

# たひよう

第112号

平成27年7月発行

独立行政法人地域医療機能推進機構  
神戸中央病院附属介護老人保健施設



## 5月オカリナ演奏

ボランティアグループ  
「おもちゃ箱」による  
オカリナ演奏です

低音や高音 いろいろな音の  
出るオカリナで素敵な音色  
でした



## 6月楽器演奏



ボランティアグループ  
「ト音記号」による  
ギターと大正琴の演奏です

昭和初期の歌謡曲を歌詞  
カードを見ながら皆さん  
懐かしく歌いました

## 花の植え替え

先日、花の苗の植え替えを行いました。その数  
なんと、200株以上です。

普段、お花のお手入れをしていただいているボラ  
ンティアの方々が慣れた手つきで、あっという間  
に花壇を仕上げました。まだお花は咲いていま  
せんが、どんな花が咲くのか面会にこられた時に利  
用者様と一緒にぜひ中庭を散歩してみてください。



## 交流会 甲緑小学校

6月25日 甲緑小学校4年生の生徒さん達が福祉体験を目的に、施設に来所され、歌や踊り、けん玉など利用者の方々に披露してくれました。高齢者と子どもたちが触れ合う機会が、近年の家族形態では少なくなってきました。その中で短い時間ではありましたが子供たちの演技を見て微笑ましく、中には涙ぐむ方もあり、良い時間が過ごせました。



## 5月12日 看護の日

『看護の日』は1990年に国民の看護および看護職に対する理解を深めるとともに、その社会的評価を高めていくための記念日として日本で制定されました。この日はフローレンス・ナイチンゲールの誕生日に由来し「ナイチンゲールの日」とも呼ばれています。

その奉仕活動の一環として附属の看護学校1年生の皆さんが福祉活動を行いました。学生達は朝から、施設内や車いす・ベッドの掃除をしながら利用者の方々とお話をしたり、レクリエーションに加わり利用者の皆様と一緒に歌をうたって楽しいひと時を過ごしました。



## 納涼会のお知らせ

8月の行事として納涼会を予定しています。今年は各階で盆踊りと歌、中庭で和太鼓の演奏を行います。是非この機会に家族様と一緒に楽しみ下さい。

日時：8月19日（水） 14：00～15：15

場所：各階 食堂

内容：盆踊り・歌・和太鼓



## 熱中症に注意しましょう！



例年、梅雨明け後に熱中症で緊急搬送される人が急増します。熱中症の約8割が65歳以上の高齢者です。高齢者や子ども、病気等で体力が低下している人は熱中症にかかりやすいので特に注意してください。

- ・室温が28℃以上で、湿度が高いときは、エアコンを使いましょう。
- ・こまめにイオン飲料で、十分に水分と塩分の補給をしましょう。
- ・熱中症は急激に症状が進みます。水分が取れないときや疲労感、頭痛、吐き気などの症状が改善しないときは、すぐに受診しましょう。受診できない場合は、ためらわずに救急車を呼びましょう。

## 家族介護教室開催のお知らせ

日時：平成27年7月29日（水） 13:30～15:00

場所：JCHO 神戸中央病院附属 介護老人保健施設 4階会議室

テーマ：『転倒予防』

講師：JCHO 神戸中央病院附属介護老人保健施設 主任理学療法士：森上 紀子

\*参加ご希望の方は施設1階事務所にお申込み下さい。

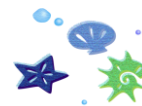
お車でお越しの方は神戸中央病院外来駐車場をご利用下さい。

### 出前介護教室 テーマ『転倒予防』

7月6日惣山町自治会館で地域の方を対象に簡単な足の運動についてDVDを見ながら実践しました。「テレビを見ながらでも簡単にできそう」「すぐにできて効果が上がりそう」などのご意見をいただきました。『家族介護教室』でも同じ内容で開催します。是非、ご参加ください。



### 退職のあいさつ



この度7月末で退職することになりました。勤め始めて5年が経とうとしています。皆さんとは楽しくおかしく、たまには大声で“喝”を入れることもありました。私の大声が聞こえなくなるのは寂しくなると思いますが（思ってくださいね）笑顔でリハビリ頑張ってください。

理学療法士 本白水 恭子

## 《ひじき煮の卵焼き甘酢あんかけ レシピ》

### 定番の惣菜を主役の1品に！

#### 【材料】 (2人分)

ひじき煮物 80g程度  
卵 2個  
塩 少々  
ごま油 少々

#### 《あん》

水 100ml 酢 大さじ2 砂糖 大さじ1 酒 大さじ1 醤油 小さじ1  
鶏がらスープの素 小さじ1 ごま油 少々 水溶き片栗粉

#### 【作り方】

- ① ボウルに卵2個を割り、汁を切ったひじき煮と塩をよく混ぜる。
- ② 小さめのフライパンをよく熱し、ごま油を引き①を一気に流し入れ、焼き目がついてきたらひっくり返しもう一面も焼く。
- ③ 鍋にあんの材料を入れ、火にかけ水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ④ 器に切り分けた卵焼きを盛り上からあんをかける。



## お知らせ

### 理美容 (散髪¥2000・顔剃り¥1500)

8月/3(月) 4(火) 5(水) 6(木) 7(金)

9月/1(火) 2(水) 3(木) 4(金) 7(月)

申し込み締切日：前月の25日まで

### 喫茶・売店

8月/12(水) 26(水)

9月/9(水) 30(水)



### 行事

8月19日(水) 14:00~15:15

納涼会 (2階・3階食堂)

9月16日(水) 14:00~14:35

敬老会 (2階・3階食堂)

## 編集後記

8月より一定以上の所得がある高齢者が介護サービスを利用した時の自己負担割合が1割から2割に引き上げられます。当施設をご利用の皆様にもこんな話題をしていると「今まで一生懸命働いてきたから今があるのに…」とか、「難しいことは分からないけど、なるようになる」など、いろんな意見が聞かれました。

お財布の紐を締めなくては…とお思いの方もあるかも知れませんが、良い話題もありますよ！8月に地域経済の活性化を図る目的で『神戸ときめき商品券』が販売されるそうです。皆さんも有効にご利用してみてくださいはいかがですか？

(坂根)



独立行政法人地域医療機能推進機構  
神戸中央病院附属介護老人保健施設

〒651-1145

神戸市北区惣山町2-1-9

TEL 078-595-2323

FAX 078-595-2717