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 9月 1日
No.342

残暑お見舞い申し上げます

暑さ寒さも彼岸まで・・とはいえ、待てないほどの猛暑日が連日続いています。夏の疲れが出てくるころとなりました。
ぼちぼち稲刈りも始まり、ほんの少し秋の気配を感じるようになりました。
この暑い夏を乗り切り、ご利用者の皆様にはお元気にサービスをご利用いただいています

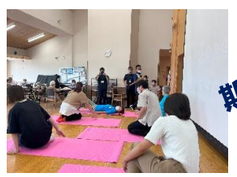
猛暑の中、丹後町民生児童委員協議会の皆様に8月は特養いちがお園の車いすをきれいにしていただきました。
毎日の汚れは少しずつたまります。暑い日差しで日光消毒もできました。汗だくでの作業、お世話になりました。

特養いちがお園では50人の方が生活されています。
ほぼ全員が車いすを利用されています。
要介護度３以上の方が利用できる施設です。

特別養護老人ホームいちがお園での生活を少しご紹介します。
お部屋は障子で仕切ってあるので、障子を閉めると小さな自分のお部屋になります。
今では4人部屋のところは少なくなりましたが人の気配を感じつつ、自分の空間があります。
食事やおやつ、体操などはホールで皆さんと過ごします。
最近はYouTubeで動画も楽しんでおられます。

入浴は家庭用の浴槽で個浴です。
ゆっくりつかっていただいています。
技術がいるので、安全に入っていただけるように工夫しています。
夏場は職員も汗だくですが、気持ちええわ～の声に励まされています。

大学生がやってきました



京都北部で一緒に福祉の仕事をしましょう！と京都介護・ふくしジョブネットに『北部フイールドワーク型実習促進チーム』というのがあります。
今年は佛教大学社会福祉学科の5名の学生さんが来丹。太陽福祉会　丹後福祉会を見学。そして丹後町のはしうど福祉会では熱い語りを聞いていただきました。
丹後の福祉を共に盛り上げていきたいものです。

在宅介護支援センター

こんにちは　ケアマネジャーです

施設入所についての相談が時々あります。
福祉施設にはいろいろな種類があります。要介護度3以上の方は特別養護老人ホームに入所ができますが、2以下の方はどのような施設に入れるのか、今月は介護保険以外の施設についてご紹介します。

ケアハウス

60歳以上で、自炊ができない程度の身体的機能の低下がある方が、食事などの援助を受けながら自立した生活が送れるように構造や設備の面で工夫された施設です。
介護が必要な部分はデイやヘルパーを利用することになるため別途費用がかかります。

京丹後市内	ケアハウス赤坂	６８－１５３５
	ケアハウス丹後園	７４－１０８０
	サポートハウス夢の郷	８３－２５２５

サービス付き高齢者向け住宅

介護度の軽い方を対象とした賃貸住宅です。
バリアフリーの居室で。安否確認や生活相談サービスが受けれます。
介護が必要な部分は外部のサービスを利用することになるため、別途費用がかかります。

京丹後市内　サービス付き高齢者向け住宅ほほえみ　７２－６６６０

介護付き有料老人ホーム

食事や洗濯、掃除などの生活支援と排泄や入浴など身体介護のサービスが受けられます。施設には24時間体制で介護スタッフがいます。

宮津市内　オーチャード天橋立　４５－１１２０

養護老人ホーム

65歳以上で、心身、環境場や経済的な理由から自宅で生活することが困難な低所得の高齢者が利用できます。
入所は市が決定します。相談や申請は
長寿福祉課　６９－０３３０

宮津市内：成相山青巒荘　京丹後市内：満寿園

いちがお園裏手にたくさんお地蔵さまが祀られています。
今年もデイのご利用者がよだれかけを縫ってくださいました。

9月

4日　書道
19日　生花
8・22日　手芸

6日　第3回理事会
15日　敬老祝賀会
21日　第1回評議委員会
24日　宇川いちがお園敬老祝賀会
27日　いわきの里運営推進会議
　　あきばの里運営推進会議
28日　消防訓練

いわきの里

納涼祭

納涼祭を開催。ヨーヨー釣りやくじ引きを楽しみ、かき氷を作って食べて涼を感じて頂きました。とても盛り上がっていました。

左の写真は近所の方から頂いたツルムラサキを調理してみんなで美味しく食べました。「懐かしいわぁ、昔はよう食べたわ」という声も聞かれ、とても好評なようでした。ありがとうございました。

あきほの里

うなぎ釣り？
うなぎ釣り！

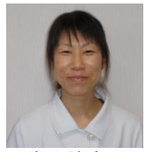
よろしくおねがいします

特養から異動

田原介護士

宇川診療所

まだまだ暑い残暑を乗り切る！



宇川診療所
看護師
永美　晶子

お盆も過ぎましたが、まだまだ暑い残暑を乗り切るために皆さんが行っていることを聞いてみました

☆水分はこまめに、喉が渇かなくても500mlのペットボトル3本以上とる

☆クーラーは28度程度に設定して、扇風機を天井に向けて室内の冷気を循環させる
☆遮光カーテンやすだれをすることで、室内の温度を下げる
☆小さい保冷剤をハンカチで巻いて、首元にあてる。脇の下を冷やすのも効果的

☆寝る前に氷枕やアイスノンをタオルに包んで首にあてる
☆冷感効果のあるシーツ・衣類を使用する
☆朝夕打ち水する

☆体を冷やす食べ物を適量食べる。水分補給や体温調節をしてくれる
きゅうり　トマト　レタス　オクラ　ナス　ピーマン　ゴーヤ
すいか　　梨　メロン　桃など

☆夏バテ防止の食べ物を食べる
タンパク質（筋肉疲労を解消）
　肉　魚　卵　豆腐　豆製品
ビタミンB群（エネルギーを作る）
　豚肉　ウナギ　納豆　枝豆
ミネラル（だるさ解消）
　すいか　メロン　桃　ブドウ　バナナなどの果物
ビタミンC（疲労回復）
　ブロッコリー　キウイ　赤ピーマン　黄ピーマン　レモン
クエン酸（食欲増進　疲労回復）
　オレンジ　レモン　梅干し　酢

参考になりましたか？
『暑さ寒さも彼岸まで』　厳しい残暑を乗り切りましょう

宇川いちがお園

8月にはお盆前後にたくさんのご家族が面会に来てくださりありがとうございました。

今月は紅白饅頭づくりをしました。一人一人餡を包んでいただき、ご自分の作った饅頭をおやつに食べていただきました。
蒸しあがった饅頭に「大き～膨らむなあ」と感心されていました。

完成です
いただきます