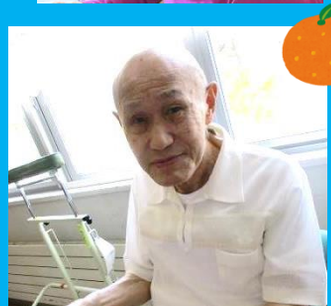
エスポたより

Vol. 278

「夢」とは 心が満たされることである。すべての利用者様に医療・福祉を介して夢を実現する。

入所フロア

２階フロアでは、懐かしさを感じて欲しく、プリンアラモードを作ってみました。

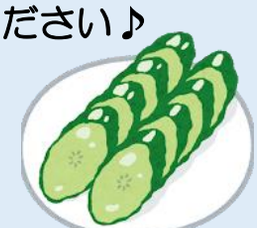


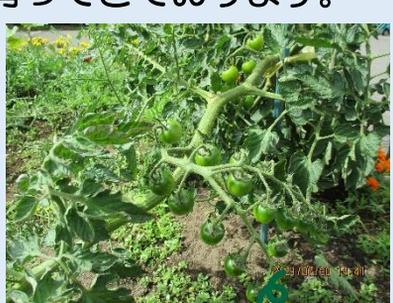
デイフロア August

皆さまこんにちは♪７月末は猛暑が続き８月に入っても暑い日が続いております。
外が暑いのもそうですが、家の中にいても外から入ってくる風は暑く、熱中症になるリスクはありますので皆様ご注意ください。
オリンピックも盛り上がっておりメダルラッシュに沸く日本ですが、
以前コロナは流行していますので、手洗いうがい等感染対策をしっかりとおこなっていきましょう。
さて、今月のデイケアの様子ですが、職員による綿あめづくりを行っていただきました。よくお祭りなどでみる本格的な機械を使って作って頂きました♪
みなさん綿あめを何十年ぶりに食べたなぁなど笑顔で話されていました(^^♪

熱中症予防

～デイケア畑の様子～
冒頭にも書きかましたが、暑い日が続き雨が全然降らずに野菜の発育状況がなかなか良くない状況ではありますが、立派なキュウリが収穫できました♪
さっそく収穫し漬物で皆さんに振る舞い、おいしいよぉと言って頂きました(*^^)v
またまだまだ小玉ですがスイカも着々と育ってきております。
収穫できる日をお待ちください♪





にしタイムス
にし高齢者支援センター
北広島市大曲南ヶ丘
1丁目1－5 ☎ 370-3922
葉月号

『おおまがりせいぶ・人事典』～私たちの尊敬する人たち～

●伝えていきたい人・・・星加　孝子様 ①

いつもはつらつと活動的な星加さんは疲れを知らないのだろうか。そのエネルギーの源は何かを知りたいと日頃より思い、今回のインタビューに至りました。

①『エネルギーの源』

誰か人のために活動している認識はなく、自分自身がやりたいと思ってやっているだけ。活動する中で皆さんから元気をもらう。そして色々なことを教えてもらえるのが嬉しい。たくさんの人とのつながりができた。参加者から「星加さん元気でいてね」と声をかけてくれる。
星加さんと感覚が合う方は星加さんと同様に思いが溢れる方ばかりでプラスのオーラが循環しているようである。

『写真からもお人柄がにじみ出ています』

②『ミニデイサービスまつぽっくり』

ミニデイサービスまつぽっくり（ミニデイサービスとは介護保険ではない地域のボランティアが自主的に主催する集まり）は昨年まで月1回開催し、20年続いたが令和2年3月惜しまれつつ幕を閉じた。
毎回講師をお呼びする。新聞記事を見つけ、この方へ講師を頼みたいと思い、電話したことも多々あった。「自分のためでなく、みんなのためだと強引にお願いできるのよねえ。ボランティアをしていることも後押ししてくれていたと思う」と。
ミニデイはKF氏、一人の方からスタート。KF氏は星加さんを娘のようにかわいがってくれた。またKF氏の夫もお米などを寄付してくれ、運営を助けてくれた。ミニデイを始める準備として、星加さんの夫が介護を勉強するなら南青洲病院（現：南徳洲会病院）が良いとアドバイスしてくれ、勉強へ通った。
ミニデイサービスを開催する中で印象的なことはたくさんあるが、みな良い思い出ばかり。一緒に活動してくれる人たちはとても良い人だった。その後少人数のミニデイサービスである憩いの家をスタートさせた。（次号へ続く。文責：佐藤信一郎）

『介護・福祉の輪　応援団なんもだよ』

３ コ マ 漫 画

参考引用文献：在宅介護者を応援する3コマ漫画づくり
https://korekara-pj.net/design/design_33/

※漫画の解説です※

食べた直後に「ごはん、まだ？」と何度も聞かれると、「さっき食べたでしょ？！」と、つい言ってしまいます。

否定せず、「今作ってるところだから」と言ってお茶でも飲んで待ってもらいましょう。

★大曲・西部地区の魅力教えて下さい★

以前、資源マップを作成し、大曲・西部地区の人の集まる場所をまとめました。それから月日が経過し、大曲・西部地区も変化してきたと思います。年齢、病気、障害を問わず、誰もが楽しめる場所があれば是非教えて下さい。大曲・西部地区を自慢できる資源マップをこれから作成していきたいです。皆さまからのご意見をお待ちしております。

（担当：たかはし）

おかだ保健師の『健康コラム「おうち脱水」にならないために！』

脱水、熱中症の危険が増す季節になりました。家の中にいるから大丈夫、動かないから大丈夫、のどが乾かないから平気…？　『ぜんぜん　大丈夫　では　ありません！！』

口の中がネバル、何だかボーッとする、だるい、食欲がない＝これは脱水のサインです！

ヒトは生きているだけで1日2.5ℓの水分を失います。（排尿、呼吸、汗など）

補給は　食事から1.2ℓ、飲み水から1ℓ、代謝で0.3ℓ。食欲がなくて食事が減るだけでも脱水にかたむきます。

日中は　1時間に1回、湯のみ1杯　水を飲みましょう！！

汗をかいた時は水に塩ひとつまみ加えて塩分の補給を。

リハビリ通信　～身体を紡ぎ心も紡ぐ～

皆様こんにちは。リハビリ通信担当の作業療法士 新藤です。先月に引き続き「自助具」のご紹介をいたします。

◎曲げ曲げスプーン

先端を自在に曲げられ、角度を調節できる。手首が固い方や口元まで届きづらい人向けです。

◎ぐるぐるグリップ

グリップを太くする事により把持しやすくなる。色々な物に取り付け可能です。

◎ケンジースプーン

すくう、切る、挟む、つまむなどを一つで行うことが可能となります。

◎レボ・Uコップ

鼻の当たる部分をU字に削ることで首を大きく反らさなくても飲み物を飲めます。

食事場面においても他にも工夫されたお皿やカップなどまだまだたくさんの物が商品として出ております。福祉用具のカタログの他にも最近ではホームセンターやネットショッピングでも購入できるようになっています。今後も様々な自助具を皆様に紹介できればと思いますのでよろしくお願い致します。

No.⑭　A・Mさん

質問：①翔仁会を選んだ理由。②同僚、上司などとの忘れられない出来事。③ひとこと。

①　学生だった当時、就職活動で、学校に求人票が来ており、ホームページを見て理念に惹かれて…と言うのは面接での決めセリフだと思いますが、実際のところは実家から近く通いやすいということで選びました。笑
なんだかんだ、働き続けていくうちに、地元の福祉を少しでも盛り上げたいという思いが強くなり今に至ります。

②　入社一年目の初めての夜勤を緊張と不安の中、終わった数日後に、当時のご利用者様から、「夜勤頑張ってくれてありがとう。これからも乗り切ってください」と習字で手紙をもらったこと。さまざまな業務を覚えると同時に仕事もこなさなければいけない中、ご利用者様からエールを頂けるのは当時の私にとって非常に励みになりました。今でも、その手紙を見てエールを頂いた時の気持ち、感謝の気持ちを忘れないようにしてます。

③　入社してから10年以上が経ちました。ご利用者様やご家族様、後輩、同僚や上司との出会いがあり様々な出来事がありました。良い出来事、悪い出来事含め、自身の成長に繋がったと思います。この成長を感じる事がここまで働き続けてこれた理由であります。これからも、日々の出会い、出来事を通して成長していくとともに、自身が相手にとって良い縁になれるように精進していきたいと思います。翔仁会だけに(笑)

編　集　後　記

毎日暑い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。今年はクーラーを取りつけ快適な部屋でオリンピックを観戦する、なんてご家庭が増えたのではないでしょうか。私はというとクーラーもない部屋でテレビもつけず「もう数日の辛抱だ。」と自分に言い聞かせながら日々過ごしております。そんな日々を過ごしていると、ここは日本じゃないのではないかと錯覚すらしてきます。そう家にいながら海外旅行気分を味わっているのです。なんてエコなのでしょう。

行　事　案　内

理美容室（入所）

次の予定は改めてご連絡いたします。
何卒、ご理解ご協力をお願いいたします。

医療法人社団翔仁会
介護老人保健施設エスポワール北広島
〒061-1264　北広島市輪厚704番地16
TEL.011-376-3911　FAX.011-377-5621