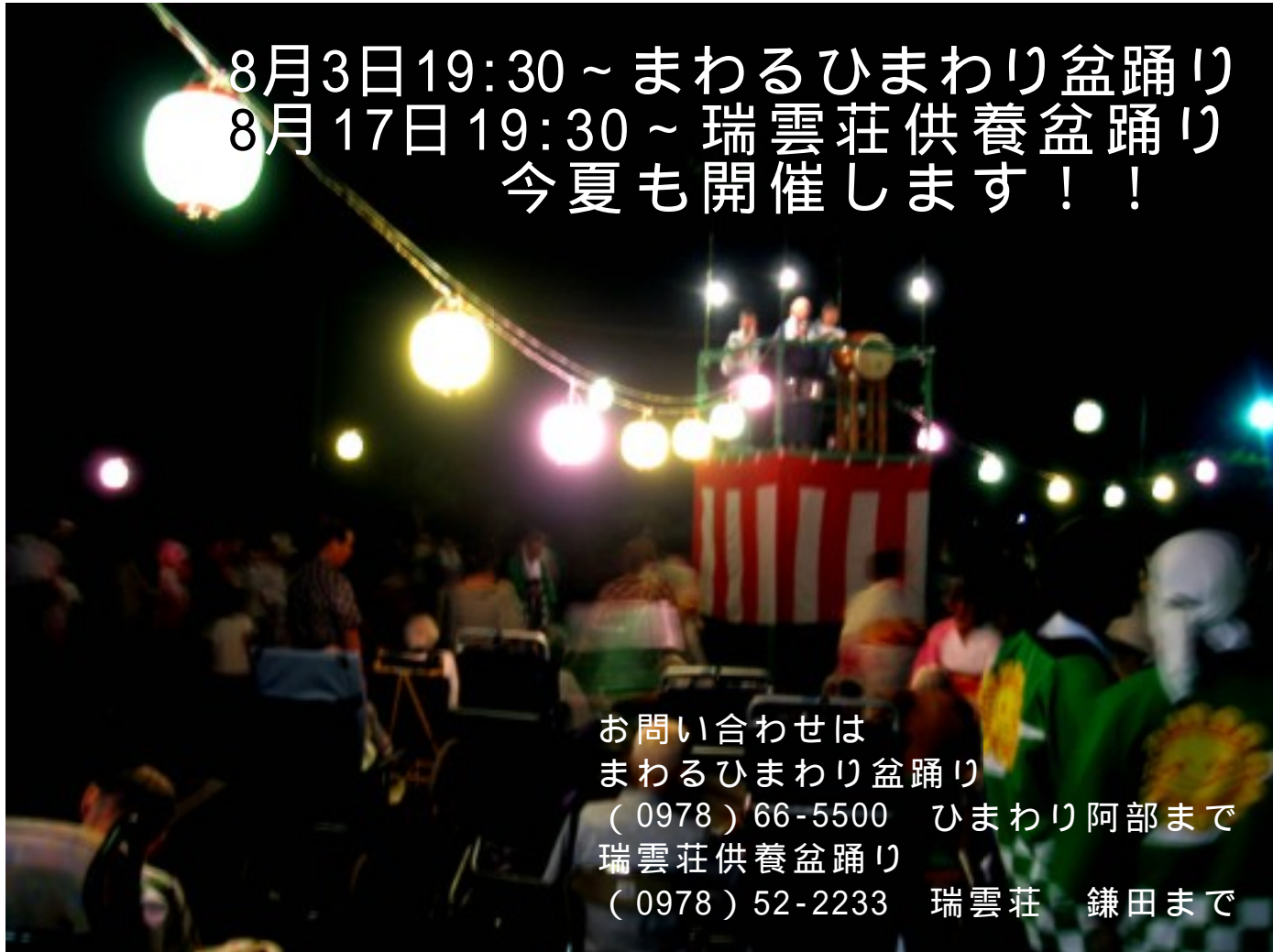


ここにひまわりを...
たね 第75号 ひまわり
 社会福祉法人 ひまわり 広報部発行 杵築市 ひまわり 検索
 0978-52-2233 0978-66-5500 http://www.wel-himawari.net

社会福祉法人ひまわり理念
 ・利用者の尊厳を守り、敬愛の精神で接すること
 ・地域福祉の拠点となり、開かれた施設として地域に貢献すること

基本方針
 ・利用者があるがまの姿を受け入れ、見守り、優しい安らぎのある施設にします
 ・利用者の意思を尊重し、利用者の立場で考え、安全で平等な援助に努めます
 ・地域の関係機関と連携し、地域福祉の推進と向上を目指します
 ・社会で通用する接遇を修得し、利用者にも明るく気持ちの良い態度で接します
 ・日々向上心を持って、専門機能の研鑽に努めます

8月3日19:30～まわるひまわり盆踊り
 8月17日19:30～瑞雲荘供養盆踊り
 今夏も開催します！！



お問い合わせは
 まわるひまわり盆踊り
 (0978) 66-5500 ひまわり阿部まで
 瑞雲荘供養盆踊り
 (0978) 52-2233 瑞雲荘 鎌田まで

声をかけたい。田原幼稚園、大田保育園の皆さん、ありがとうございます。また来て下さいね！



瑞雲荘

七夕行事 7月4日

今年の七夕行事は田原幼稚園から2名、大田保育園から14名の園児が来られ、歌と遊戯を披露していただきました。

「桃太郎さん」「もしもし亀よ」「げんこつ山の狸さん」等を園児と利用者様が一緒に歌い、遊戯を行い利用者様方は可愛い園児の手を握ってとてもいい笑顔になっていました。最後には「お星様キラキラ」を園児達全員で歌い、利用者様に挨拶をして帰っていきましたが、利用者様はとても名残惜しそうで、「えらい子やなあ」「またおいでな」と

訪問看護通信

きつき訪問看護ステーション

「訪問看護」って???

暑い日が続き、毎日の様に熱中症がニュースで報道されています。それだけ、熱中症には用心しなければいけないということです。屋内外に関わらず水分補給は最低でも1日1リットル以上は小まめに摂取する必要があります。水分と同様に塩分の摂取、室温調整も大切です。

さて、今回は訪問看護に掛かる「費用」について説明します。医療保険、介護保険での利用が可能であり、どちらでも一か月のサービス料は大きく変わりません。

医療保険での利用は、1回の訪問時間が30分～90分です。通常の訪問料に特別な処置や緊急時等の加算が掛かる場合もあります。

介護保険での利用は1回の訪問時間が20分未満 30分未満 60分未満 90分未満で分けられ、それぞれ費用は異なり、例えば60分未満の1回の訪問料は実費で8300円です。

安心して在宅生活を送れるよう訪問看護を利用してみませんか？

関心ある方は「ひまわり」または、かかりつけの先生にご相談下さい。

今宮

相談員日記

皆さんは「健康寿命」という言葉をご存知ですか？

2000年にWHO（世界保健機関）が提唱した、新しい寿命の指標で日常的に介護を必要とせずに、自立した生活ができる生存期間のことです。

先日ある新聞で取り上げられていたのですが、大分県では平均寿命は伸びているのですが、健康寿命は全国平均と比べても物足りない結果となつたようです。厚生労働省が発表した2010年の都道府県別平均寿命によると、大分県の男性では80.06歳で全国8位、女性は86.91歳で9位となり、全国でも上位に位置しています。しかし、健康寿命は男性の平均70.42歳に対して69.85歳、女性の平均73.62歳に対して73.19歳といずれも、全国平均を下回る結果となつたようです。

また厚生労働省ではスマート・ライフ・プロジェクトを実施しており、健康寿命を伸ばす為に「運動」毎日10分の運動。「食生活」1日分+70gの野菜と朝食を摂ること。「禁煙」の3つのアクションを推奨しています。近くのスーパーに行く時にはなるべく歩くことで10分の運動となり、70gの野菜はトマトでいえば半分相当するようです。生活習慣を改善し、健康な毎日を過ごす為にも実践してみたいかがでしょうか？

佐藤

毎月二〇日発行

編集責任者 社会福祉法人ひまわり 高尾毅一

編集後記

寝苦しい日々が続いておりまして。寝室のエアコンが不調で利きがあまり良くなり、どうしたものがなくなると思ってた私に朗報。妻より「明日休みやる？電気屋さんがエアコン取り付けに来るけん、11時頃家に居るちよって。」!!!何と言うことでしょうか。我が寝室にエアコンが届くのです！もちろん、その日は何処にも行かず自宅待機！電気屋さんの到着を待ちました。11時「ピンポン」電気屋さんの到着です。手際よく寝室を案内し、「このオンポロエアコンを取り替えて下さい！」とお願いし、麦茶を出したり、室外機の移動を手伝ったり、エアコンを取り付けてもらう客として満点近い気配りで無事寝室に新しいエアコンが完備されたのです。さらに布団も干し、エアコンの効いた部屋でぬくぬくの布団と乾いたタオルケットに包まれて寝るといふ贅沢が今夜こそ味わえる！と夜が来るのを楽しみにしていました。夕方、妻が帰宅し「どう？エアコン付いた？」と、まず一声。自信満々に「エアコンも付いたし、布団も干したよ！」と褒めて欲しいオーラを全身で発しながら答え、妻を寝室に案内した結果！なんと！何と！にやんと！信じられない言葉が妻から！「何で、ここ（寝室）に付いたよん！子供部屋に決まっちゃよんやん！」そう言えば子供達が寝苦しいのが夜な夜なあまりエアコンの効かない僕の寝室に来てたのでした。あえないもう一台エアコンを購入する事となりました。妻に「やはり何事も、報告・連絡・相談の報連相が大事だな。」と言うと、それ以前の問題やわ」と一笑された僕ですが、仕事において報連相を怠らず、きっちり仕事をしますのでご安心下さいね。高尾

三楽園デイサービス

歌謡・舞踊ボランティア

下原歌謡スクールの河野様、上杉様、藤原様、永松様にお越しいただきました。お一人ずつ歌を披露していただき、プロ顔負けの歌唱力と素敵な衣装に皆様うっとりとお聞き入られてました。最後のひよっこ踊りでも皆様手拍子で大盛り上がりで、「リクエストは出来ないの?」という要望があるくらい、皆様とても喜ばれていました。下原歌謡スクールの皆様、ありがとうございました。



七夕飾り

今年も利用者様と職員で飾り付けや短冊を書き、色とりどりの見事な七夕飾りが出

来ありがとうございました。短冊には、ご自身やご家族の健康を願う内容のものが多くございましたが、中には、三楽園の繁栄、職員の健康や恋愛成就まで願って下さる短冊もあり、利用者様の優しさ溢れる短冊の数々に心温まりました。どうか皆様の願い事が叶いますように・・・



絵画教室「さくらんぼ」様
西村重子様

七夕御膳

7月6日に「七夕御膳」をお出ししました。いなり寿司や、天の川をイメージして作ったそうめんなど「見た目も味もばっちりね!」「本当においしいわあ!」と大好評でした。これからも7月から8月にかけて夏の御膳や夏バテ防止のスタミナメニューなど実施します。



壁紙「花火」

マッサージ

毎週火曜日・木曜日・金曜日に衛藤大門先生によるマッサージが行われております。今日は衛藤先生来てる?」「またマッサージしてもらえませんか?」と利用者様から大絶賛で、「左肩が痛かったがマッサージを受けて徐々に痛みも軽くなり動かせるようになった」「足のむくみも減り歩きやすくなった」「マッサージを受けたら肩が楽になった」「こないだからしてもらった」「等々の喜びの声があがっています。まだマッサージを受けられていない方がいらっしやいましたらお気軽に職員に声をかけください。



健康機器 電気治療

きつきの里デイサービスセンターには6種類の健康機器が設置されています。利用者様一人ひとりにあった電気治療をする為に理学療法士の古賀先生と

相談しながら安全かつ平等に皆様にかかっていたできるよう留意して日々の電気治療に努めています。

「治療をはじめから肩こりがなくなりました」「これにかりだしてから痛みがなくなったんじや!」「腰も痛くなくなつて背筋がピシッと伸びて本当に気持ちいいわあ!」と言う嬉しい声を頂きました。この言葉に応えていけるように努めていきます。



フラダンス

7月5日にボランティアのブアドリームフラの方々に来ていただきました。この日を楽しみにしている利用者様も多く、「きれいで見とれてしまう」「私もあんなきれいな衣装を着て踊ってみたいわ」と言われ本当に楽しまれていた様子でした。その他にも利用者様の歌や職員の歌などがあり、大変盛り上がりしました。フラダンスの皆様

本当にありがとうございました。またの越しをお待ちしております。



盆踊り準備

毎年行われている「まわるひまわり盆踊り大会」を今年8月3日に開催するこ

とになりまして。只今、本番に向けて準備中です。皆様のご来場を職員一同心よりお待ちしております。

