

まごころだより 高松

2018年春号
平成30年4月1日発行

発行所 まごころケアサービス 高松センター

〒761-8052 高松市松並町802番地1 TEL 087-865-8001 FAX 087-865-8039 E-mail magokoro@hyper.ocn.ne.jp URL http://cho-juu.info/

印刷所 株式会社成光社 〒760-0065 香川県高松市朝日町5-14-2 TEL/087-823-0222



事務所で咲くクリスマスローズ



春うららの長寿閣



満開の河津ざくらとトサミズキ
(事務所にて)

健康のこと

NPO法人長寿社会支援協会

理事 兼間 達郎

先の健康診断で、少し数値がよろしくないということで、保健師から色々ご指導いただく機会があった。内容はというと、カロリーコントロールに努めましょう、アルコールを控えめにしましょう、適度に運動しましょう、などという耳タコの話なのであるが、要するに少し痩せろということである。確かに10年前の写真と見比べてみると明らかに太っているのだが、年相応なんじゃないかと思っていたので、「保健指導などという制裁を頂戴して、いよいよ健康のことをちゃんと考えないとイカンな、と思った次第である。とはいえ、実は、過去何回かダイエットを試み、結構成功した経験もあり、食事制限と運動で5kgほど減量し、保健師からお褒めの言葉を頂いたのである。

さて、これを機に体の気になるところを直しておこうと思いい立ち、最後の親不知を抜くことにした。3年前にかかりつけの歯医者に紹介状をかいでもらって放置していたのだ。私は採血や予防接種は何ともないのだが、歯の治療の麻酔注射がどうも苦手で、あの何とも言えない感じが毎回ドキドキするのである。3年も放置していた理由は、行く時間が無かったとかではなく、正直、怖かったのである。斯くして、親不知抜歯を専門にしている口腔外科で、それはそれは上手に抜いて頂いた。

健康で元気であることが何より大切で、今その状態にあることが本当に幸せなのだ。不摂生せず、病気になる生活の心がけようと思う。

会員皆様におかれましてはくれぐれもご愛ください。

● 目次 ●

● 健康のこと	1
● 各分会だより	2
居宅支援事業所	2
まごころサービス	2
まごころ長尾	3
まごころ寒川	3

● 定期総会のご案内について	3
● 会員の唄	4
● 観察力クイズ	4
● 新入会員	4
● 編集後記	4

■各部会だより

居宅支援事業所

腸閉塞（イレウス）

2月に入り体調不良の方々と、6名様の入院がありました。その利用者様のお一人が、腸閉塞（イレウス）でした。今回は、腸閉塞（イレウス）の説明をさせて頂きます。

腸閉塞（イレウス）とは異物や、腫瘍などにより腸管が塞がれた状態、あるいは開腹手術などで腸管が麻痺して腸の蠕動運動が障害された状態です。

主な症状は、腹部全体の痛み、便秘、嘔吐、腹部膨満、発熱、頻脈などがあり腹痛は、軽いものから激痛を伴うものがあります。

原因は、腸が物理的に閉塞している状態で、閉塞性と絞扼性に分けられます。

治療としては、保存療法と手術があるそうです。利用者様は、早期だった為、点滴治療で改善され今は自宅に戻っています。

まじいるサービス

人間には、鳴くまで待とう、ほととぎすの方と、鳴かせて見せようの方といるそうですが、あなたは、どのタイプですか？

おうかがい致します。それぞれ、一長一短が、あります。じっくりお考え下さい。

今、3月5日（月）の4時57分です。私は高松第一高等学校で、国語を教えていました。あと、明善短期大学に移り、定年まで勤めていました。先日、高松第一高等学校の学生だった人が、米寿のお祝いをしてくれました。

ありがたいことです。心から感謝しています。



まじいる長尾（長寿閣）

趣きのあるた、ずまいの門を入ると、よく磨かれた、黒光りする床があり、そこに六人の方が住んでいます。

今年の冬は格別に寒く雪も降り、ここまごころ長尾も寒い冬を過しました。

ようやく春が来て椿が咲き、あちこちに黄色い菜の花が波立っています。

私のここでの仕事は二週間に一度のヘルパーサービスで皆様に美味しい食事を作って、食べていただきました。と思います調理をしています。

そんな中懐かしい歌を口ずさみ、上手ね…と声を掛けると少しはずかしそうにうなずき、又何かおしゃべりしています。

それぞれの方に、こんな暖やかな日が一日でも長く続きますようにと願いながら

健康の源である食事を作って差し上げたいと思います。

まじいる寒川（あかりの里）

地域の居場所づくり

住宅街は独居老人が増え、近所付き合いも薄れている。「寂しいお年寄りをつくつちいけない、病院しか行く所がないのでは寂しすぎますよ」

高齢者の居場所をつくらうとしている自治会も計画しているようです。朝から夕方まで楽しめる場所自らの趣味、編み物や、写経を教える日も徐々に来訪者が増え地域に定着してほしいです

みんなが楽しく毎日を過ごせる場所、元気な日であってほしいです。



はり・きゆう琴平療院 長寿閣分院だより

冬の寒さも幾分和らぎ、長寿閣の庭園にも春の息吹が、僅かに感じ始めた今日このごろ、皆さまいかがお過ごしでしょうか？

さて、今日は長寿閣分院において頂いている二人のクライアント（I様・Y様）について、ご報告したいと思います。このお二人はいずれも長寿閣に勤められており、清水事務長より「何とかして楽に仕事が出来るようにしてくれ」と、依頼された方々である。お二人に共通する事は、昔は綺麗なスタイルで男性を悩ませたな一と思えますが、今は著明な跛行（異常歩行）を呈していること。また下半身の安定性はすこぶる良好であるものの、しゃがみ込みや体動がスムーズに出来ず、周囲に不安感を与える要因になっていました。

日常の業務に支障が生じない程度に、痛みの除去と下肢機能の回復を目指して、昨年より治療を行っております。

昔から介護の現場ではHead・Hand・Hipの3Hが重要とされており、それは創造的な朗脳―Head、適格な手による作業能力―Hand、利用者を要領よく動かすための腰―Hipを指します

が、お二人はこの3Hを十分に兼ね備えておられるため、今後ご自身の移動能力を改善され、一日でも長く長寿閣に勤務して頂けるよう、お二人とともに当院としても精一杯頑張る積りです。最終的には、小走りが出来ようになる事を目標にしています。それまでお二人を温かく見守り、励まして頂きたいと思えます。

院長（理学療法士） 宇都宮 学

◆入居者及び介護職員募集中◆

住宅型有料老人ホーム「長寿閣」では、介護職員を募集しています。なお入居者は、要支援の方から比較のお元気な方も募集中です。お気軽に連絡下さい。

（087-865-8001 財前）



平成 30 年度 定期総会のご案内について

平成30年度定期総会を下記のとおり開催しますので、ご案内申し上げます。

なお、出・欠につきましては、同封の「返信はがき」にご記入のうえ、5月10日までに返送していただけますようお願いします。

また、欠席される場合には、委任状の欄にもご記入いただきますようあわせてお願いします。

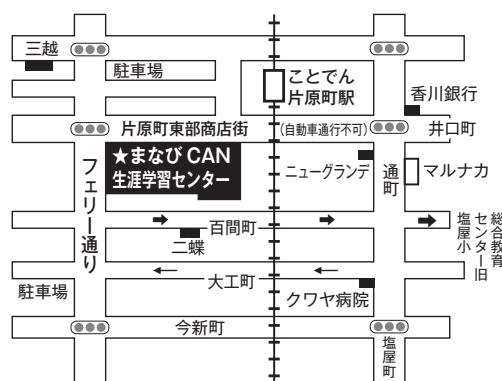
記

1. 開催日時 平成 30 年 5 月 27 日(日) 11:30～
2. 会 場 高松市生涯学習センター 実習室
TEL 087-811-6222(コトデン片原町駅下車すぐ)
3. 議 題 平成 29 年度事業実績並びに決算報告について
平成 30 年度事業計画並びに事業予算について
役員改選について

★総会終了後、午後1時から当学習センター多目的ホールにおいて映画「日本と再生」の上映並びに講話を予定しています。

約1時間半の予定ですので多数のご出席いただきますようご案内申し上げます。

【お問合せ】長寿社会支援協会「まごころ」 ☎(087)865-8001



大西カズ子様より 車イス1台寄贈して
頂きました。ありがとうございました!

観察力クイズの答え

- A 河童の川流れ
- B 怪我の功名
- C 負け犬の遠吠え
- D 同じ穴の貉

実務者養成施設

受講生募集中！

介護福祉士実務者研修＜通信課程＞

資格	受講期間	受講料	募集コース・定員
無資格者	6ヶ月	100,000	"4月～翌3月/12コース 各コース定員24名" ※募集地域/全国各地
介護職員初任者研修	4ヶ月	60,000	
訪問介護員2級課程	4ヶ月	60,000	
訪問介護員1級課程	4ヶ月	45,000	
介護職員基礎研修	1ヶ月	33,000	

★通学「医療的ケア含む」6.5日間★ ※テキスト代は、別途必要です。

【照会先】 ラポールカレッジ 研修所 / 事務局
TEL 087-815-0760

〒761-8052 高松市松並町 802 番地 1 / 日本ケアシステム協会内
駐車場有り (無料) / 宿泊 1,000 円～

会員の唄

ヘルパーさんが胃カメラの検査の結果を聞いた後に詠ったものです。

あおき海

久保 尚子

検査終え 一時間すれば 食べられる

サンドウィッチをナースと語る

検査中 眼に浮かびたる あおき海

白波を立て風の吹きいし

検査終えし喉薄ら氷のとける如

麻醉切れゆく水仙の香に

新入会員 (平成 30 年 3 月現在)

11245 松村 弘子	11249 加渡 英子
11246 花房恭一郎	11250 河野 俊子
11247 六車ハルコ	11251 松永 泰子
11248 竹井 淑子	11252 川廣由美香

《ご利用者に対する私たちの行動規範》・・・・・・・・・・

1. (守秘義務)

職員は職務を通じて知りえた情報を、本人やご家族の同意なしに正答な理由なく他に漏らしてはなりません。

なお、この守秘義務は退職などによって職場を離れた場合においても継続します。

私達はもう一度勉強し、責任ある行動を取りましょう！

2万2千人以上が犠牲になった東日本大震災から、7年が経ちました。住居や道路、鉄路などまの形は整備されつつありますが、人々の暮らしやコミュニティの立て直しは道半ばで、今も約7万3千人が避難生活を送っている事を耳にすると、さぞ不安な日々を過ごされ、特に寒い時期は大変であつたろうと・・・これからできる支援があればと思っばかりです。

当地でも東南海地震が必ず来ると言われて久しいので、日頃から防災の知識を持ち、備えが必要であると痛感しております。(宮脇)

編集後記

観察力クイズ

次のA～Dは文字を並べ替えると、よく知られていることわざになります。さて、どんなことわざでしょうか？

ヒント 全て「〇〇〇の〇〇〇」になります。

- A のがかかわっなれば
- B うけこのみがうよ
- C とまえのおけいぼぬ
- D あなななおのじじむ

答えはどこかにあります。搜してみましょう。