作りました～



デイのレクリエーション紹介です。うららのデイは笑顔がいっぱいです。自分達が作った作品には、愛着心がいっぱい!! 手間暇かけたちぎり絵や、壁画が完成すると「やった～」と思わずポロリ・・・



「見て!見て!」可愛い作品ができたから、「孫にお土産」と、持って帰られました。

散らし寿司も「美味しかった～」お腹いっぱい幸せいっぱい



介護福祉士 石野 五月



口腔ケアってご存知ですか?

最近テレビ放送や新聞で目にする機会が増えてきました。口腔ケアとは簡単に申し上げるとお口の清掃とリハビリテーションになります。

むし歯や歯周炎はお口の中の細菌が原因とよく知られていますが、それ以外に肺炎や脳梗塞、糖尿病、さらに心臓病など全身の病気に関わっています。これらのことは介護状態でない方にも普通に起こっており歯周病菌連鎖と言われています。

介護が必要な方のケアはうららの職員や我々歯科医院で行いますが、これをお読みになっている皆さんが朝晩に毎日行う歯みがきやごちそうをよく咬んで食べる事も立派な口腔ケアであると言えるのです。

「えっ!寝る前に歯を磨いていないですって?」 将来ひどいことになっちゃいますよ。特に歯科治療が苦手な方ほどしっかり磨いて下さいね。

うらら協力歯科医院 つねみ歯科医院 常深伸介

