

Vol. 33 (5月号) 4月はみんなでお花見に行きました。近くでも綺麗に咲いていましたよ。



大石緑地スポーツ村までお花見をかねて散歩に行きました。

リバプール NEWS

新社会人は約85万人！

リバプールにも新しい仲間！！

4月の初め、全国の企業等で、入社式があり、今春、大学や高校を卒業した若者が社会人に加わりました。新社会人は昨年とほぼ同数の85万人と推定されています。年明け以降は、円高や原油高、株価下落と経済環境は急激に悪化しており、景気の先行きに不安を抱えてのスタートとなりました。リバプールでも、4月から3人の職員が増えました。既に在籍している職員も新入職員と共に、がんばっていききたいと思います。

新入職員紹介

新年度になり、新たに3名の新入職員を迎えることが出来ました。

Q これからの意気込みをどうぞ！！

にじのまち 船橋 実加

4月から社会人となり1ヶ月が経ちました。早く一人前のケアワーカーになれるよう頑張っていきたいと思います。

ゆめのまち 山本 誠一

以前も介護を必要とする現場で働いていましたが、また、気持ちを新たにして勉強していきたいと思います。利用者様と楽しい時間を多く共有して行ければと思います。

ほしのまち 横田 沙緒里

毎日仕事を覚える事が多く戸惑う事もたくさんありますが、利用者様の笑顔を見るたびにやりがいを感じています。今後、利用者様を笑顔に出来るよう頑張っていきたいと思います。

4月のできごと ～お花見～

ショートステイ・デイサービス



4月8日ショートステイとデイサービス合同で食事会を『和食のさと』にて行いました。

お天気にも恵まれ絶好の外出日和となり皆様、楽しそうな笑顔をしてられました。

桜は車窓から眺めるだけとなりましたが、とても綺麗に咲いている桜に皆様うっとりでした。



ゆめのまち3丁目



デイサービス・ショートステイの合同での外出の翌日、ゆめのまち3丁目も南郷公園へのお花見と回転寿司『あきんど』へ食事会に行ってきました。

あきんどでは皆様いつも以上の食欲で5皿も食べられた方も・・・。

南郷公園では満開の桜の中、職員が作った手作りクレープを頂きました。



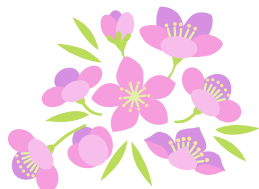
ほしのまち



お天気の都合で近場になりましたが、ほしのまちの皆様もお花見を行いました。

4月13日とあって桜は少し散っていましたが、お花見をするには十分綺麗に咲いていました。

外出の準備をしていると偶然、家族様も面会に来られたのでご一緒に頂きました。



4/18 デイサービス どらやき作り



デイサービスでは月に数回イベントを行なっています。今月は・・・どらやき作り！！ホットケーキミックスを使って作り

ました。利用者様にも手伝っていただき、甘くて美味しいどらやきが出来ました。



恒例のリバプール喫茶。今月のケーキはチョコレートケーキ！！もちろん歌もあり、楽しい時間となりました。



4/25 職員研修

4月25日に職員が講師となり、「(車)いす上での身体拘束廃止研修+車椅子について」の研修報告会を行いました。研修報告会は職員が施設外にて参加した研修の内容を、参加した職員自身がリバプールの職員全体に分かりやすく伝える研修です。

身体拘束については、福祉施設等での身体拘束の現状や、廃止に向けての取り組み等について学びました。車椅子については、職員全員が車椅子に乗った状態で車椅子の目的やずり落ち防止等の研修を受ける事により、車椅子についての知識を深めると共に、車椅子に座りっぱなしの辛さを体験しました。報告会の最後に感想を聞くと、「引きつれて痛い。」「お尻が安定していないから不快。」等の意見が出ていました。職員が自ら、体験する事により、リバプールではご利用様が車椅子に座ったままにならないよう努めていきたいと思えます。



歴史探訪 27

南山城跡 (京田辺市)

京田辺市三山木にある南山城跡は約100m四方に土塁を築き、外側に堀を巡らし、東と南に堀が設けられていたとされています。築造は三河武士、浅井光政と伝えられています。

この光政ですが徳川幕府の旗本で甲州流の兵学に長じ、大石良雄(内蔵助)とも親交があったと伝えられています。光政の墓は南山共同墓地にあり、浅井氏は長い間この地の領主であったとされています。

平成二年に行った小規模な発掘調査で戦国時代(16世紀後半)の遺物が多数見つかった為、浅井氏以前にも利用されて城館があったとされています。

現在周りは民家で石碑のみがあります。近所を散歩中に偶然見つけ案内板にここ大石ゆかりの「大石良雄」の文字があったので紹介しました。



フク介護講座 ～口腔ケアにつて～

・口腔ケアってなあに？

日常的に家庭などでおこなう口腔ケアは、歯ブラシなどを使って歯・歯茎・舌・義歯をお掃除し口腔内の清潔を保つことです。口腔ケアをおこなう目的としては

むせこんだり咳き込むことによる誤嚥性肺炎の予防

虫歯や歯周病などの口腔疾患の予防

生活の質（Q L）の向上

大きくこの3つがあります。また口腔ケアを毎日おこなうことにより生活のリズムをつくることができ口腔内を刺激することにより脳を活性化させ、口腔内のマッサージにもなります。

・口腔ケアってどうやるの？

では実際に口腔ケアの代表的な次の3つの方法についてポイントを紹介したいと思います。

1、歯磨き（ブラッシング）

歯と歯茎の間や歯の裏側、奥歯など磨く場所を意識しながら歯ブラシを歯にきっちり当て1本1本を磨く感じで細かく振動させるように動かします。

歯磨き粉は大豆1粒ぐらいでたくさんつけなくて良いです。汚れはブラッシングで取り除くことができます。

2、うがい

うがいには、上を向いて喉の奥を洗う「ガラガラうがい」と口を閉じて頬をふくらませておこなう「ぶくぶくうがい」があります。口腔ケアでは「ぶくぶくうがい」を中心におこないます。

うがいをする時に上体が後ろに倒れていると誤嚥しやすいのでまっすぐ又は少し前かがみの姿勢ですると安全です。高齢者の方にとっては簡単なうがいで誤嚥の危険性があるので、十分に注意しましょう。

3、義歯のお手入れ

洗う時は流水で、歯磨き粉を使うと傷がついてしまうので使用しないで下さい。寝る前にははずし、水を張った容器に保管して下さい。

義歯をはずしたら口腔内はうがい又は柔らかい歯ブラシで洗いましょう。3日に一度は義歯洗浄剤につけましょう。

食事がおいしく食べられるようにするためにも口腔ケアをおこなうことはとても大切なことです。心と体の健康を保つためにも口腔ケアをしっかりとおこないましょう。

～スタッフ紹介コーナー～

高山 裕一郎（介護職員 ほしのまち2丁目）

星座：やぎ座 血液型：O型

趣味：野球・ビリヤード・音楽鑑賞



リバプールで働いてちょうど1年になりました。まだまだ未熟なところもありますが後輩も入社してきたので、少しでも技術・知識のレベルアップを目指し、利用者様に信頼していただける職員になるよう努力していきたいと思えます。

大変なこともあります。色々な行事を通して利用者様の笑顔を見る事ができると、こちら自然と笑顔になります。これからもそんな笑顔がたくさん見ることができればうれしいです。