

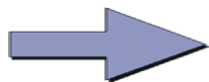
相談室の紹介

相談室では.....

『ひとり暮らしで最近、食事の支度や掃除がなかなか、できなくなりました。』『膝や腰が痛くて、思うように動けません。痛みが軽く、楽に動けるようになりますが...。』『認知症の家族の面倒をみてますが、介護負担が重くて大変です。』など、介護に関する悩み事や困り事をお持ちの方、お気軽においで下さい。一緒に解決方法を考えましょう。

5名のスタッフがお待ちしております。

(月曜日～土曜日 8:30～17:30 日曜日・お盆・お正月は、お休みです)



老健側玄関より入られて、受付を右奥に行かれると、相談室があります



「こぶしの里」納涼祭のご案内

こぶしの里では、今年も夏の恒例イベント、納涼祭を来たる、8月11日(土)に右記の内容で盛大に開催致します。

ご近所・仲良しの皆様等々、お誘い合わせの上、ご来場下さいますよう、職員一同心よりお待ちしております。



第7回「こぶしの里」納涼夏まつり

日時 平成18年8月11日(土) 19:00～20:30

場所 こぶしの里 1階 外来駐車場
雨天の場合 2階通所テイルームで行います。

内容 荒神神楽・アトラクション・花火
露店・ゲームコーナーなど内容盛りだくさんです。

その他 入場料・飲食物は、全て無料です。



これからの行事

- 8月11日(土) 納涼夏祭り
- 8月23日(木) 特定高齢者のための介護予防教室
「歯と口の健康」市役所東城支所
- 9月 6日(木) 介護予防教室 川西上集会所
- 9月13日(木) 介護予防教室「東城元気づくり教
久代公民館
- 9月中旬 敬老会
- 9月27日(木) 介護予防教室「東城元気づくり教
新坂公民館

編集後記

今年の夏は七月中旬に梅雨らしい雨の日が続き、例年より遅い梅雨明けとなりました。これからはやってくる夏本番の暑さに負けないぐらいい、こぶしの里でも毎日、熱気に満ちあふれた活動に利用者の皆さんと取り組んでいます。今年も、毎年恒例の夏イベント、納涼祭を開催いたします。大勢の皆さまの、お越しをお待ちしております。

介護老人保健施設こぶしの里・こぶしの里病院 広報誌 **ハーイ!**

平成19年8月1日発行

こぶしの里です。
<http://www.koujinkai.org/kobushi/kobushiroken.html>

第16号

庄原市東城町川東152-4
TEL: 08477(2)5252

竣工のお知らせとお礼

このたび老人保健施設の増床工事が完成し8月1日より新に17床が加わりました。

主に、“認知症の要介護の方”が入所の対象となりますが、この他に「こぶしの里」では、内科・外科・整形外科・泌尿器科・眼科・透析などの外来診療部門と入院24床、老人保健施設67床、通所リハビリ(デイケア)60人といった医療・保健・福祉の施設でもあります。

「こぶしの里」は地域の皆様に信頼してご利用いただけることが、職員一同なにより嬉しいことであり、またその為の日々の研鑽にも努めて参る所存でございます。何とぞよろしく願いいたします。

このたびの工事に関しご尽力いただいた皆様に心より御礼申し上げます。

またご利用中の皆様やご家族の皆様には多大なるご迷惑をおかけしたにもかかわらずご理解とご協力を賜りました事、ここに深く御礼申し上げます。

平成19年8月1日

医療法人 光仁会 「こぶしの里」
理事長 梶川 憲治



老健1階テイルーム
入所者43名の皆さんの、生活の場です。



同左テイルームのキッチン
入所者の皆さんのアクティビティの場です。

薬の飲み方について

ここで質問です。

1. お薬が飲み込めなければ粉碎して飲ませればよい。
2. お薬は牛乳やジュースで飲んでもよい。

答えは 1・2ともに×です。

もちろん粉碎しても大丈夫な薬もありますが、1日1回服用で長く効く薬の場合、錠剤の膜に加工がされているものがあります。血圧や心臓の薬にこのタイプのもので、粉碎することにより、急激に薬が吸収されて体に悪影響を及ぼすことがあります。また、腸で溶けて効くタイプの薬では、胃酸で分解されているのですが、子供用の抗生剤によく使われています。

ここで登場するのが私たち薬剤師です。薬の粉碎の可否、飲み合わせ、飲みませ方の注意、飲み忘れた時の対処、健康食品との併用などについてもお調べします。お医者さんからもらう薬はその人の体質・体格に合わせてオーダーメイドで作られている薬です。正しく服用してこそ、安全に薬の効果を発揮することができます。

くすりのことで困っていませんか？お気軽に当薬局へご相談下さい。



薬剤師 大島 真弓

これで解決！食中毒予防のポイント！

暑さが増してきて、もうすぐ夏本番という時期になってきました。そこで注意しなければならないのが食中毒！！食中毒は場所を選ばず発生してしまいます。今回は、食中毒予防のポイントをおさらいしておきましょう。これを参考に、食中毒にならないよう気をつけましょう。

買い物での注意点

- ・食品（特に生鮮食品や冷蔵・冷凍の必要な物）は最後に買うようにし、必要な量だけにしましょう。
- ・消費期限などをしっかり確認しましょう。
- ・肉や魚介類はビニール袋に入れ、汁が他の食品に付着するのを防ぎましょう。



冷蔵庫に入れておけば大丈夫？

- ・買い物から帰ったら、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。
- ・常温保存できる食品であっても、高温・多湿は避けましょう。
- ・開封、開栓した物は早めに使用しましょう。

基本は手洗い

- ・食材や食器に触る前はもちろん、生物を触った後などには必ず手洗いをしましょう。
- ・そのまま食べる野菜や果物はもちろん、魚介類も流水でしっかり洗いましょう。



その他

- ・食後の食器や調理器具は、できるだけ早く洗うようにしましょう。水に浸しておく、余計に細菌が繁殖してしまいます。
- ・タオルや布巾は、清潔な乾燥したものを使いましょう。
- ・スポンジや布巾、たわしなどは使用後はすぐに洗い、熱湯・漂白剤などで消毒し、乾燥させておきましょう。
- ・調理器具はもちろん、流しや三角コーナーも清潔な状態しておきましょう。



調理上の注意点

- ・酢は細菌増殖を防ぐ効果があると言われていたため、調理時に上手に活用してみましょう。
- ・加熱する食品は、中心まで十分に加熱しましょう。加熱することで、食中毒菌を殺すことができます。
- ・冷凍された食品は使用する分量だけ使用し、一度解凍した物はなるべく早く使用しましょう。

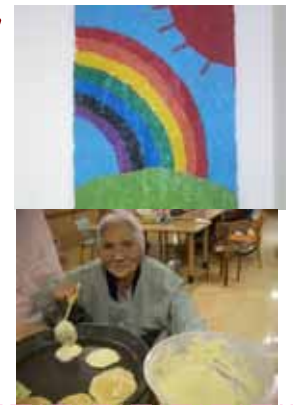
ユニットケアの紹介

現在、老健1階ではユニットケアを行っています。

ユニットケアとは居室をいくつかのグループに分けて、それぞれ1つの生活単位とし家庭的な雰囲気の中で介護を行うていくことをいいます。

ユニットケアの一環として脳のトレーニングとして、漢字や計算、塗り絵を行ったり1つの大きなものを利用者みなさん全員で作ったりと、利用者みなさん、職員も楽しめるものを取り入れております。

これからも、利用者の方と職員との時間を大切に、今後もよりよいサービスが提供できるように取り組んでまいります。



刺身づくしの昼食会



6月13日（水）に調理師の方の協力の下、刺身づくしの昼食会を開催しました。鯛を豪快にさばき、花に見立てたわさびと一緒に皿に盛りつけ、とてもおいそうに調理していただきました。

入所者の皆さんも、鯛を裁く様子を、くいいる様にご覧になっていらっしゃいました。まさに、目と舌の両方で、食を楽しんでいただけたイベントとなりました。