

りバプール通信

社会福祉法人 大石福祉会
介護老人福祉施設 リバプール
077-536-3111
<http://www.liverpool.or.jp/>

Vol.17 (1月号) 明けましておめでとうございます。今年も皆様にとっていい年でありますように。

年頭のご挨拶

～平成19年を迎えて～

施設長 堤 英幸

新年明けましておめでとうございます。

昨年は、入居者様そして家族皆様方をはじめ、地域の皆様方のご理解ご協力を賜り、リバプールの運営ができましたことを、心より厚くお礼を申し上げます。



また、2回目のお正月を、入居様方と共に穏やかに迎えできた事をうれしく思っております。

さて、今年の干支は、十二支の掉尾のイノシシです。亥と申しますと、猪突猛進をイメージいたします。年男にあたり、ここは、「亥は核なり」という古書にもあるように、猪突猛進するエネルギーを蓄え、核となる部分に注ぎ、強いリバプールをスタッフと共に築いていきたいと思っております。そして、利用者様に信頼され安心してご利用いただける施設、地域に貢献できる施設を目指したいと考えております。

今後とも、皆様方にご指導ご鞭撻賜りますよう、よろしく願いいたします。



「クリスマス会のプレゼントに」と入居者様のご家族様より頂きました。皆様、ステキな手作りの箱に感激されてました。本当に有難うございました。

ちなみに箱を開ければ煙が・・・なんて「浦島太郎」みたいな事はなかったですよ。

牛乳の空きパックで作ったとはとても思えないくらい、ステキでした。



～1月の予定～

1日～ 大石神社 初詣

場所:地域交流スペース

時間:随時

9・16・25日 職員研修(シリーズ)

場所:地域交流スペース

時間:18:00～20:00

講師:蒔しがぎん経済文化センター 川島部長

強いリバプールをつくります!!

22日 理美容

23日 「りんりんりぶる」演奏会

場所:地域交流スペース

時間:10:30～

第4回

リバプール川柳

お題
「お正月」

今回のテーマは「お正月」です。やはり、正月となると、皆様楽しそうな歌が多いですね。今年のお正月は皆様どのようにお過ごしだったのか・・・来月のリバプール通信でお知らせできればと思います。

正月は 赤いベベ着て 羽根ついて
つかなんたら 寝て過ごせ (T・F)

金を使わん正月みたい 正月やない!!
(A・I)

去年は トランプして 楽しかった
今年は 歌を歌いたい (F・A)

みんな寄って ビールを飲んで ワイワイする
(S・K)

もち食べ過ぎて おなか減らすのが 大変だ!
(K・T)

クリスマス会

12月22日に第2回
リバプール・クリスマス会を開催いたしました。

前日の夜遅くまで合唱や劇に出るスタッフは、練習しました。入居者様に楽しんで頂こうと、スタッフ一同頑張りました。

今回の劇は「浦島太郎 in リバプール」でした。スタッフも当日まで練習した甲斐があり、劇は爆笑・涙・感動の連続でした・・・多分。

ホウホウホーウ！
メリークリスマス！
プレゼントだよ～うふっ。

わーい！
悪ガキ
3兄弟だ
い！！！！

スタッフによる合唱では、**ジングルベル**と**赤鼻のトナカイ**を歌いました。

リバプールは「みんなでつくろうもうひとつの我が家」を柱とし、今日まで歩いてまいりました。ご家族様の力・利用者様の力・スタッフの力で、これからクリスマスのもみの木のように、ぐんぐん育てていきたいと思えます。その為には、皆様方の元気が栄養ですので、ドンドン注いで上げて下さいね。これからもよろしくお願い致します。

リバプール企画広報委員



12/2 にじの町3丁目外出



12/6 にじの町1丁目外出

文化ゾーンでは少し遅めの紅葉&スイーツを楽しみました。



12/13 ほしの町2丁目外出

寒くなってきた頃でしたが、にじの町3丁目と1丁目の皆様はそれぞれ、文化ゾーンへ。ほしの町の皆様は大津プリンスホテルのラウンジへ外出されました。



クリスマスムード漂う大津プリンスホテルの38F『トップオブオオツ』にて喫茶を楽しみました。

12/14 大石幼稚園のみなさんによる合唱



園児のみなさんのかわいなお歌に、皆様も目を細めて喜んでおられました。

12/23 ハンドベル(ぼよぼよず)



ボランティアとして『ぼよぼよず』さんが信楽よりハンドベルの演奏に来られました。皆様、幻想的な音色にうっとりでした。



大石家祖先追善法要

大石ゆかりで12月といえば・・・そう！！赤穂浪士の討ち入りですよ！？リバプール通信でも何度かご紹介していますが、ここ大石は「大石内蔵助良雄」の祖先の本貫地であり、大石東町の浄土寺は、大石氏の菩提寺にあたります。この浄土寺で討ち入りの日に近い日曜日(去年は12月10日でした)に大石家先祖追善法要が行なわれています。当日の式次第は、地元の子供による義士行列、大石家祖先の墓前祭、元禄マラソンなどが行なわれます。

戦前の昭和初期頃には、12月14日に墓前祭とうどんの接待のみが行なわれていましたが、戦時中の中断などを経て、現在の子供行列や、元禄マラソンも行われるようになりました。

大石歴史探訪



バプールの介護講座 ~ 嚥下体操編 ~

『ご飯をおいしく食べる為に』

私たちが生きる為に欠かせないことの一つに「食べる」ことがあります。しかし、ただ単に「食べる」のではなく「おいしく食べる」ことが大切です。それは「おいしく食べる」ことによって、生活の向上や、生きる意欲につながるからです。

しかし、一口に「おいしく食べる」と言っても、ただ味が良いというだけではなく「楽しい雰囲気の中で食べる」「口の中が健康である」「むせることなく食べられる」など、様々な環境が整って「おいしく食べる」ことが出来ます。

リバプールでは、入居者の皆様が少しでも「おいしく食べる」ことが出来るよう、口腔ケアや嚥下体操などを行っております。

嚥下体操とは「おいしく食べる」の中の「むせることなく食べる」為に、食事の前に口や舌などを動かす体操です。嚥下体操を行なうことにより「食べるぞ!!」という気持ちの準備ができ、唾液も分泌され誤嚥やむせを軽減させることが出来ます。

老化や脳卒中などの病気により嚥下力（飲み込む力）が低下すると、むせが増え誤嚥性肺炎や脱水症状を起こしやすくなります。嚥下体操をして、誤嚥やむせを防ぎ、「おいしく食べる」ことが出来るようにしましょう。

嚥下体操の例

ゆっくりと深呼吸をします。(おなかをふくらませながら:腹式呼吸)

ゆっくりと首を前後・左右に動かし、また、ぐるっと回します。

ゆっくりと肩の上げ下げをし、また、肩を回します。

両手を組んで大きく伸びをします。

頬を膨らませたり、ひっこめたりします。

舌を出したりひっこめたりします。また、左右にも動かします。

「パタカ」や「タカラ」を始めはゆっくりと5・6回繰り返し、

次に早く5・6回繰り返して言います。(「パンダの宝物・・・なんや？

笹や!」なんて言ったりして、楽しみながらしています。)

ゆっくりと深呼吸をします。



嚥下体操を行い、おいしく
食事を頂きましょう

平井 陽子 (ほしの町3丁目 介護職員) 星座：やぎ座 血液型：A型

趣味：おいしいビールを飲むこと



リバプールで働いて、もうすぐ1年半になりますが、ご利用者様と過ごす毎日がとても楽しく、本当にあっという間でした。まだまだ勉強不足で、先輩方や、ご利用者様に教えた頂くことばかりです。これからも、常に学ぶ姿勢を忘れずに、ご利用者様の“生”に寄り添える介護者になっていきたいと思っております。

荒居 久恵 (ほしの町2丁目 介護職員) 星座：てんびん座 血液型：B型

趣味：本を読むこと



ほしの町2丁目に配属になり、1年がたちました。ご利用者様には、私の性格や考え方をすっかり見抜かれ、日々、人生のアドバイスを頂き、とても勉強になっております。ご利用者様が、私たち介護職員に求めるものはそれぞれ違いますが、今後も1人1人のご利用者様に毎日の生活を楽しんでいただけるよう、努力してまいりますので、よろしくお願い致します。