

# リバプール通信

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

2014・12月号 Vol. 112 今年もあと残りわずか、リバプールにもサンタがやってきます！



11/21 臨床美術 色とりどりのリンゴたち！

## 【新地域支援事業】 「健康講座（生き生きと健康に！）第8回目」

11月のテーマ “膝の痛みはこうして生まれる” 11月16日・30日



「変形性膝関節症」がどのようにして発症するのかについてお話をいただきました。参加者の中には、「歳のせいだから仕方が無い・・・」と思っておられた方も、「膝の変形が強く進行していなければ、痛みを取り除くことが出来る、痛みを軽く出来る可能性がある」ことを聞き、興味津々な眼差し。



膝関節には、「半月板」という緩衝作用の働きをする軟骨があります。一度傷んでしまうとほとんどが再生しません。軟骨の変化が起こる原因を考えると、膝だけが悪いのではないのです。足（扁平足・外反母趾）・股関節（内股・がに股）・骨盤（傾き）・背骨（湾曲）の状態が決まります。結局は、「姿勢」にたどり着きます。

そこで、身体全体を支える足裏からのトレーニングから始めました。まず、足の指で「グー・パー」、踵上げ・爪先上げ、順番に上の方へ、内股、最後はバランスボールに乗り骨盤の前後運動など取り組みました。足が軽くなりました！

## 11/17 防災訓練



今月は年2回行います消防署立ち合いのもと夜間を想定した消防訓練を実施致しました。実際に火災が起こった際には少ない人数での初期消火・避難誘導・情報の伝達などが出来るように、対処方法や消防設備の確認も踏まえ、訓練に取り組みました。消防設備の訓練では、消火器の使用方法や注意点を確認しました。初めて訓練に参加する職員、経験のある職員もそれぞれに良かった点、改善点を振り返り、利用者様の安全確保に努めます。

## 11/21 臨床美術



今月の題材は『りんご』でした。描き始める前には、リンゴの唄を合唱し、準備運動をしてから、今回は立体の作品にチャレンジしました。まずは新聞紙を丸め、りんごの形を作っていきます、その上に色とりどりの和紙を貼り付けて色を表現していきます。和紙は自分の思う大きさに干切りにして何色も組み合わせ世界に1つしかない「りんご」の完成です。

## 11/27 歌声喫茶



11月27日に歌声喫茶を開催しました。12月も目前になり、日に日に寒さが厳しくなってきますが、歌声喫茶では春夏秋冬が感じていただける曲目を多く歌っています。今の季節に合った曲を歌うもよし、恋しい季節を思い別の季節の曲を歌うもよし。四季がある日本だからこそ生まれた曲ばかりです。歌声喫茶は12月はお休みし、次回は年明け1月29日を予定しております。



## 守山市民生児童委員協議会の方々が研修に来られました。11月14日



守山市民生児童委員協議会の高齢福祉部会の35名の皆様方が、研修及び施設見学に来られました。私どもより「災害時に備えた取り組み」「施設と地域との連携」について、報告させていただきました。



災害時の取り組みについては、大石学区の中でも、先駆けて取り組まれている東町の民生委員（防災士）の岸本様より「私たちの防災・減災」というテーマでお話を頂きました。防災活動の取り組みには、町内で発生する可能性がある災害リスクを特定され、例えば地震により琵琶湖西岸断層帯が活動した場合の震度の推定、集中豪雨による土砂崩れが発生しやすい場所などを推定した非難ルートを選択など、たいへん興味深い内容でお話を頂きました。



また、今年の8月9日の台風11号による避難行動については、事前に実施した「避難行動要支援者の登録」や「避難行動支援者連絡会義」を開催したことなどがスムーズな避難に繋がったことなど報告頂きました。

研修会の後は、入居されているフロアーの見学をしていただきました。

## リバプールもクリスマスムードに！

リバプールでもクリスマスに向けて、ツリーや飾り付けをしています。あとはサンタが来るのを待つのみです。12月19日のクリスマス会では、新人職員とレクリエーション委員による「ハンドベルと歌発表」を予定しています。



### 木内 正輝（介護職員：にじのまち1丁目）

星座：てんびん座 血液型：O型

趣味：ゲーム・音楽鑑賞・読書・散歩



最初は右も左も分からず、不安や緊張でいっぱいでした。しかし、先輩スタッフや事務所の方々の指導や励ましによって、この施設に少しずつ馴染むことが出来ました。利用者様も日々の関わりで距離が縮まり、楽しく関わらせて頂いています。この仕事は状況の変化がよくあるので、その度に色々と考えさせられます。でもそれを考え仕事をすることにやりがいを感じます。これからは少しずつ知識・技術を身に付けていけるように頑張っていきたいと思えます。

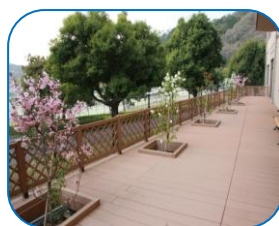
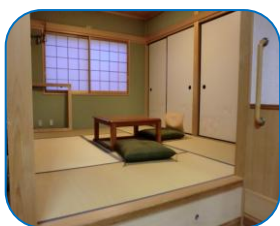
# 今月のデイサービス！

先月に続き、今月はデイサービスに南郷中学校から2名の生徒さんが福祉体験学習に4日間来てくれました。利用者様と一緒にレクリエーションやお食事の準備などをお手伝い頂きました。最終日には曲に合わせてダンスを披露してくれました。利用者様も生徒さんが来られたことをとても喜んでおられました。デイサービスもクリスマスモードに！利用者様手作りの特大のクリスマスツリーや塗り絵などがデイルーム前の掲示スペースに展示しておりますので、施設にお越しの際は是非ともご覧下さいませ！



## こんな方、是非ご利用ください！

- 大人数は苦手。少人数でゆったりと過ごしたい。
- 認知症になっても、自分らしく暮らしたい。
- 同じ敷地に泊り(ショートステイ)があるのも安心。
- やっぱり四季が感じられる環境が1番。



営業日：月曜日、火曜日、水曜日、木曜日、金曜日（土曜日、日曜日が定休）

サービス提供時間：9時45分～16時00分

営業時間：8時30分～17時30分

利用定員：12名

※1日お試し利用を実施しています。（食事代500円要）

詳しくはデイサービス・リバプール(担当：山路)まで

電話 077-536-3111