

湖畔

vol.48 平成28年 5月

医療法人 十全会

発行：医療法人十全会広報委員会
所在地：高知県土佐郡土佐町田井 1372
電話：0887-82-0456 (代表) FAX：0887-82-0459
ホームページ <http://juzen-kai.or.jp/>



生き生き会総会開催

レイクビューさめうら家族会「生き生き会総会」が、4月16日(土)午後2時から、レイクビューさめうら5階会議室で行われました。役員及び会員の皆様には、大変お忙しい中、多数ご出席いただきましてありがとうございます。

最初に霊山会長から、ご挨拶があり、引き続き会員の方々より自己紹介をしていただきました。そして①平成27年度の事業、決算、監査の報告並びに質疑応答が行なわれました。平成27年度の事業報告では年間行事として利用者様に季節を感じたり、思い出話で盛り上がったこと、イタドリや皮むき、ぜんまい揉み、柚子絞り等行って、実際に料理して食べたことや、四季折々の行事・バイキングや手作りおやつを楽しんでいる様子をご覧になっていただきました。

②平成28年度の事業計画、予算案についての質疑応答が行なわれました。年間行事については家族会として行事に協力すること等を決定されました。

総会の後、レイクビューさめうら谷野作業療法士による研修会、「腰痛予防対策」を行いました。先ず始めに講義、腰痛にならない為に気を付けるべきこと、があり、続いて実演(実技)に移り一緒に座って出来るストレッチ体操をしました。体操の後にはコーヒーと栄養科の手作りのお菓子をご賞味いただきました。意見交換をしていただきました。



紹介員

田所五月 看護師
3月10日から3階介護病棟で勤務しています。



だき、3月から2階で勤務しています。患者様の声に耳を傾け、患者様の立場に立って看護をしていきたいと思っています。看護師としてはまだまだ未熟ですが、知識・技術面で色々な経験をを通して成長していきたいよう頑張ります。

白石朋也 理学療法士
3月23日からリハビリテーション科に勤務しております。理学療法士として責任を持ち恥じないよう仕事を頑張っていきたいと思います。よろしくお願いします。



早明浦文芸 歌壇・俳壇

ゴールデンウィーク No.3

今年の大連休は2日休めば10連休です！

俳句 近詠句の中から

残る花 奥土佐の山 鬱深し
時てる 一揆の郷や 春疾風
青麦の 畑引き裂かる 地震の痕

伊藤 資子様

寝たきりの顔をひととき 朱鷺色に染めて 四月の陽は昇り来ぬ

今けたただ お迎へあるを待つのみと 白鳥の温笑みて鶴折る

6日休めば14連休じゃか

360日はあ休めば365連休や

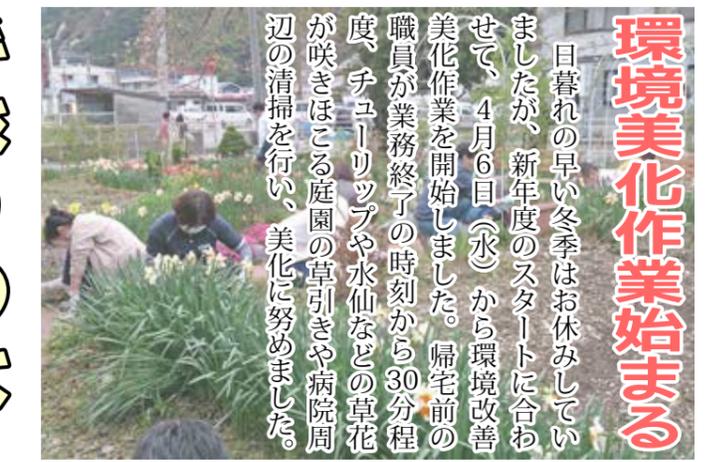
世界一 休みやー

やったー

作：ゆずボンかけ太郎

短歌 療養病棟のひとこま

高井郁弥 作業療法士
4月1日からリハビリテーション科で勤務させていただきます。まだまだ至らぬ点も多いですが、患者様やそのご家族様の笑顔が増えるよう努力していきます。よろしくお願いします。



環境美化作業始まる

手作りの杖を寄贈いただきました

大豊町川口の藤井勇介様から、丁寧に手作業で製作された杖7本をいただきました。今回のご厚意に感謝し、多くの患者様に使っていただけるよう大切にしていきたいと思っております。ありがとうございました。

友遊会絵手紙作品展

● さめうらギャラリー ●

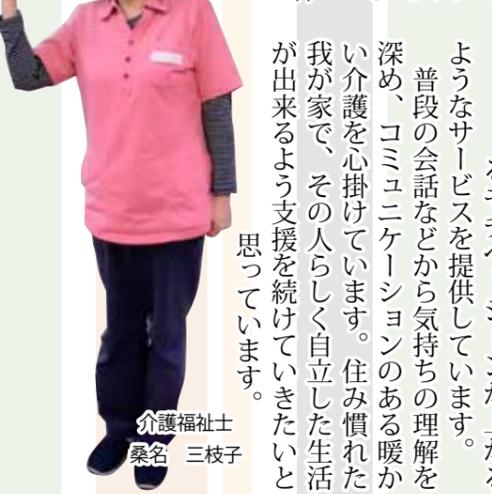
今月は、ギャラリーでもおなじみ「友遊会」の皆様の絵手紙作品を展示しています。【5月下旬まで開催】

今回の「リハビリテーションワンポイント講座」はお休みです。



リハビリテーションワンポイント講座
4月30日(土)療育福祉センター
リハビリテーション科部長 池みつ江
先生と寺岡みゆき先生による勉強会を
行いました。テーマは「子どものリハ
ビリテーションについて」作業療法士
の視点から。外部の先生を招いての
勉強会は、リハ科としても初めての試
みでしたが、積極的な意見交換が出来
大変有意義な時間となりました。講義
の中で、子どもの遊びと作業療法の展
開について具体的な話と、手造りの訓
練道具を見せていただき、大変勉強に
なりました。また、訓練用具を一部寄
贈していただきましたので、さっそく
臨床で使いたいと思います。当院で
はリハビリ通院のお子さんはまだ少な
いですが、お子さんやそのご家族の力
になり地域貢献できるように、自己研鑽
のための勉強
会を継続し、第
2回「正常発達
について」、第
3回「コミュニ
ケーションの
発達」をテーマ
に療育福祉セ
ンターから講
師をお招きし
開催する予定
です。関心の
ある方はぜひ
ご参加下さい。

訪問介護とは、さめうらヘルパース
テーションのスタッフが利用者様
ご自宅を訪問し、日常生活で困難な
ことの援助やケアを行う仕事です。
その業務内容は、基本的に【身体
介護】と【生活援助】になります。
身体介護とは、トイレ介助、食
事介助、着替え介助、入浴
介助、買い物への付添介
助等になります。
生活援助とは、
住居の掃除、食
事の用意、洗濯、
お任せください！



介護福祉士 中山 美月

事業所紹介
指定訪問介護事業所 **さめうらヘルパーステーション**

不安なこと、
お困りのことは
ありませんか？

私がお手伝い
させていただきます。

訪問介護とは、さめうらヘルパース
テーションのスタッフが利用者様
ご自宅を訪問し、日常生活で困難な
ことの援助やケアを行う仕事です。
その業務内容は、基本的に【身体
介護】と【生活援助】になります。
身体介護とは、トイレ介助、食
事介助、着替え介助、入浴
介助、買い物への付添介
助等になります。
生活援助とは、
住居の掃除、食
事の用意、洗濯、
お任せください！

買い物代行、ゴミ出し
等があります。
訪問介護サービス
は、何でもやって差し
上げるのではなく、利
用者様の自立を支援す
るといった特徴がありま
す。ご本人が出来ること
までスタッフが行い、出来
る能力を奪ってしまうので
はなく、出来ることはやっ
ていただき、生活に対す
るモチベーションが上がる
ようなサービスを提供しています。
普段の会話などから気持ちの理解を
深め、コミュニケーションのある暖か
い介護を心がけています。住み慣れた
我が家で、その人らしく自立した生活
が出来るよう支援を続けていきたいと
思っています。

サービス提供責任者
千頭 節民

想い出のアルバム
あの日のあの特

田岡 友子様 老健6階入所
大正12年11月22日生 92歳

土佐町下川口で生まれ育ち、お父さ
んの林業の仕事で山梨県へも行きま
した。22歳で結婚後、伊予三島市で
主人は住友鉱山、友
子さんは雑貨屋で、
食品や生活雑貨を販
売して3人の子供を
育てました。ご主人の定年前に土佐
町に帰り、土地を得てうどんやお寿
司がメニューの小さい食堂を営みま
した。料理が得意
なおばあさんの味
を思い出してうど
んのおつゆを作り
評判がよかったそうです。その傍ら
50歳で車の免許を取り、電報や郵便
局の持ちもどり(書き留め、小包現
金封筒)を配る仕事を夫婦でしまし
た。ご主人は晩酌をするため、運転
は友子さん、ご主人は道案内をして
くれました。おじいさんとお父さん
がとも真面目でよく働く姿を見て
育ったので、仕事は一切断らず、元氣
で80歳まで続けました。車の運転は
85歳までしました。無線の免許やモ
ールス信号の免許も取得して、その頑
張りはご家族や親族も認めています。

ご主人と
雑貨屋の店先で

48



レイクビューさめうら6階
入所では、4月5日・4月12
日にさめうら荘への外食と花
見、遠足に行きました。さめ
うら荘では予めメニューを取
り寄せ注文してい
たお料理を美
味しく召し
上がられ
ました。
4月5日
は桜の花が満開で、

さめうらダム桜並木
のもとでバスを降りて
満開の桜を楽しんでい
ただきました。
4月12日は本山町
帰全山で散策しまし
た。この日はすでに桜
は殆ど散り見ることは
出来ませんでしたが、
石楠花とつつじの花を
見ることが出来ました。
石楠花の開花は今年より早く、

癒しのひととき
アニマルセラピー

4月21日(木) 佐野獣医科医院
から動物ボランティアの来訪があ
りました。動物は人よりも体温が
少し高く、また沢山の毛に被われ
ているので「ふれあい」は安堵感
や手に対しての良い
刺激を与え、血圧
を安定させたり
閉鎖的な精神状
態を解放
し、心身と
もにリラッ
クスさせる効
果があるとい
うことです。
可愛い犬
や猫とふれ
あい、心身とも
に癒されました。

アニマルセラピーは3カ月に1回程度で定期的に開催しています。

つつじはこれからが見
ごろだということでした。
また、忠霊塔を懐
かしく見られる方もい
らっしゃいました。
両日とも天気には恵ま
れ、帰全山公園からは歩
いてさくら市まで帰りました。そ
こでパンやアイスクリームを買って
食べました。ご協力くださったご家族
の皆様ありがとうございました。

地産地消
レシピ

ふきのくるみじょうゆあえ

<作り方>
1. ふきは鍋の大きさに合わせて切ります。塩を入れた熱湯(熱湯5
カップに対し、塩大さじ1の割合)で下ゆでし、ゆで上がれば
水に取って皮をむき、3~4cm長さに切ります。
2. くるみは160℃のオーブンで4~5分、途中で一度返して、から
焼きし取り出して冷まします。あえ衣用のくるみをすり鉢で粗
りにし、砂糖、しょうゆの順に加えてすり、ふきとあえて器に盛り、
くるみを飾ります。【栄養料】

ふきは、細胞の新陳代謝を促進するビタミンB2、
脳神経の正常な働きに役立つナイアシン、貧血予防
に欠かせないビタミンである葉酸、疲労回復や利尿
作用、高血圧の予防に役立つカリウムを含む。

くるみは、100gで673キロカロリーもある、高エ
ネルギー食品。コレステロールを低下させ、動脈硬
化を予防するオメガ3脂肪酸が多く含まれ、抗酸
化物質であるポリフェノールやビタミンEも豊富。

<材料 4人分>
ふき……1束(300g)
塩……適量
あえ衣
くるみ……50g
砂糖……大1・1/2
しょうゆ……大2
くるみ……4個