きらめき

— 第94号—
皇寿園広報
きらめき
発行日令和元年5月1日号

私たちは、『皇寿園で良かった』と喜ばれる施設を目指します 。

～今号の内容～

P2～3　皇寿園介護課の取り組み・
　　介護のワンポイントアドバイス
P4　新規採用職員紹介
P5　皇寿園の行事
P6　地域福祉情報
P7　デイサービス情報
P8　編集後記・他

令和元年となりました。

　新天皇が即位され、平成の時代も終わり「令和」が始まりました。
　また、今年は皇寿園の母体である「社会福祉法人日向更生センター」が創立５０周年を迎える年でもあります。
　時代の区切りと共に改めて初心にかえり、またこれまで培ってきた高齢者福祉・介護における知識や技術を十分に生かしながら、利用者の皆様・ご家族の皆様・地域の皆様に「皇寿園で良かった」と喜んで頂けるような施設を職員一丸となって目指して参ります。
　本年度もどうぞよろしくお願いいたします。

皇寿園介護課の取り組み

ケアプランを基本に、個々の利用者に合わせた支援を。

平成31年度　皇寿園のスローガン

私たちは、利用者の持てる力を活かしながら、ご家族との繋がりを持ち、その人らしい生活を送れるように支援します。
私たちは、多職種との連携を図り、専門性を高めながら利用者を主体としたチームケアを実践します。

1階介護課

１階では、利用者の皆様お一人おひとりの気持ちに寄り添い、穏やかに安心して過ごしていただけるよう環境作りや身体状況に応じた活動への参加支援を行っています。

これからも利用者様やご家族様、地域の皆様とのふれあいを大切にしながら、笑顔で楽しく生き生きと生活していただけるよう支援していきたいと思います。

2階介護課

今年度２階では、利用者様のそれぞれの状態に合わせた関わり方に工夫をしたいと思います。

「寝たきりゼロ」を目指して、朝の会や余暇時間の離床を積極的におこない、穏やかで笑顔多い時間を過ごせて頂けるよう努めて参ります。

また「肺炎の予防」にも今まで以上に力を入れ、ケアの方法などを見直し、皆様が少しでも元気に過ごして頂けるよう目指していきます。

3階介護課

今年度も一人ひとりのできる事・やりたい事に目を向け、利用者様の生きがいや楽しみに繋がるよう、色々な活動を企画・実施していきたいと思います。

家族のような安心できる関係、温かみのある場所を目指し、笑顔あふれる心豊かな暮らしが提供できるよう支援していきます。

介護の
ワンポイント
アドバイス

季節の変わり目 かくれ脱水に注意

春の過ごしやすい陽気もあっという間に過ぎ、少しずつ汗ばむような日も増えてきました。

皆様は「かくれ脱水」という言葉を聞いたことがありますでしょうか？

読んで字のごとく、自覚症状はないが体内の水分量が減っている状態又は脱水症になる前の状態のことを表しています。

これから本格的に暑くなっていきますが、早めに脱水のサインに気づくことで脱水症や熱中症を予防していただければと思います。

こんな時は要注意！！

- 急に暑くなった
- おしっこの回数が減っている
- 尿の色が濃くなっている
- 手の甲をつまんで「富士山」の形がもとに戻らない

脱水症の予防策

- 食事前後や薬を飲む際に＋（プラス）湯のみ１杯の水分を摂る。
- フルーツやゼリーなどでも水分補給をする。
- 室内に温度計をつけてこまめにチェック

高齢者の注意点

- のどが渇かなくても水分補給を。
- 部屋の温度をこまめに測る。
- １日１回汗をかく運動を実施。

新人紹介

新しい職員が仲間入りしました

４月１日より皇寿園に新たに職員が入社しました。今年は介護士が１名と看護師が１名入社しました。

新しい環境の中で覚えることも多く、慣れるまでには少し時間がかかるかと思いますが、ご利用者の皆様、ご家族の皆様にはご迷惑をおかけしないよう充分に配慮して参ります。

上司や先輩職員からの教えはもちろんですが、ご利用者の皆様、ご家族の皆様との関わりが何よりの勉強になるかと思いますので、是非お声かけ頂ければ幸いです。

皇寿園介護課３階勤務
山元（やまもと）　春奈（はるな）さん

皇寿園看護課勤務
御手洗（みたらい）　恵理子（えりこ）さん

ようこそ皇寿園へ

よろしくお願いいたします。

新人を代表して山元さんが挨拶

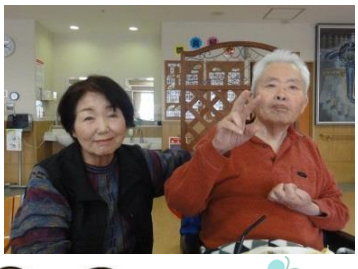
平成３１年度　辞令交付式

先輩寺原さんからの歓迎の言葉

ライトガーデン

毎月第2水曜日14：00~16：00

毎月、第２水曜日と第４土曜日に実施しておりましたライトガーデンですが、**平成３１年度は毎月第２水曜日のみの実施となります。**毎月のライトガーデンを楽しみにして下さっているご家族の皆様・地域の皆様にはご迷惑をおかけする部分もあるかとは思いますが、ご了承下さい。どなたでもおいで頂けるように準備しておりますので、地域の皆様も是非足を運んでいただけたらと思います。お待ちしております。



皇寿園1月～4月の行事

仕事始め式

節分豆まき会

誕生会

皇寿園在宅介護支援センター／在宅ケアセンターからのお知らせ

4月より在宅ケアセンターに新しく職員が加わりました。

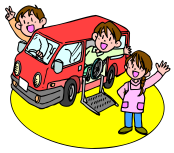
皇寿園在宅ケアセンター
サービス提供責任者
堰口（せきぐち）　恵美子（えみこ）さん

４月から皇寿園在宅ケアセンターに異動してきました。
ヘルパー活動は初めてでわからないことばかりですが、地域の方が住み慣れた家で過ごすお手伝いができるよう頑張りますので、よろしくお願いいたします。

前浜地区高齢者福祉サロン

今年度も、前浜地区公民館において地域の高齢者の皆様のふれあいの場として、「前浜地区高齢者福祉サロン」を前浜自治会が主催となり、中央東・檍地区地域包括支援センター、Ｒｅ＋ｍｏｖｅ理学療法士と一緒に開催致します。１年間にわたって楽しんでいただける内容を用意しております。
「歩くことが辛くなった」「外出することに自信がない」「出かけたいけど移動手段がない」など、自宅から出る機会が少なくなっている方、送迎の準備もあります。ぜひ参加してみてください。お待ちしております。詳細は地区回覧をご参照ください。

日　程	内　容	詳　細	実施場所
４月２２日（月） 13:30～15:30	せいほうフーズ 「栄養の話」	１　健康体操 ２　栄養の話 ３　茶話会	前浜公民館
５月２７日（月） 10:00～12:30	宮崎市出前講座 「生活習慣病について」	１　健康体操 ２　健康予防講座 ３　ふれあい会食会	前浜公民館
６月１７日（月） 13:30～15:30	宮崎市出前講座 「食品衛生について」	１　健康体操 ２　食中毒等講座 ３　茶話会	前浜公民館
７月２２日（月） 13:30～15:30	市民出前講座「夢創り人」 皇寿園在宅ケアセンターによる 「レクリェーション」	１　健康体操 ２　笑いの講座 ３　レクリェーション ４　茶話会	皇寿園
８月２６日（月） 10:00～12:30	宮崎市出前講座 「配慮者の防災について」	１　健康体操 ２　防災講座 ３　ふれあい会食会	皇寿園



皇寿園デイサービスセンター情報

☎31－6263

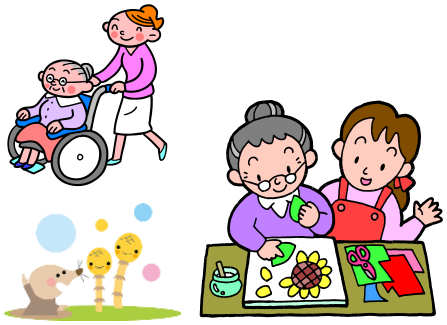
新しい年度を迎えましたが、今年度も皇寿園デイサービスセンターでは皆様に「来てよかった。楽しかった」と感じて頂けるようなレクリエーションやクラブ活動、生活機能訓練を実施していきます。
在宅で生活される高齢者の皆様の生活を支えていけるよう、より一層のサービス向上に努めて参りますのでよろしくお願いいたします。

初詣

１月は毎年恒例の初詣に行って参りました。一ツ葉稲荷神社へは例年以上に気候も良く、暖かい中での参拝となりました。「今年もいい一年になりそうだ！」「家族の健康をお祈りしたよ」など喜びの声が多く聞かれたように思います。

寒梅見学

２月は市民の森公園へ寒梅見学に行って参りました。甘～い梅の香りに「この匂いを嗅ぐと春が来たような気がする」「次は桜が楽しみ！」など外出の楽しみがだんだん高まっているように思われます。梅の花を見ながら俳句を考える利用者や温かいお茶がとても美味しく感じられる利用者もおられ、楽しい寒梅見学になったようでした。



桜の花見

３月は文化公園と垂水公園に桜の花見のドライブに出掛けました。皆さん「やっぱり桜はきれいだねぇ～」「毎年見るけど今年も見れて良かった～」など喜びの声が多く聞かれました。

5月、6月も花菖蒲見学や梅干し作りなど様々な行事が目白押しです！

きらめき人

介護課　２階フロア所属

壱岐　侑祐さん

以前、介護士として仕事をしていましたが、県外で別の仕事に一時期就いておりました。宮崎に戻ってくることとなり、選んだのが介護の仕事でした。ご利用者様との交流や笑顔が思い出され、また介護の現場に復帰したいという思いが強くなったからでした。

ブランクが多少ありましたが、皇寿園の先輩職員方やご利用者様方から温かく迎えてもらい、緊張の毎日ですが、少しずつ役に立てているかと思っております。

介護現場では日々色々なことが起きますし、柔軟な対応が求められますが、ご利用者様からの「ありがとう」という言葉を糧に「よいケア」とは何なのか、日々の経験を積み重ね、技術を磨きながら、これからも頑張っていきたいと思います。

ボランティア活動
随時受け付けております。

平成 30 年１２月～平成３１年３月まで、感染症等の予防のためボランティア活動はご遠慮頂いておりました。ご協力ありがとうございました。４月より感染症対応も解除となり、ボランティアも随時受け付けておりますので、興味のある方はお気軽にご相談ください。

シニア応援ボランティアの受け入れ施設にもなっております。

～皇寿とは？～

施設の名称にもついている「皇寿」という言葉ですが、実は１１１歳を表しています。

９９（「百」(100) 引く「一」(1) ＝白(99)）と１２（「十」(10) 足す「二」(2) ＝王(12)）を足すと１１１（「白」足す「王」＝皇）となります。

「皇寿園」の名称にはご利用者の皆様のご健康とご長寿への願いが込められています。

編集後記

新元号「令和」が始まりました。昭和・平成を生きてきた私にとってはまだまだしっくりとはきませんが、平成の時と同じようにいつしか慣れていくのでしょうか。

本年度も皇寿園では、ライトガーデンや誕生会、レクリエーション、茶話会等開催予定しております。皆様のご参加をお待ちしております。

皇寿園の情報や介護についての情報などを皆様にご提供出来るように、広報委員一同頑張っていきますので、本年度も「きらめき」をよろしくお願い致します。

5月～6月の行事

5月
- ライトガーデン（第２水曜）
- 演芸鑑賞会（15 日・19 日）
- 皇寿園・明星園合同防災訓練（未定）

6月
- 皇寿園歌謡祭（未定）
- ライトガーデン（第２水曜）
- 演芸鑑賞会（17 日）
- 小学校交流訪問（未定）

この他にも、毎月各フロアごとに誕生会・レクリエーション・茶話会等、随時開催しております。

発　　行／特別養護老人ホーム皇寿園・皇寿園在宅福祉事業部
編集スタッフ／吉田真理子　森永明日香　渡部　恵美　赤澤　美和
畠中　昌子　岡田　幸代　小城　真彦　阿部　彰人

皆さんのご意見もお待ちしております。連絡先 → 特別養護老人ホーム　皇寿園
宮崎市阿波岐原町前浜４２７６－６５０　TEL24-8518　FAX24-8624