発行：平成25年２月15日

あさま苑だより ほのぼの

第34号

〈編集・発行〉特別養護老人ホーム 伊勢あさま苑　伊勢市朝熊町3074-11　TEL0596-20-5511　FAX0596-20-5577









宇治橋を渡ったり、食べ歩きやお土産を買ったりして、お伊勢さんを満喫してきました

新年のご挨拶



社会福祉法人　ウエルケア
特別養護老人ホーム伊勢あさま苑
施設長　中北　幸男

新年明けましておめでとうございます。

皆様方におかれましては、お健やかに新しい年を迎えられたことと拝察し、心よりお慶び申し上げます。

さて、昨年は伊勢あさま苑が大きく飛躍する節目の年となりました。

既にご案内のとおり、ユニット型入所施設二十床を増床するとともに、新しいサービスに対する研修、研鑽に懸命に取り組み、入所者の方々のニーズにお応えすることができました。

本年は、この間に習得した知識や経験にさらに磨きをかけ、より円熟したサービスが提供できるよう、努力を重ねてまいりたいと存じます。

まちの動向にも目を転じますと、本年は二十年に一度催行されます伊勢神宮式年遷宮の年となります。

当苑の周辺でも駐車場の整備等が行われておりますが、全国から数多くの観光客、参拝客をお迎えし、例年になくまちが活気づくことになります。

我がまちの更なる発展をお祈りいたしますとともに、当苑におきましても、活気あふれる明るい職場づくりを通じて、理念の具現化を図り、地域の皆様方から信頼され、親しまれる施設づくりを目指してまいりたいと存じます。

どうか本年も、変わらぬご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

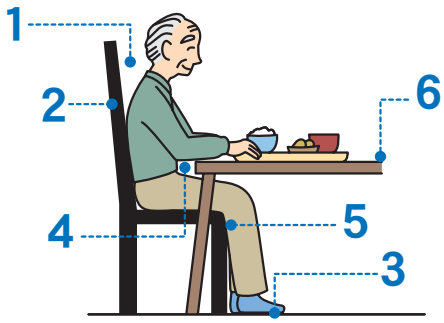
年頭にあたり、皆様方のご健勝とご多幸をお祈りして、ご挨拶といたします。

かいごの泉 ～食事介助の目的～

私たちは生きていくために、栄養をとることをしなくてはいけません。しかし年を重ねるにつれ食べ物の味や匂いを感じる感覚が低下し、飲み込む力も弱くむせる事が多くなります。また、内臓の機能も衰えるため、栄養を消化吸収する胃腸の働きが鈍くなり、十分な栄養を取りにくくなってきます。それでも、その人にあった食事形態で召し上がり、口内・腸などの機能保持と健康を保つための土台をつくることで、病気を予防したり、病気から回復する力をつけることにもなります。お年寄りにとって食べることは、大きな楽しみだと思います。その楽しみの食事を、誤嚥（ごえん）してしまっては本末転倒です。良い姿勢での食事を心掛けましょう。良い姿勢での食事は、誤嚥予防以外にも、食事を見る楽しみ、人と顔を見合わせ食べる楽しみ等をもっています。

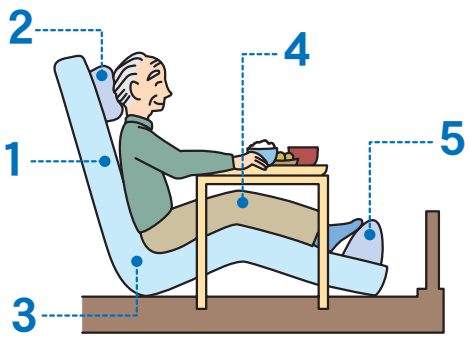
テーブルと椅子／車椅子を利用の方

1．少し前屈み。
2．背は90度。
3．足は床（フットステップ）にぴったり。
4．体とテーブルの間に握りこぶし1つぐらいのすき間。
5．椅子の座面の高さ
　膝が90度に曲がるくらい。
6．テーブルの高さ
　腕を乗せて肘が90度に曲がるくらい。



ベッド上の方

1．背もたれは45～60度。
2．首が後ろに反らないように頭にクッション。
3．腰はベッドの折れ目にきっちり。
4．膝は軽く曲げた状態。
　ベッドの折れ目に合わせるか、膝下にクッション。
5．足がずり下がらないように
　足の裏にぴったりクッション。



～食事を摂取する上での注意点は～

①ご自分で出来るだけ食べられるような工夫（自助具等）をする。
②麻痺のある方は、健側から介助を行う。
③高齢者は、唾液の分泌が少なくなってきている為、食べ始めは液体で少し口腔内を湿らせる。
　嚥下しやすい物から、摂取してもらう。
④１口の量など配慮する。（唇の幅より小さいスプーンに２／３くらい）
⑤食物は舌の上に置くように介助する。
⑥その方の嚥下（飲み込み）状態を観察・確認しながら介助を行う。

クリスマス会

特養

２４年最後の大イベント、「クリスマス会」を行いました。職員と利用者がともに楽しく食事をし、職員の出し物を終始笑顔で観覧されました。
サンタからのプレゼントに皆さんとても喜ばれていました。






ユニット

年末行事のクリスマス会。サンタクロースにプレゼントも貰い、みんなで楽しく仮装、食事をして、たくさんの笑顔とともに、年の暮れを迎える事が出来ました。







デイ

デイでは職員の変装を楽しんで頂きました。女装や着ぐるみ、サンタにトナカイ、チャイナドレスや町娘に変身しました。普段とはちがう職員の衣装を喜んで頂けました。特に男性職員の女装姿は皆さん大笑いでした。最後は、サンタからの職員手作りのプレゼント（干支の置物）をかかげて、「メリークリスマス！！」でお開きになりました。





新春





あさま苑 川柳

お題「家族」

初日の出　家族そろって　二見浦　（東）

つどい場の　人の集いに　いや美しき　（智恵子）

何日迄も　家族のきずな　大切に　（岩船）

初春や　家族そろって　宮参り　（東）

今日もまた　家族のために　持ち帰る　（前川）

お正月　ひこ七人で　大騒ぎ　（竹谷みつ）

お正月　みんなで遊ぶ　かるたとり　（Y・S）

年頭に　今年もひこが　二人増へ　（森　三好）

今回もたくさんの作品をご応募頂きまして誠に有難うございました。
次回のテーマは「川」です。沢山のご応募お待ちしています。

施設見学・相談は随時行っております。

受付時間

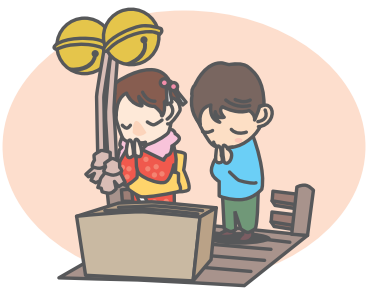
AM9：00～PM4：00

お気軽にご相談ください。

今後の行事予定

- **2月** 節分 実演レク
- **3月** 桃の節句 おやつバイキング
- **4月** 桜花見
- **5月** 端午の節句 選択昼食会

※毎月お誕生会開催！



編集後記

今年は、年初めから厳しい寒さが続いていますが、皆様、体調管理は大丈夫でしょうか。

表紙を飾った写真は式年遷宮の年となり、賑わいを増している伊勢神宮へご利用者様が外出した時に撮影したものです。

その他にも一年を通して楽しい行事など盛りだくさん計画しています。

今年一年、あさま苑と皆様が、すばらしい年となる事を願っております。