

医療法人社団為王会

ケアプラザ矢板だより

編集：ケアプラザ矢板だより編集委員会 発行：ケアプラザ矢板

INDEX

- ・人とのつながりも大切に…………… 1
- ・老健かさね、通所リハビリ生活館… 2
- ・ケアコートかさね…………… 3
- ・今回のトピックス…………… 3
- ・キラキラ利用者さん…………… 4
- ・はつらつスタッフ…………… 4
- ・看護課だより…………… 4
- ・編集後記…………… 4



春を探しに散歩へ行こう！！
～介護老人保健施設かさねより～

「人とのつながりも大切に」

リハビリ副主任 鉢村 奈緒子



健康や介護予防にはどのようなことが影響しているのでしょうか？
どれだけ運動しているか？お酒をのんでいるか？太っているか？よりも、「どれだけ人とつながっているか？」が、健康に大きく影響を及ぼしているらしいのです。「実際に運動をする」よりも、「参加してしゃべるだけ」という方が、寝たきりになりにくいというデータもあるようです。

私たちは身体機能面だけではなく、社会的交流・参加に関しても念頭に入れながら支援を行っています。このコロナ禍で難しい課題ですが、「誰かとつながっていることで何だか元気！」と感じてもらえるような支援を目指していきます。

介護老人保健施設かさね

矢板市中2011-4

☎0287-44-2011



「春の散歩」

ひさしぶりの外への散歩！みなさん待ち遠しくて朝からにこにこ(^o^) 少し肌寒い気もしたけれど、春の花をみつけて、こいのぼりをみて、目で肌で季節を感じてきました♪

「お手伝い」

「お手伝いおねがいします」と声掛けしコップを拭いてくれます♪明日は誰にお願いしよーかな？

—行事予定—

6月 野点 7月 七夕 8月 納涼祭

感染症対策を行いつつ季節を感じられる行事を検討していきます。



通所リハビリテーション

かさね生活 (いきいき) 館

矢板市中2011-4

☎0287-47-5570



「藤井聡太棋士の ように」

大好きな将棋を、ケアプラザ矢板の仲間たちと楽しもう！！好きな方は、ぜひ一緒に♪

「昔を思い出して」

気持ちを込め、一文字ずつゆっくりと…自分だけの時間を満喫出来ます。墨の匂いは落ち着きます。

「あんぱんどれかな」

移動販売のパン屋さんで、大好きなパンを見つけよう！！自分で見て選ぶ、楽しいお買い物☆また来て下さい(^)/

「夏にむけて 頑張るぞ！！」

1本1本草むしり。みんなの庭が、きれいになっていくのが、とても気持ちいいです♪

—行事予定—

6月 創作 7月 七夕 8月 夏祭り

毎月、季節に合ったイベントや楽しい行事を企画中です！！



サービス付き高齢者向け住宅
ケアコートかさね
 矢板市中2011-4
 ☎0287-44-1777



「久しぶりの外出～桜～」

2日間に分けて、長峰公園へ行ってきました。
 1日目は、暖かい中、春を感じてきました。
 2日目は、少し肌寒く桜吹雪きの中、春を感じてきました。どちらも、違った春を感じさせてくれる思い出に残る外出になりました♪

「筋力アップ！」

月に1回のお楽しみ！！
 参加者も増え、盛り上がっています(*^-^*)楽しく運動できるのは何よりです。

「真剣に…」

毎月、季節を感じることでできる作品作りを実施しています♪

—行事予定—

6月 合同誕生会 7月 七夕 8月 納涼祭

毎月、創作・運動・脳トレ等実施しています (*^-^*) ♪



新しい趣味で認知症を予防し充実した生活に！



まだまだ、コロナウイルスの影響は続きそうですね(._.)
 ステイホームを楽しい時間にする為に、新しい趣味を見つけるのはどうでしょうか。
 楽しみながら集中して指先や体を動かす事は脳にとっても良い刺激となり、認知症の抑制や発症予防にも効果があると言われてています。

ケアプラザ矢板の利用者様は多趣味な方が多く、皆さんとても生き生きと過ごされていますよ！
 私たち職員も、新しい事に積極的に挑戦していこうと思います！！(*▽*)

【趣味】 ・ ハーモニカ



次は何が聴きたい？

・ 野菜作り



美味しい野菜になあれ！

・ 写真撮影



次は何を撮ろうかな・・・

キラキラ利用者さん 梶 勝紀さん（通所リハビリ）



平成27年頃から、両手や両足に違和感があり、長く立つのも大変な状態でした。医師よりリハビリをすすめられ、かさねを週3回利用し、約半年になります。最初は、大勢の利用者様に緊張しましたが、スタッフをはじめ、利用者様の笑顔に通うのが楽しみになりました。最近は、発話にも自信がつき、足の動きも良く、他利用者様から「動きがいいねえ」と褒められます。

今後は、創作レクリエーションや習字にも挑戦しようと思います。この先も、妹に感謝しつつ人生を楽しんでいきたいです。

はつらつスタッフ 齋藤 郁美さん



今年4月から老健かさねで介護福祉士として勤務しております。まだ不慣れで未熟者ですが、先輩職員の方々や利用者様からの温かいお言葉が励みになっております。

利用者様に寄り添い、支えていけるよう努力していきます。

看護課だより ～服薬介助のポイント～

高齢者にとって薬を飲むことは、健康をつなぐ命綱ですが、同時になかなか難しい大仕事でもあります。

また、いくつもの持病を抱えていると、飲む薬も増え、物忘れが増える高齢者には管理が大変になることもあります。



●服薬介助で注意すること●

むせ込みや誤嚥を防ぐには、できるだけ体を起こし飲んでもらうようにしましょう。横たわっている場合は頭をもちあげ、横向きに姿勢を変えて下さい。

顎があがっていると薬や水分が気管に入って、むせ込みや誤嚥しやすくなります。薬と水分を口に含んだら、少し下を向いてから飲み込むように声をかけましょう。

お知らせ

・LINE・Skype を利用した面会ができますので、ご興味がある方はご相談下さい。

編集後記

若葉が鮮やかな季節になりました。気持ちも爽やかに過ごしたいですね。