

むさしの

春号 (4)

訓練室の一日を紹介



①朝一番の仕事は窓を全開にして部屋の空気の入換えを行います。春先でも冷たい空気が流れ込み、窓を閉めてもなかなか部屋が暖まらず「うわ～寒いわね、この部屋！」「気持ちが引き締まる寒さだね！」など利用者さんの声。今の季節では訓練室前の沈丁花や土手の緑の香りや、風景まで楽しめます。

②外の空気を感じていただいたところで訓練開始です。各利用者の訓練メニューの決定は、週1回来られる理学療法士の先生と、一人一人の身体状態・状況に応じ検討して決まります。もちろん日々変わる身体状態に合わせて最新で最適なメニューに変えていきます。



③各ユニット、居室に伺い訓練へのお誘いをします。「まだ、眠いわ・・・！」「今日はちょっと体調が・・・！」などなど予定はどんどんかわります。当日都合の悪い方もあれば、朝からエレベーターの前で「今か、今か！」と待ちわびている方もいらっしゃいます。大切なのは本人の意思！無理矢理訓練しても、うまくいきません。「やりたい時にやりたいことを」心がけ、のびのびゆっくり心も体も一緒に訓練するような感じます。時には居室付近で、理学療法士の先生と共にその場その場に応じた動作を見ながら訓練を行うこともあります。



ホットパックを暖める機械

④訓練の人気のメニューの一つにホカホカ暖まるホットパックがあります。機械で暖めたパックで、ウトウトしてしまうほど気持ち良いものです。これを筋肉に当て、ゆっくりとほぐしながら血行を良くしマッサージを行います。その他には平行棒やマットを使用したり、大きなゴムのボールやピンポン球を使い遊びながら訓練する方法なども取り入れています。



⑤訓練は夕方5時頃まで行います。季節によっては午前・午後のどちらかを散歩の時間にし、ゆっくりと時間をかけ外気浴を行いながら、心と体のリフレッシュもしていきます。

⑥平均して一日6人程の方の訓練を行います。利用者さんが帰られた後は掃除をして明日の準備・スケジュールの確認を終了です。お疲れさまでした。

訓練室副主任 清水 知奈美

行事紹介

お花見・買い物行事等



職員も楽しんでま〜す。



キラリ☆ふじみにて・・・
もぐもぐ、もぐり(^。^)



外で食事もたまにはいいなあ！



今日はまだ肌寒いな・・・。



1Fのリハ室から川沿いの桜を眺め
食事をしています。



青空に優雅に舞ってる僕達です！



桜の間から見ている相田様・・・
ジャンカジャカ、ジャーン。



コンビニって何でもあるわね！



さてこれから選ぶわよ！！



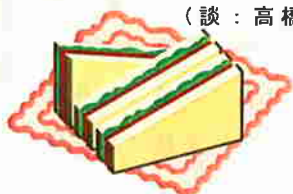
外出（喫茶店）



食事を終えて一言・・・

「今度はもっと大勢で来たいな」

（談：高橋様）



チョコレートケーキなんて久々だ！

学生時代を思い出すよ★



美味しい珈琲と紅茶を頂きました。



職員紹介



管理課・加藤 康子

洗濯・掃除をされていて気遣いな事も多数ありますが皆様方の笑顔に支えられ日々頑張っています。今後も宜しく申し上げます。趣味は花が好きで生花を習っています。



デイサービス・佐々木 由美子

むさしのに入職してあつという間に一年半が過ぎました。毎日利用者さんの素敵な笑顔を見るのが楽しみです。これからもよろしく申し上げます。趣味はサーフィンです。



生活課・森 恵里加

少しずつ仕事に慣れていくと共に難しさや奥深さを感じ、毎日が勉強です。介護の仕事を始めてまだ間もないですが、皆様に良いサービスを提供出来る様これからも頑張ります。

豆知識

赤血球に含まれる成分であるヘモグロビンは、酸素を全身に供給する働きがあります。ヘモグロビンは肺で結合させた酸素を身体のすみずみへと運び、代わりに二酸化炭素を回収します。貧血とは赤血球の数、あるいは赤血球に含まれるヘモグロビンが減少し、身体が酸素不足となった状態です。

症状としては、疲れやすい、立ちくらみがする、動悸や息切れがする、顔が青白くなる、などがあります。普通ゆっくりと進行するため、症状をはっきり自覚しにくく、調子が悪いのは年齢や体質のせいと思い込んでしまう傾向があります。定期的な血液検査が大切です。鉄分をおおく含む食べ物はレバー、かつおなどの魚類、しじみ、ひじき、焼きのり、大豆、小松菜、などがあります。バランス良く摂取するようにしましょう。

看護副主任 小沼 喜一郎

お誕生日おめでとうございます

氏名	生年月日	年齢	氏名	生年月日	年齢
中山 よ志様	M 36年 3月 3日	102歳			
松岡 はる子様	T 8年 3月 3日	86歳			
久保田 節子様	S 3年 3月 3日	77歳			
和田 友宏様	S 11年 3月 6日	69歳	日高 重男様	T 4年 4月 1日	90歳
伊東 富子様	T 15年 3月 7日	79歳	大河内 ツネ様	T 8年 4月 1日	85歳
伊藤 千代子様	T 13年 3月 10日	81歳	新保 トヨ様	T 15年 4月 2日	79歳
横田 義治様	T 13年 3月 17日	81歳	石川 清三郎様	T 4年 4月 6日	90歳
秋山 江つ様	T 5年 3月 18日	89歳	丸山 重晴様	T 13年 4月 7日	81歳
大曾根 チヨ様	T 10年 3月 18日	84歳	林 志づ江様	T 9年 4月 10日	84歳
轟 春雄様	S 4年 3月 18日	76歳	吉田 美佐江様	S 5年 4月 10日	75歳
益子 ナル様	T 4年 3月 19日	90歳	代田 よしの様	T 4年 4月 13日	90歳
荻久保 勇様	S 7年 3月 19日	73歳	橋本 ハナ様	T 2年 4月 25日	92歳
神林 喜代松様	T 10年 3月 21日	84歳			
佐々木 昭様	S 7年 3月 21日	73歳			
鈴木 良子様	T 6年 3月 22日	88歳			
秋元 トモ様	M 45年 3月 23日	93歳			
矢澤 泰様	T 15年 3月 28日	79歳			
中澤 トミ様	T 11年 3月 30日	83歳			
千代田 いね様	T 5年 3月 31日	89歳			
八島 いせ子様	T 12年 3月 31日	82歳			

HAPPY BIRTHDAY



お矢がせ

発行人

社会福祉法人ふじみ野福祉会

- ・特別養護老人ホーム
- ・デイサービスセンター
- ・ヘルパーステーション
- ・支援センター

施設長 池田 英雄

編集後記

びん沼川の水面に桜の花びらが落ちゆき、そよ吹く風の中にも新緑のにおいが感じられるようになりました。広報誌も今回で4号目、ようやく1年経ちます。これからもより良いものを紹介出来るよう一層努力していきますのでよろしくをお願いします。

次回は7月末発行予定です

お楽しみに！！

〒354-0003

埼玉県富士見市南畑新田16-1

TEL049-255-6102 FAX049-255-6601

発行日 4月30日

● 訃報・施設開設当初から、ご利用頂いていた、故・福田永生様が4月20日に永眠されました。心よりご冥福をお祈り申し上げます。