いちがお園だより

発行 社会福祉法人はしうど福祉会
発行日 令和 5年 7月 1日
No.340

夏の訪れ

　うっとうしい梅雨空が続きますが、夏の訪れを感じる風景があちらこちらに見られるようになりました。
　水田でえさをついばむコウノトリを何羽も見かけるようになり、ひまわりは早くも満開。見上げれば施設の屋上まで成長したプラムの木。いつの間にか、夏になってました。

6月下旬には早くも30度を超える日が続き、この夏の猛暑が予想されます。ニュースでは熱中症で救急搬送される映像が流れるようになりました。

梅雨の晴れ間、梅雨明けの頃は暑さに体が慣れていないのに気温が上昇するので特に危険な時期といわれています。徐々に体が暑さに慣れるようにしていきましょう。
サービスをうまく利用して、施設で涼むのも一つです。水分はこまめにとり、元気に夏をのりこえたいものです。

この時期、豪雨での被災や土砂災害のニュースをよく聞くようになります。法人でも「自然災害における事業継続計画」の読み合わせをするなど、想定される災害に備えます。ハザードマップをよくよく見ると、土砂災害、地震、津波と「もしも・・」と思わずにいられません。
地域の方とも協力して、ぜひ訓練を行いたいと思います。

～採用活動活発に～

　5月ぐらいから2024年春の新卒入職者を求めて就職フェアが開催されています。
　6月は高校生を対象とした企業研究会がありました。法人からも高校卒業後に入職し、今はリクルーターとして活躍する職員と共にいざ出発。
　ブースを訪れてくれる生徒さんや先生方への説明も熱がこもります。卒業生の活躍する姿を見ていただく機会にもなります。

　7月は大学生や一般の方を対象とした就職フェアが京都市で開催され、府下の高齢者施設や障害者施設の出展でにぎわいます。
　丹後が好き、地元に帰りたい！福祉の仕事がしてみたい！大学で得た知識を生かしたい！そんな若者を知っている方は、「17日はみやこめっせに行ってみては？」とお声かけしていただけると幸いです。夏休み中のインターンシップもいつでもどうぞ。お待ちしています。

重要! 提示をお願いします

市役所からいろいろな書類が届く時期になりました。
・介護保険負担割合証が届きましたら、利用されているサービス事業所に提示をお願いします。

対象者の方は更新の手続きをお願いします。（7月末が有効期限です）
・介護保険負担限度額認定証　　・社会福祉法人等利用者負担軽減確認証
★確認ができないと軽減はできませんのでご注意ください

在宅介護支援センター

こんにちは　ケアマネジャーです

　相談の中で、「部屋が匂う、どうしたらいいか？」という相談を受ける事があります。
今月は、介護における「臭いと対策」について紹介したいと思います。

＊＊臭いの原因は？＊＊
①体臭（口腔・汗臭・加齢臭）
②排泄物の臭い（尿臭・便臭）
③衣類、寝具の臭い

口臭がきつい・・歯周病や口腔内の病気やその他が原因の可能性があります。
汗臭・・汗をかいたままにしていると臭いが発生します。
排泄物の臭い・・おむつの交換時だけでなく、使用済みのおむつ類からも臭いが発生します。
食事の食べこぼしや、排泄物の汚れが付いた服を放置していると、臭いが染みついてしまいます。枕やシーツ、ベッドなどの寝具が臭う場合は、汗や皮脂などで汚れるからです。
そしてベッドや壁、カーテンにも臭いがしみつき、部屋全体が臭うようになります。

＊＊臭いの対策は？＊＊

口臭・・歯磨きやうがいをしっかり行う。口臭がきつい場合は歯科受診を検討しましょう
汗臭・・入浴回数を増やしましょう。首・陰部・脇の下など、臭いやすいところを拭くだけでも効果があります。体を拭くときは清拭剤を使用すると汚れが落ちやすくなります。水のいらないシャンプーは入浴しなくても洗髪できます。
おむつ類・・おむつ　紙パンツ　尿取りパッドはこまめに取り換えましょう。洗浄ボトルやウオッシュレットで洗い流す、使用済みおむつ類は新聞紙でくるんでビニール袋に入れ蓋付きのゴミ箱に捨てると効果があります。消臭剤をゴミ箱に入れたり、消臭袋でおむつを処分すると臭いが軽減します。
ポータブルの臭い・・こまめに捨てる。きれいに洗って乾燥させる。防水マットを敷く。消臭液（液・泡・錠剤・シートなど）を使用する。あらかじめ少量の水とトイレットペーパーを入れて、直接汚れが付かないようにする。
自動ラップ式ポータブルトイレを使用する。
部屋の臭い・・布製品（カーテン　シーツ　ベッドパッドなど）をこまめに洗う。こまめに換気する。
抗菌防臭加工が施された商品を選ぶ。
部屋用防臭剤（置くタイプ、スプレータイプなど）の使用。脱臭機能付き空気清浄機の活用
窓枠を利用した窓用換気扇の利用

ショートステイ

職員の作った織姫と彦星
可愛いと評判でした

無口になるわ～

七夕が近いので、七夕飾りの制作をしています。
細かな作業もササっとされ、気がつくとなが～くつながった飾りなどを作って下さいました。

デイサービスでも準備中

願いを込めて

7月

10日　書道
18日　生花
7・21日　手芸

1日　セーフティラリー開始
5日　家族介護者教室
7日　天理教様ボランティア
17日　FUKUSHI就職フェア
26日　あきばの里運営推進会議
　　民協様ボランティア
29日　宇川いちがお園運営推進会議

いわきの里

野菜の収穫や、料理の下ごしらえと結構忙しいわ

素敵な歌声に感動！心が癒されるわぁ

丹後中学校「合唱祭」

コロナ禍、地域の小中学校の生徒さん達との交流がなくなり淋しいかぎりでしたが、ようやく復活。

玄関に飾らせて頂きました！

ボランティアの岡田様と一緒に紫陽花を生けました。岡田様にはいつも季節のお花まで提供して下さっており、本当にありがとうございます。「花はいつ見てもええわ～」と皆さん喜んでおられます

岡田様に頂いた蓮もよく育っています！

あじさい壁画

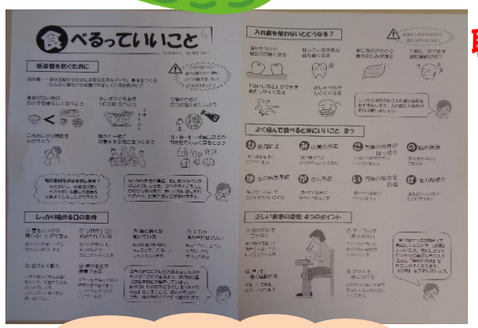
父の日

あきほの里

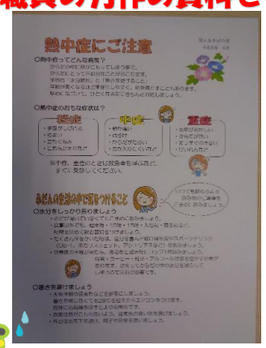
①旬の食事企画！
えんどうご飯に新玉ねぎのかき揚げは絶品！

おおきに

いっぱいのカレーライスでお祝い



職員の力作の資料です



②歯の大切さ・熱中症予防について、お話しさせていただきました

洋食が好きなんですね

これがええですな

調理員とご利用者のメニュー相談

宇川診療所

宇川診療所
理学療法士
東　小百合

椅子から立ちにくい！？

加齢とともに、低い椅子から立ち上がりにくかったり、何度か反動をつけないと立ち上がれなくなったりする方も多いかと思います。

「椅子から立ち上がる」という動作は、いくつかのポイントがあります。元気な時は、筋力もありますし、膝や腰が痛いという事もなかったので気にされなかったかもしれません。このポイントを押さえて「椅子からの立ち上がり」がスムーズになれば幸いです。

【椅子からの立ち上がりのポイント】

①椅子には深く座らず、膝はできるだけ90度以上曲げましょう。膝が痛くて曲がらない方の足は過度に曲げなくても大丈夫です。座面の高さも低いものより太ももと水平または少し座面が高いぐらいが良いと思います。
②テーブルなどに手をついて立つ動作も、前方へ重心が移動しやすいので良いと思います。
③しっかり足の裏全体で踏ん張りましょう。
④立った際も、つま先重心になったりしないように、しっかり足の裏全体で全体重を支えましょう。

この動作を繰り返し行い、起立訓練として筋力をつける運動にもなりますね。
椅子の肘置きを押して立つ方法は手の力を多く借りてしまうので、脚力をしっかり使っての起立にはなりにくいです。
しかし、手で押しての立ち上がりは、「安全に立つ」という意味では有効かと思います。「安全に立つ」と「筋力訓練として起立訓練」を使い分けてもよいかもしれません。

宇川いちがお園

6月は丹後王国「食のみやこ」にお出かけしました。久しぶりの外出で、ジェラテリア「そら」さんのジェラートを食べてきました。外出の機会が増えると良いですね