

宇部幸楽苑広報紙

## 幸楽苑だより

7月号

発行元：介護老人保健施設 宇部幸楽苑  
 発行日：令和6年 7月1日  
 TEL 0836-51-3113 FAX 0836-51-5522

## 明るく優しく

## 敬意をもつて

宇部幸楽苑2階チーフ介護福祉士  
 益原 幹人

私の趣味は、筋トレです。いきなり何言ってるんだよ。と思う方もおられると思います。すみません、少しだけお付き合い下さい。

筋トレで大事なことは、筋肉に刺激を与えて大きくしていくことです。刺激を与えることで脂肪も減らすことができます。

前置きはこれくらいにして、私が介護をしていく中で大事にしていることは『刺激』です。刺激と言っても筋トレで与える痛く、苦しい刺激ではなく、日々、日常の中で与える刺激です。その中でも、『笑うこと』『立つこと』『触れる事』この3つの事を大事にしています。

『笑うこと』で、人の心は穏やかになります。利用者様全員と1日1回は笑うことを心がけています。『立つこと』で、利用者様の残っている体の機能を維持していきま

す。刺激が足から体を伝い脳へ伝わることで自分は立ってるんだ、歩ける

## 《運営方針》

- 1.常に笑顔で誠意のある対応を心掛けます。
- 2.説明と同意の実践に努め、納得いただける施設サービスを実施致します。
- 3.人権を尊重し、入所者様・ご家族と共に職員が一丸となって自立生活の支援を致します。
- 4.個人の尊厳とプライバシーの保護に努めます。
- 5.疾病や障害の予防と適切な施設サービスを提供致します。
- 6.地域社会と連携して質の高い施設となるよう努力し、職員は日々研鑽に努めます。

## 《基本理念》

私たちはサービス提供者として、常に、地域社会における入所者様・ご家族並びに利用者の立場に立って考え、最善の行動を致します。

んだと思ってもらうことが大切だと思います。車椅子からベッドへ移ってもらう時もただ抱えるのではなく、利用者様にも自分で立ってもらう。立てなくても足をしっかり地面につけてもらい移ってもらう。それだけでも刺激を与えることができます。

『触れること』は、私が介護する中で用いている技法でユマニチュードと言うものがあります。ここでユマニチュードの話をしたら長くなるので割愛しますが、その中で、『触れる』と言うものがあります。認知症の方は、集団の中においても孤独で不安です。会話をする中で背中を優しくさすだけで「孤独じゃない。私は一人じゃないんだ」と思ってもらえます。それは、認知症の方に限らず、元気な方、寝たきりの方など誰にでも使える技法です。

長々と書いた割には薄っぺらい内容になってしまいましたが、これからも利用者様1人1人と毎日笑って過ごせるように頑張っています。

## 『バラを見に行きましたパート②』

5月に引き続き6月にも、バラを見に行きましたので、その様子を見て頂けたらと思います。また、秋口にも皆様と行く予定を立てています。



## 『猛暑?』

介護福祉士 澤田 淳也

ちよつと気が早いタイトルですが、六月二十二日、梅雨入りしたと発表がありました。今年は梅雨が長く、梅雨明け後は猛暑になると言われています。

毎年言われるのが熱中症と脱水。

私もかなり前ですが、屋外での仕事をしている頃、脱水症状を起こしたことがあります。目の前が白くなり、暑いはずなのに汗が出ない。後で聞いたのですが、私の顔は、誰が見ても分かるほど青白くなっていたとのこと。

それ以来、意識して水分補給を必ず行っています。おかげでその後は脱水症にならずに過ごせています。

皆様も水分補給をこまめにして、今年の夏も元気にお過ごしください。



## 『徒然なるままに...』

介護福祉士 大山 隆

今年も早いもので7月。あつというまでですね。

当苑における利用者様の日常は未だに新型コロナウイルスなどの影響で面会の制限があり、ご不便をお掛けしております。

これまで当苑では夏場は食中毒、冬場はインフルエンザ・ノロウイルス等の感染症予防に努めてまいりましたが、最近季節を問わずに感染症が流行するのだと身に染みて感じております。

今後も標準予防策である手洗い・うがい・マスク着用を行い、当苑で感染症が流行しないように予防をしっかり行っていくしたいと思います。

