

医療だより

豊村 順子

「ばね指」について
 症状…指は腱（けん）によって、曲げ伸ばしをすることが出来ます。指の付け根で屈筋腱（くつきんけん）と靱帯性腱しようの間で炎症が起こると「腱しよう炎」になり、腱しようの部分で腱の動きがスムーズでなくなり、指の付け根に痛み・腫れ・熱感が生じます。原因…更年期の女性に多く、妊娠出産期の女性にも多く生じます。手の使い過ぎやスポーツ、指を良く使う仕事の人にも多いのが特徴です。

治療…保存的治療としては、局所の安静や投薬、腱しよう内ステロイド注射などがあります。この注射は有効で、おおむね3ヶ月以上は無症状なことが多いですが、再発を繰り返す場合は、腱しよう炎のしようを開く手術を行います。切開するのは腱しようの一部だけなのです。小さな傷で済みます。

厨房だより

木塚 百合子

4月に入り、暖かくなってきました。運動するには丁度良い時期ですね。
 高齢になると転倒骨折や、嚥下障害などが起こりやすくなります。カルシウムの吸収を高める為に、日光浴が効果的ですが、水分不足になりやすいので注意しましょう。
 水分不足は血液の流れを悪くし、脳血栓を起こす危険もあります。出来ることから少しでも身体を動かし、こまめに水分補給を行い元気に過ごしましょう。

新職員紹介



佐藤 健市

去年12月より勤めさせて頂いております。介護支援未経験の私を、スタッフの皆様、そして利用者の皆様に、心温かく迎えて頂き感謝しております。まだまだ日々勉強の毎日ですが、利用者の皆様が楽しく過されますよう努力してまいります。



明時 孝則

常明園の厨房に勤務するようになって、早いもので4カ月が過ぎようとしています。厨房の仕事は覚える事が多く大変ですが、栄養士をはじめ厨房のみなさんの指導を受け、時には厳しく時には優しく接してくれる栄養士、厨房のみなさんの指導の元、仕事を早く覚え一人前の厨房員として日々前進して行きたいと思えます。どうぞこれからもよろしくお願い致します。

体験学習

【1月】

社会福祉法人 ここの海会 … 2名

編集後記

今年度は利用者の方とおやつ作り、園で育てた野菜を使って食べる収穫祭など、イベント行事も増やし、楽しく過してもらおうと考えています。恒例行事についても、新しい案を出し合い、また盛り上げていこうと頑張っています。ブログや広報誌についても、より楽しく読んでもらえるように、精進してまいります。

クイズの答え



- ① 傘がなくなっている
- ② 掲示物が増えている
- ③ オレンジの靴べらがなくなっている
- ④ 置物が増えている
- ⑤ 旗が無くなっている

ひかり通信

第37号

平成31年4月

社会福祉法人 文珠会

常明園



収穫祭

天気がよかったので、大根、かぶ、ネギなどの野菜を利用者の方と一緒に収穫に行きました。その野菜を使って豚汁とおにぎりを作ってもらいました。豚汁は利用者・職員の方から大変好評でした。

午後からは散歩やカラオケ、近くの公園までドライブをして、公園でおやつを食べたり、春のさわやかな風を楽しんでもらえたと思います。公園に行かれた利用者の方は「昨日公園に行った」「楽しかった」など言われていました。

冬は寒いけど暖かいかな？

施設長 佐藤 正明

さてさて、すっかり春めいてまいりまして暖かくなりました。作業場で作業している人に、今年の冬を振り返って何か良いことありますか？と質問してみました。「一度も風邪ひかなかった！」という声。確かに今年は暖かかったですからね。近年は特にインフルエンザ予防に力を入れているわけですが、今年は罹患ゼロ。職員の家族にインフルというのはあったようですが、幸い広がることも無かったようです。結果的に大変良かったですが、暖かかったのが一番良かったのでしょうか。「そういう雪降らなかった」という声もありました。職員が通勤難民にならずに、良かったという理由だそうです。中には山間部にお住まいの人もいたので、雪が降ると通勤が大変だという心配のことであつたようです。なるほど、そのように心配してもらってたんですね。職員が休まず来てくれるのはありがたいですが、利用者さんもそう思っただけで下さってるんですね。なんだかとてもありがたいです。冬とは関係ないのですが、陶器の作業場でしたので、新しい仕事を覚えたのが良かった、という話も聞きました。連係プレーで、茶碗の胴体（ボウル部分）を作る専門の人から、高台という丸い輪をくつつける工程（その後の削りまで）をマスターした人がいるのです。なかなか高度な技なんですよね。確かに凄いことです。また、丸まった平皿が安定しないので、底の部分の削るのを覚えた人もいます。泥の粉だらけになりながら、バンバン削ってたくましいのです。これも凄いことです。みんな頑張ってるな。

「もう春だから花見に連れて行かんばよ！」という声もありました。確かに楽しみを持ちながら、日々頑張るのが大切ですよ。行事班の担当に、計画をお願い致します。



生産活動、陶芸課NEWS

陶芸体験で地域交流

寒い冬も終盤を迎え、少しずつ春の香りが漂ってくる季節。そう、入学・進学の時節ですね。親戚や日頃快くお付き合いをしている方やそのお子様などで、この春入学や進学などの人生の節目を迎えられる方はいませんか？

入学・進学は、周囲にとってもとても嬉しいものですよ。本人が期待に胸を膨らませているのを、温かく見守ってやり、励ましてあげたい気持ちになります。

近隣にある「やまだこども園」の園児たちも同じです。卒園を控えられた園児たちが記念作品として陶芸（ペン立て）製作に來られました。園児たちの笑顔・熱心に聴く表情が印象的で、すくすくと頼もしく成長されている様子がうかがえました。

卒園記念として常明園の陶芸体験を、ご利用していただけるとは嬉しいかぎりです。

メンバーの方も指導に参加してもらい、「解るように伝える」事の難しさを感じられたのと同時に、楽しいひと時を過ごさせていただきました。やまだこども園の皆様ありがとうございました。



クリスマス会

恒例行事のクリスマス会を今年も開催されました。いつもの名司会、職員の大浦さんによる第一声で始まり、昼食はクリスマスメニューのご馳走を食べてカラオケやスタンプ演奏、視覚障害をお持ちの利用者黒木さんの素晴らしいピアノ演奏に皆さん拍手喝采で感動されてました。来年度も楽しんでもらえるようなことを考えて行きたいと思います。



手作りおやつ

新しいイベントで、利用者の方と一緒にやっ作りをしました。今回はお試しということもあり、4人の方に米粉おからドーナツを作ってもらいました。袋に入っているアンをこねてもらおうと準備しましたが、手でパン叩かれる方や、上手にこねる方など様々でした。皆さん熱心に作られていました。笑顔が絶えないおやつ作りでしたが、一番の大盛り上がりは、やはり出来上がりを食べる時でした！最後まで楽しんでいた様子で、とてもよかったです。



クイズ！間違ひさがし

左右の写真では、何か違う所が5カ所あります。どこが違うのか、全部わかりますか？

※画像の編集の際に若干のズレがありますが、それは含めず考えて下さい

