

光湖苑だより



ごあいさつ

平成二十八年四月から光湖苑施設長を務めさせていただくことになりました。

光湖苑は今年で二十四年目を迎え、皆様から「家庭的な雰囲気の良い施設ですね。」と声をかけていただきたいへん嬉しく思います。施設長となり、これから光湖苑をどんな施設にしていきたいか私なりに考えてみました。施設の枠組みの中の生活は様々なルールがあり、窮屈な思いをされることが多いのではなにか、家庭的とは言っていたのだが自宅と同じような生活は難しいのではないか、気兼ねなく安心して過ごせさせていただくにはどうすべきなのか。利用者様のことを考え、対応を選択していく中で「もし私がこの方だったらどううして欲しいのか。」利用者様と自分自身を重ね合わせて考える姿勢を個々の職員が持つことができれば、光湖苑は更に質の高いサービスを提供できるのではないかと思いました。私自身、職員自身が「光湖苑を利用したい。」「光湖苑へ入所したい。」と思うことができる施設を目指します。

私一人の力はとても微力ですが、理事長をはじめ多くの方々に支えていただき、これからの光湖苑をより良い施設にしていきたいです。皆様どうぞよろしくお願いいたします。

施設長 高木 清里



社会福祉法人 南浜名湖会
特別養護老人ホーム 光湖苑

静岡県湖西市新所岡崎梅田入会地17番地の20
TEL(053)577-4511(代) FAX(053)577-4555
(053)577-5311(デイサービスセンター②・③単位)

※光湖苑では、皆様から頂いた個人情報、お写真につきましては、皆様の承諾を頂いた上で使用しています。ご相談、見学、常時受け付けております。ご遠慮なく、お問い合わせください。

特養・ショートステイ



新年を祝う会



1月4日、着物を着て『新年を祝う会』を行いました。「昔は着てたね～」
「綺麗な柄だね～」と昔の事を思い出され、嬉しそうに着ていらっしやいました。施設長よりお言葉を頂き、大正琴による演奏を聞きながら皆様で歌を
歌い、お正月の雰囲気を楽しみました。



豆まき会



2月6日『豆まき会』を行いました。赤鬼・青鬼が登場すると、新聞紙で作った豆を鬼に向けて、「鬼は～外！福は～内！」と元気に投げっていました。おやつは、節分まんじゅうとコーヒーを頂きました。笑顔の写真を、たくさん撮ることが出来ました。

手作りおやつ



毎月1回程度『手作りおやつ』を行っています。自分達で作ったおやつは格別美味しいようで…
口の周りにチョコやクリームが付いても気にせず、パクパク食べていました♪

3
March

ひな祭り会



3月5日に遅ればせながら『ひな祭り会』を行いました。着物を着て、お内裏様とお雛様に扮しました。記念撮影では、初めは恥ずかしそうにしていたのですが、次第に表情も柔らかくなり可愛らしい写真を撮ることが出来ました。

4
April

お花見



4月3日『お花見ドライブ』へ行ってきました。移動中も景色を見て昔を思い出したのか、話が絶えませんでした。天気にも恵まれ満開の桜の下で、おやつを食べたり、子どもと触れ合ったりと短い時間でしたが楽しく過ごせました。「本当に綺麗だね〜」「また、来たいね〜」と近くで桜を見ることができ大満足のようでした。

祝 白 寿

祝 百 寿



1名の方が99歳、2名の方が100歳を迎えられました。市の職員さんやご家族の方、入所者の皆様にお祝いの言葉をかけて頂き、素敵な笑顔を見せて下さいました。おめでとうございます。



新人職員紹介



氏名:伊藤勝之
所属:施設長補佐
入社年月日:H28. 4. 1

福祉の仕事の経験はありませんが、皆様に教えて頂きながら更に働きやすい職場になるように微力ですが頑張りたいと思っています。



氏名:仁田公美
所属:事務員
入社年月日:H27. 9.19

子供の頃から馴染みのある光湖苑で働かせて頂くことになりうれしく思います。利用者様の笑顔を糧に頑張ります。よろしくお願い致します。



氏名:山本彩哉子
所属:地域包括支援センター
入社年月日:H27. 9. 1

まだまだ慣れない事もあり、皆様にはご迷惑をかけている事も多いですが、一日も早く皆様のお役に立てる様、努力してまいります。よろしくお願い致します。



氏名:勝亦志津香
所属:在宅介護支援センター
入社年月日:H28. 4. 1

4月から居宅でお世話になっています勝亦と申します。先輩達にアドバイスをいただきながら、頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。



氏名:飯田英子
所属:特養 看護師
入社年月日:H27. 8. 1

こんにちは。8月からお世話になっています。今までの経験を活かし、明るく元気をモットーに頑張りますので、よろしくお願い致します。



氏名:松井麻紀
所属:特養 介護職
入社年月日:H27.11. 1

昨年の11月より特養でお世話になっています。初めての事ばかりで、戸惑う事も多いですが、よろしくお願い致します。



氏名:三輪智美
所属:特養 介護職
入社年月日:H27.10. 8

はじめまして、三輪です。昨年の10月よりパートで入社しました。まだ分からないことも多く、皆様に迷惑をかけてしまいますが、よろしくお願い致します。



氏名:オブレゴン アンドレア
所属:デイ 介護職
入社年月日:H28. 4. 1

私は4年半前にペルーから来ました。介護の仕事は難しくて大変な仕事だと思いますが、お年寄りの皆さんが大好きです。この仕事で頑張っていきたいです。



》 よろしくお願ひします 《

ご挨拶

生気あふれる夏木立がいよいよ本格的な暑さの訪れを教えてくれる季節に、入所者ご家族の皆様お元気でいらっしゃいますか。

介護は出口の見えないトンネルのようなもの。時には十年以上にわたることもあるようです。特養での看取りは平均七年だと言われるのです。もしこれが在宅介護だとしたらどうでしょう。とても大変なことだと思います。そんな意味からも、私共家族の役割は介護の分担だと思えます。しかしながら私共には介護の資格や知識、能力もありません。そこで、光湖苑職員の皆さんによる心温まる介護に期待、感謝しながら家族会の行事へ積極的に参加をすることが私共の役割分担ではないでしょうか。そこで楽しい思い出が共有でき、家族間の絆がより一層深まるように思います。また光湖苑に対する理解も広がり職員さんとの良い交流の場となるのではないのでしょうか。終の棲み家として光湖苑で日々過ごしている私達の家族をこれから温かく見守っていききたいものです。

平成二十八年度
家族会会長



山口
弘



慰問紹介

- 1月 琴紫会様、ハーモニカ木本様、ハーモニカ石川様
- 2月 ハーモニカ鈴木様、ハーモニカ石川様
- 3月 南條会様、ハーモニカ石川様、ハーモニカ木本様
二胡演奏茉莉花様、ウエストレイクハーモニカ様
- 4月 ハーモニカ石川様、ハーモニカ鈴木様、ほほえみ会様



ボランティア紹介 1月~4月

田村床屋様(他3名)、華道クラブ旬の花を生ける会様、日赤奉仕団様、JAとぴあ様、書道クラブ染谷様(他3名)、葵クラブ様、歌声クラブ落合様、傾聴ボラ(永井様)、音楽クラブスマイル様(他3名)、ニューモラルの会様(他3名)、デイ入浴(細田様・牧野様・井口様)、特養入浴(内田様)

お知らせ 介護予防・日常生活支援事業【総合事業】について

平成28年4月1日から湖西市で【総合事業】が始まりました。総合事業に伴い光湖苑のデイサービスでは、従来通りのデイサービス(通所介護)に新しいデイサービス(通所サービスA)を始めました。要介護認定を受けていなくても基本チェックリストでデイサービスの利用ができます。ご希望・ご相談等がありましたら湖西市長寿介護課又は各地域包括支援センターへお問い合わせ下さい。



デイサービス あんなこと・こんなこと (リハビリ機器編)

4月からの総合事業の開始に伴い、リハビリ機器を導入しました。



エスカルゴ

電動サイクルマシンです
負荷をかけずに運動できます



イージ・ウォーク

足首を動かして第2の心臓と
呼ばれるふくらはぎの筋肉を
動かします



フットマッサージャー

足・ふくらはぎ全体を念入り
にもみ、マッサージします



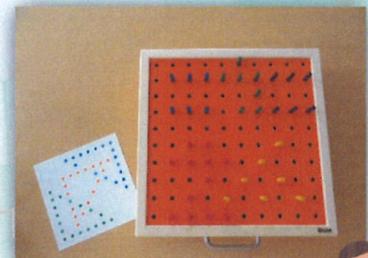
温熱治療器

決行を良くして筋肉の
疲れをとります



マルチホームトレーナー

肩の調整をしたり転倒の
回避に繋がります



ペグボード

視覚的な刺激と
微細運動技能の
コントロールを行います



医療まめ知識 (五月病)



仕事や学校、転居などで環境が変わり、最初のうちは張り切っていたのに5月の連休明け頃から何となく気分が落ち込んだり疲れやすかったりしたことはありませんか？また、仕事や勉強・家事に集中できない、眠れないといった症状。これがいわゆる「五月病」です。

精神的な症状だけではなく、食欲不振や胃の痛み・めまい・動機などの症状を訴える人も多く、新しい環境の変化についていけないあせりやストレスが、知らず知らずのうちに体の症状となって出てきます。

五月病といっても、新入生や五月に限って起こる病気ではなく、完璧主義で物事にこだわりがちな人や、内向的で孤立しやすい人・過保護に育てられた人などが五月病になりやすいと言われています。

たいていの場合は一過性の心身の不調で、1~2ヵ月で自然と環境に慣れ、症状が良くなると言われています。

予防法として、たっぷり寝る。ゆっくりお風呂に入る。好きな音楽を聞く。等があります。

編集後記

表紙でも紹介しました、ちっちゃいけど頼りがいのある高木清里新苑長。
女性として、一児の母親として、ケアマネ・歯科衛生士としてこの光湖苑を開設時から支えてきた、とてもふところの大きな人です。私ももう少し頑張らないとね♪ (あ)

