

かがし通信

第9号 2011年8月15日

発行:横浜育明会 発行人:佐原幹夫

題字:鈴木 貞二様(通所リハビリテーションご利用者様)

「10年目の意気込み」

施設長 佐原 幹夫

「10年ひと昔」があたりまえだった時代は、今からもう20年前の話となつてしまいました。

「ひと昔」の定説は、ドッグイヤーと呼ばれた7年説も通り過ぎ、この頃では「5年ひと昔」説が、しっくりなじみつつあるようです。確かに5年が経過すれば街並みも環境も、私たちを取り巻く多くのものが急速かつ劇的に変化をする時代です。そんな時代感覚の中、都筑シニアセンターは開設以来、おかげさまで10年の歳月を重ねました。

平成23年6月には10年勤続を迎えた多くの職員を永年勤続表彰することで感謝の意を伝えることが出来ました。

しかし、この10年は地域の皆様やご家族様、関係者の皆さんの支えやお力添えを無しには語る事ができません。

10年前の都筑シニアセンターは遠い道のりを遥かに仰ぎながら一歩を踏み出しました。その一歩は自らの足元と、足元のほんの少し先を見据えて歩いてきました。節目節目のときには一度歩みを止め顔を上げて、遠い道のりを確認し、また歩き出しました。今日のように時々は今までの道のりを振り返り新たな可能性を模索することもありました。

開設10周年を迎え、また面を上げて遥かな道のりを見据えて歩みだしますが、これから進む道は10年前のぼんやりとした遥か遠いものではなく、はつきりと鮮明に見える道です。

このたどってきた道の延長こそが、私たちの進むべき道だと確信しています。



before

中庭

以前は花や木も少なく寂しい中庭でしたが送迎業務の方や清掃スタッフの井上さんを筆頭に細かく丁寧に手入れをしてくださいました。今では野菜の収穫もできる程のステキな庭園になっています。



after



before

リハビリ

平成22年度より、リハビリスペースとデイスペースの位置を変更し、リハビリスペースは個別・集団リハビリ共に行える総合リハビリスペースとなりデイスペースは藤棚も眺める事のできるくつろぎの空間へと変わりました。



after

都筑シニアセンター 10周年!

祝

皆様のお陰で都筑シニアセンターも10周年を迎える事ができました。そこで10年前の都筑シニアセンターと現在の都筑シニアセンターを比較してみました。



before

ユニフォーム

職員のユニフォームです。10年前はどの職種も同じユニフォームでしたが、ご利用者様からの要望もあり職種によって色を区別をし、今ではわかりやすくなりました。

モデルは緊張します~



after



before

入浴

「安心してご入浴いただけるように」と願いを込めて、平成23年1月よりFJ浴を導入しました。日曜日以外は毎日、2F浴室にて入浴していただいています。ここでは普段なかなか会えない、フロアの職員に会えるかも?



after



before

佐原施設長

最後にわれらの佐原施設長の登場です! さて10年前とどう変わったでしょう?

なんとなくスッキリしたようにみえませんか…?



after

都筑シニアセンターの顔!



熱中症対策

昨夏は日本各地で最高気温記録を更新しました。今年も未曾有の大震災で夏の電力不足が懸念されております。今年も暑くなります。節電のためエアコンの温度を制限せざる得ない状況になっています。

そこで心配されるのが熱中症です。屋内で安静にしても熱中症は発症します。(特に高齢の方は湿度に対する感覚が弱くなるため暑さや体の水分不足を自覚しにくい、体の熱を放散しにくいことが言われています。)また熱中症という病態が誰にでも起こりうるということをもっと知っておいてください。



曾田博道管理医師

熱中症についてお話しします

熱中症は日射病(熱失神)→熱痙攣→熱疲労→熱射病というように重症度に応じて名前が変わります。

症状と重症度はこむら返り、立ちくらみ、**大量の発汗、疲労感、めまい、頭痛、吐き気、嘔吐**などがあれば軽症～中等症、意識障害、けいれん、臓器障害など起これば重症です。

気温が30度以上、**湿度が70～80%**、風が弱いときは熱中症が起こりやすいといわれています。

Dr.曾田より熱中症対策のワンポイントアドバイス!

Point 1

室温を下げましょう。

窓を開け部屋に風を通し、扇風機やうちわで風を送ったり、すだれやカーテンなどで直射日光を避けるようにするのも効果的です。



Point 2

冷やした保冷剤を使い首筋などに当ててみましょう。

Point 3

夏にあった服装をしましょう。

速乾性、吸汗性、通気性のいい服を着ると良いでしょう。

Point 4

こまめに水分摂取をしましょう。

アルコールは利尿作用があるためおすすめできません。

Point 5

汗で失った水分を補給しましょう。

ここで重要なのは水分だけでなく塩分とブドウ糖を一緒にとりましょう。これは塩分とブドウ糖を一緒にとると水分の吸収がより促進されることが明らかなためです。薬局などで経口補水液(スポーツドリンクと比べカロリーが控えめです)として販売されております。

Point 6

しっかり食事を摂り、しっかり睡眠をとりましょう。

体調の変化など気になることがありましたら医師、看護師に気軽にご相談ください。さあ、暑い夏を皆さんで乗り切りましょう。



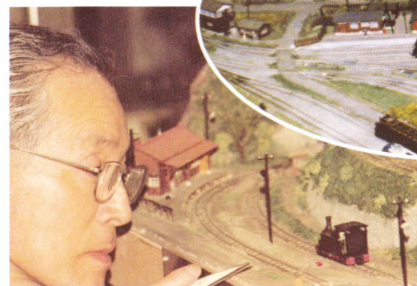
私の only one File 5

今回の「私の only one」は、
3F北東ご利用中の新崎定勝さんです。
新崎さんの “only-one” は **本格！ミニ機関車づくり** です。



茅ヶ崎の工場にて工場長をされていた新崎さん。62歳の退職間近から始めたのがこの鉄道模型でした。初めて作ったものが写真にもあるような鉄道模型。木と紙で家などの建物を作り、細部までこだわったジオラマで雑誌の大賞をとった事がきっかけとなり、実際に石炭をくべ、人を乗せて走る事のできる金属製のミニ機関車を作り始めました。

イギリスからモデル、材料を取り寄せて造ったものは、仲間の皆さんと共に実際に新宿交通公園などで子供達を乗せて走らせた事もありました。今ではその「ミニ機関車」作りを息子さんが引き継ぎ、今でも作り続けられています。

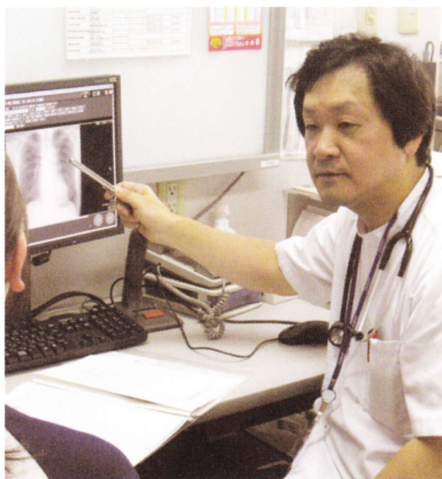


本物そっくりの
鉄道模型に
ビックリ！

記：下田朋香

職員の only one File 2

今回の「職員の only one」は、
末村副施設長です。
副施設長の “only-one” は **写真** です。



併設クリニックの医師でもある末村副施設長は、4年程前より写真を趣味で初められ、植物や風景を撮影されています。植物では花を中心に、開花のベストシーズンに植物園に出かけて撮影。旅先ではさまざまな風景を撮られているそうです。

年々腕を上げられ更にカメラもグレードアップ!! 自分のイメージに構図とタイミングがぴったり合った時には大変満足されるそうです。忙しい毎日の中で、時間と共に変化していく自然の姿に安らぎを求められているのでしょうか…。今回はベストショットの一部をご紹介します。



記：中安紀子

かかし通信の
新しい**題字**が
決定しました！

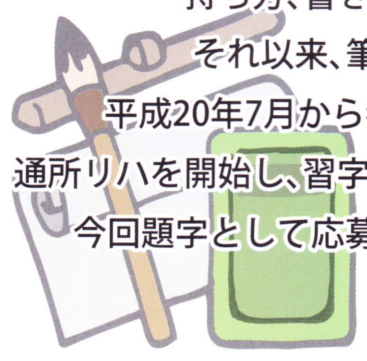
「かかし通信」4月号で広報誌の題字を募集いたしました。多数のご応募、誠にありがとうございます！
厳選なる審査の結果、通所リハビリテーションセンターをご利用の『鈴木貞二様の作品』に決定いたしました！

かかし通信

高等小学校時代(14、15歳)に筆の
持ち方、書き方を習いました。

それ以来、筆を持つことなく

平成20年7月から都筑シニアセンターの
通所リハを開始し、習字を始めたことがきっかけで、
今回題字として応募させていただきました。



鈴木貞二様



趣味は
俳句作りです

記:上原なほ子



家族懇談会

今年で3回目になります家族懇談会を7月31日に開催いたしました。
今年は、30組のご家族様にご参加を頂き、施設の取り組みの説明や貴重なご意見を頂きました。今回はご家族様に実際にご利用者様に提供している食事の試食や、リハビリ体操などを体験していただく、新しい取り組みを行いました。

ご家族様の意見を基に、
より良いサービス提供に
繋げて行きたいと思っています。
これからもご協力をお願いいたします。



記:高橋哲洋

伝言板

新 人 職 員 さん を ご 紹 介 します!



玉川理香

ご利用者様の多くの笑顔にふれたいです。



福原哲朗

還暦を迎え、新たな職務頑張ります。



佐藤大海

分からない事が多いですが宜しくお願いします。



鈴木康弘

初めての仕事とひとり暮らし、頑張ります。



斉藤恵子

福島出身です。地元の方は大変ですが、私も「がんばっぺ」



望月雪華

明るく、楽しく元気に頑張ります。

夏の風物詩！流しそうめん！



皆様、流れてくるそうめんを、楽しそうに食べていらっしゃいました。

職員は浴衣でお出迎え！



都筑シニアセンターのやさいたち！



昨年お伝えしたやさいたち！今年も実りの時期となり、元気に育ってます!!

広報委員長より

本年度4月より、新たに広報委員長になりました下田朋香です。まだまだ委員長としていたらないところがあると思いますが、より多くの方々に都筑シニアセンターの「今」を伝え、見ていて楽しくなるようなかかし通信をお届けできたらと思っております。又、10周年を迎えた都筑シニアセンターが皆様にとってより良い「場所」と感じていただけるよう、日々努力していきたいと思っております。宜しくお願い致します。

広報委員長：下田朋香

編集後記

今号の出来はいかがでしたでしょうか。何かと世間は災害・節電・猛暑とつらい話題が多いですが、都筑シニアセンターは笑顔と明るさを大切に、毎回楽しんでいただける「かかし通信」発行に、広報委員一同努めてまいります。これからもどうぞ宜しくお願い致します。

広報委員：中安紀子・上原なほ子



介護老人保健施設 都筑シニアセンター
通所リハビリテーションセンター
併設クリニック
<http://www.tuduki-senior-c.com>

〒224-0024 横浜市都筑区東山田町1357番地
電話番号(代表) 045-595-0021
FAX番号 045-590-5272
事業所番号 1453880002