

ひかり通信

第40号
令和2年4月
社会福祉法人 文珠会
常明園



職員雑感

ニュースでは毎日新型コロナウイルス感染症の話がでています。徐々に範囲が広くなり、日に日に感染したらどうしようという不安になります。そんな不安を押しのける為にも、まず今の自分達でできること、手洗いやうがい徹底して感染予防の基本をしっかりとやっていこうと思います。

それから先日常明園では火災訓練を行いました。新職員からベテランの職員まで、消火器・消火散水栓の使い方や、避難経路と利用者の方々の誘導する手順を、業者の方にしっかりと指導して頂きました。火災を起こさないように、火の取り扱いにも注意を行っていきます。写真は火災訓練の様子を撮っています。

医務だより

・梅雨の体調不良にお勧め

看護師 豊村 順子

春一番が吹いて日に日に暖かくなってきました。花粉の季節が来てその後、ジメジメとした梅雨の季節がやってきますね。少し早いのですが梅雨の時期に体調が優れなくなるのは、一体なぜなのでしょう？その理由は…？

1. 自律神経の乱れ
2. 湿気
3. 日照不足

・梅雨の時期になると「湿気」も体調不良の原因の1つです。湿気が多いと皮膚からの発汗がうまくできなくなり、水分や熱が体内にこもってしまいむくみの原因となります。水太りの様な状態になるので、体が重だるくなってしまうのです。

・私たちの体は、日光を浴びると「ビタミンD」を作り出します。ビタミンDは不足するとうつ症状が出やすくなるということが、研究によって分かっています。梅雨の時期は、雨や曇りの日が多くなるために日照率が低くなり、体内でビタミンDが作り出されにくくなるので、抗うつ状態になりやすくなります。その為に体調不良まではないかなくても、なんとなく気分が晴れないと感じる方もこの時期に多く見られます。

★梅雨の時期、自律神経を疲れさせない為にまず朝食時間を大切に！体温を上げる食材をプラスして、ワンランクアップした食事をとり「梅雨ダル」を予防していきましょう。

森床屋さん今までありがとうございました

昨年年末をもって森床屋さん（森博様）の出張床屋が、終了することになりました。

前理事長とのご縁で常明園設立当初より三十年以上、山の上の施設まで、また移転してからも二か月に一度来ていただいていた。いつもプロ魂あふれる丁寧なお仕事ぶり、散髪が終わった後の利用者さんは、とても気持ち良さそうにされていました。

利用者さんからの信頼も厚く、「森さんじゃなければ切らん」と言われる方もいました。利用者さん一人ひとりと真摯に向き合う姿勢は、私達職員も見習いたいと感じていました。

差し入れて頂いたお饅頭…おいしかったなあ…お心遣いに感謝しています。

長い間お世話になり本当にありがとうございました。

新利用者紹介



平湯 成子

初めまして9月から通所で常明園に来ています、よろしくお願ひします。

園に来たときはおしぼり畳みや、ラジオ体操など運動をしています。常明園に行く日をとっても楽しみにしています

新職員紹介

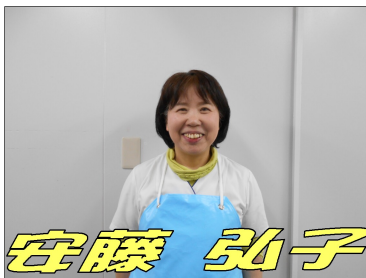


西村 伸哉

昨年12月から常明園でお世話になります。西村と申します、よろしくお願いします。お願ひいたします。

この職種は初めてですが、先輩の皆様に優しくご指導いただき少しずつではあります慣れてきました。

まだまだ分からない事が多くご迷惑をおかけする事があるかと思いますが、何卒よろしくお願ひいたします。元気に明るく頑張ります。



安藤 弘子

この度、調理員として勤務している安藤と申します。よろしくお願ひ致します。

早いもので1ヶ月が過ぎましたがスタッフが、利用者の皆様に温かく迎え入れて頂き、アットホームな環境の中で働けることが私の励みになっています。

利用者の方より「安藤さん美味しかった！」と言って頂いた時の嬉しかった気持ちを忘れずに、常に初心に返って、利用者の皆様の笑顔の源となる食事を提供できるように頑張っていきます。

職員研修報告

【12月】

・就労支援フォーラム
NIPPON 2019 東京

贈与品お礼

濱崎 様 … 野菜
深井 様 … おしぼり
森床屋 様 … お菓子
村岡 様 … シャワー用車イス

編集後記

今年度最後のひかり通信をお届けします。

今回は普段の日常で行っている日中活動について、いつもより深く取り上げて書いています。手に取って読んで頂ければ幸いです。

広報班一同

園で行っている日中活動報告



年間行事

写真は餅つきをしている時です。
この他にも年間を通して、Jフェスタ・旅行・クリスマス会など行っています。

恒例行事ともいえるので利用者の方が飽きがこないように、職員も真剣に新しい事を取り入れて楽しんでもらえるように頑張っています。



カラオケ・DVD鑑賞

常明園の日中活動で一番人気があるのがこのカラオケです！高得点を目指して、自慢の歌声を披露されています。

映画を楽しみたいという方には、DVD鑑賞部屋で楽しまれています。



陶芸

こちらの写真は、作業棟で行われている日中活動です。利用者の方は真剣に陶器作りや、急須の取っ手の部分の針金通しなど作られています。

職員の方が何も考えずに挨拶をすると、「気が散る！」と怒られてしまいます。手の感覚一つで作り上げた陶器を、是非来られた時にでも見てほしいと思います。



運動

歩行訓練の一環として雨の日は廊下を歩いて、天気の良い日は常明園の周りを散歩に行っています。肌で季節を感じてもらうには、外を歩くことが一番だと楽しみにされている方もいます。

この他にもラジオ体操や機械を使った運動、ボールを使って手足を動かしてもらっています。