

たいよう

第126号 平成29年 11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
〒651-1145

神戸市北区惣山町2-1-9

TEL 078-595-2323

FAX 078-595-2717



100歳の記念
『銀杯』

敬老会



今年に入所者の方々の中に100歳以上の方が6名、内100歳の方が4名おられ、施設から表彰させていただきました。また、国・県・市それぞれからも表彰状や銀杯などを授与されました。「こんなん初めてもらったわ〜嬉しいわ〜」と笑顔で手に取られていました。会ではお祝いに入所者、デイケア利用者の方々にイベントボランティアさんが来所し、素敵なフラダンスや楽器演奏などを披露してくださいました。



トライやるウィーク

中学生の職場体験、福祉体験などを通じて、働くことの意義、楽しさを実感したり、社会の一員として自覚を高めるなど、生徒一人一人が自分の生き方を見つけられるよう支援する目的の『トライやる・ウィーク』事業を当施設も受け入れています。今年も11月6日～11月10日の5日間、鈴蘭台、小部、大原中学校の生徒5名が体験しました。初日は生徒さんも緊張の中、高齢者と関わっていましたが、徐々に雰囲気慣れ、利用者さんから「おはよう！」と挨拶をされると、安心して自ら声をかけるようになりました。生徒さんからは、「学校では習わないことが学べて、いろんな人と話ができ楽しい」と、それぞれが活動を通じて視野を広め、学びを実感しているようでした。



交流会



10/26 (木) 甲緑小学校4年生が来訪されました。昔遊びをテーマに『あやとり・めんこ・こま・けん玉など』一緒にふれあいながら交流を図りました。思わず利用者様も、こまやけん玉を手に取り懐かしまれ、昔は駒も『バイ (貝)』と呼んで子供同士で対戦していたものと説明しながら、生徒も耳を傾け楽しまれていました。

中庭・花壇の植え替え

冬支度として葉ボタン・パンジー・デイジーなど10種類以上の色々な苗が植えられ、春には花が咲きます。日中、廊下の窓から見える中庭をご覧くださいね。



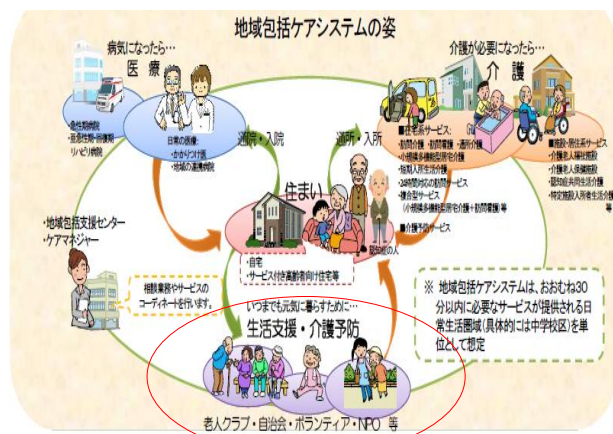


介護保険まめ知識

介護老人保健施設は『地域に根ざした施設』というひとつの役割もあり、高齢者を支えている重要な資源にボランティア活動があります。当施設でも利用者様に対し、施設スタッフのみでは充足することのできないニーズに応えるため、医療・介護・福祉という枠組みを越えた全人的なサービスを提供することを目的にボランティアを受け入れています。平成14年11月にボランティア委員会を発足し、今年16年目に入りました。毎年行っているボランティア交流会も今年度は11月29日（水）に予定しており、2年前から行っている10年以上の永年表彰も21組に上っています。

活動されている方に話を聴くと「自身も高齢となり活動を継続することが厳しくなっていると感じることもあるが、利用者の明るい笑顔を見ると逆に私も頑張ろうという力がもらえ継続できている。また、外に出て多くの人と関わることで自身の健康にも繋がっている」とご意見をいただいています。

介護現場では今、『元気な高齢者が支える超高齢化社会』と言われ、働き手として介護助手事業が拡大し、シニア層への注目度が増してきています。こうした動きもある中、当施設でのボランティア活動は施設利用者にとっても大きな役割を果たしています。今後もシニア世代のボランティアさんを多く受け入れて、年齢を重ねても元気で楽しく過ごしていただけるよう活動場所の1つとして提供していきたいと思っています。



簡単

白菜とツナのうま煮



<2人分>

- ・白菜
250g (中葉1枚80g)
- ・ツナ缶
約90g (1缶185g)
- ・ポン酢 お好みで

<作り方>

- ① 白菜は、ざっくり2cm幅に切る。
- ② 鍋に白菜とツナを油ごと入れて、5~7分煮る。
注意!! 白菜から水分がでてくるまで焦げやすいので最初は弱火で煮ること。
- ③②を器に盛り付け、好みの量に合わせてポン酢をかける。
※ 生姜汁を数滴加えるとまた違ったお味が楽しめます!!

白菜は、年中出回っていますが、甘味があって美味しいのは晩秋から冬にかけてのものです。白菜のもつ水分と甘味にツナの油を加えるだけなので、アツという間にできます。是非一度試して見て下さい。

デイケアの年末年始の 休業について

平成 29 年 12 月 29 日（金）～
平成 30 年 1 月 3 日（水）までの
期間休業します



平成 30 年 1 月 4 日から営業となります。皆様には、ご迷惑をおかけいたしますが何卒宜しくお願い致します。

神戸中央病院

第 12 回 市民医療セミナー

眼と歯の健康をたもつには

～知っておくべき目の疾患

お口と健康寿命のお話～

日時：平成 29 年 12 月 2 日（土）

13：00～16：30

会場：すずらんホール

神戸市北区鈴蘭台西町 1-26-1

入場料：無料（申し込み不要）

問い合わせ先：神戸中央病院

Tel：(078) 594-2605

ご家族、ご近所の皆様お誘い合わせの上多数ご来場くださいますようお願い申し上げます。

お知らせ

理美容（散髪¥2000・顔剃り¥1500）

12 月／1（金）4（月）5（火）6（水）
7（木）

1 月／4（木）5（金）9（火）
10（水）15（月）

* 申し込み締切日：前月の 25 日まで

ふれあい喫茶・売店

12 月／13（水）27（水）

1 月／10（水）24（水）

行事

11 月 15 日（水） 楽器演奏

2 階 3 階各食堂 14：00～14：35

12 月 27 日（水） もちつき

2 階 3 階各食堂 14：00～14：40

デイケア 14：45～15：00

編集後記



秋も深まり、山の木々も色づいてきました。どこか紅葉狩りに出かけられましたか？最近では、気温差も激しく、体が寒暖差についていけない日もあります。この季節になるとインフルエンザも心配ですね。皆様はすでに予防接種はお済みでしょうか？先日、全職員、手洗いチェッカーで手洗い後のテストを行いました。しっかり洗っているつもりでも、特に指の間、爪の間、手の甲は洗い残しが多いことが分かりました。あらためて手洗い方法について学習することができました。皆さん、一度自分の手洗いを見直し、これから迎える冬を元気に過ごしましょう。

（長友）