



花屋敷栄光園敬老会



9月16日は敬老の日という事で、9月は色々な敬老行事がありました。



106歳おめでとう！



9月16日の敬老お祝いの膳はご入居者に「美味いゆい、きれい！」と好評でした。



9月18日は、2階ご入居の皆様を催しました。盛大な表彰式の後、色とりどりの美味いそらなスイーツでお茶会。皆様に笑顔がこぼれます♪



入居者・利用者の方々の作品

山道に君とみつけし露ふくむ
深山鶏は白き妖精

(令和元年春NHK全国短歌コンクール入選作品)
澤田 正孝

娘傷むも

はがゆきばかりに役たてず
出来ることただぶじ暮すこと
佐藤 典子

オカリナの音色澄み行く草紅葉

江見 絹代

桃届く曾孫の写真添へてあり

渡部 義次

月からのエールが届く病室に

尾崎 孝子

買物にふるさと名前商品に

東海林 きよ恵

ボランティア ありがとうございました

ボランティア記録より
2019年8月1日～10月31日

※順不同・敬称略

個人

倉科節子、田中祐子、田中忠人、中村賀代子、佐藤信一
田方紀一、河田強、柴清美、浦千代子、西田隆男
片山真希、大谷友司、大谷敏子、横白由利子

団体

喫茶ひばり、貴久乃会、かなりあ会、コーラスすずらん
T.O.M(尺八&ピアノ)、さんしーずう、ありのままグループ
コミュニティひばり、おしゃれクラブ
車椅子社交ダンス普及会宝塚支部、パートナーズクラブ
KCガールズ、里山音楽クラブ
アンサンブルコパン、コールアミチエ

2019年度園内学会結果発表

今年度も職員が、施設ケアの質向上に向け研究・取り組みをした結果を発表する、園内学会が開催されました。5つの演題のうち、今回は下記の2題が表彰されました。

「褥瘡完治までの道のり」
(ケアサービス課1丁目1・2番地)
「皆でスキルアップ～新人指導の現状と課題～」
(ケアサービス課3丁目3・5番地)
それぞれ法人本部で開催される聖隷学会、宝塚地区事業所全体で開催される宝塚学会に出題されることになりました。



編集後記

少し高い建物から外を見てみると、遠くの山々の木々が色づいてきて、少しずつ秋らしくなってきていることを感じています。近くに目を向けると街路樹が緑色から少しずつ黄色や赤色などに変わってきて、色々な景色が見たくてどこかへ出かけたくてきます。

皆さんも食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋など色々な秋を楽しんでください。

広報委員

※写真掲載に関しましてご本人・ご家族のご承諾を得ています。

特養行事

エイジフレンドリーシティ宝塚緑卓会議モデル事業

ケアサポーターが活躍しています！

9月2日（月）から11月29日（金）まで、週2～3日、1日2時間程度の「生きがい就労」として、元気なシニア世代の方々が当施設で働いています。



？ケアサポーターとは？

介護の現場で働く方のサポートです。車椅子清掃、浴室清掃、シーツ交換、食事配膳の準備など、介護の周辺業務に従事していただいています。

？生きがい就労とは？

☆介護の経験や知識が無くても仕事ができる。

☆プライベートのちょっとした時間を使って社会貢献ができる。

☆活動することで、自身の健康増進を図ることができる。

☆介護を学ぶ機会になる。

このような「生きがい」を高められる就労のことを「生きがい就労」と呼んでいます。

ご興味のある方は下記までお問い合わせください。

花屋敷栄光園

TEL072-740-3388 担当：長田（おさだ）、田中（たなか）

花屋敷地域包括支援センターより

フレイルとは

最近、「フレイル」という言葉をよく耳にします。

フレイルとは、わかりやすく言えば「加齢により心身が老い衰えた状態」のことです。

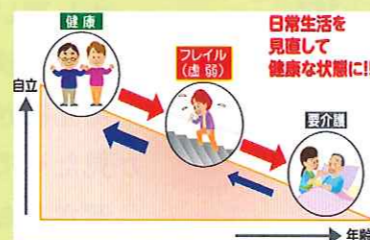
フレイルは、海外の老年医学の分野で使用されている英語の「Frailty（フレイルティ）」が語源となっています。「Frailty」を日本語に訳すと「虚弱」や「老衰」、「脆弱」などを意味します。多くの方は、フレイルを経て要介護状態へ進むと考えられていますが、高齢者においては特にフレイルが発症しやすいことがわかっています。

フレイルの予防には、生活習慣病の（進行）予防をしながら、運動機能・認知機能の低下を防ぎ、社会的に関わりを保ち続けることが大切です。

高齢者ご本人や、身近にいるご家族がフレイルという状態を知り、介護状態へと移行しやすい危険性をはらんでいることや、どのような状態がフレイルにあたるのかを知っておくこと、フレイルを進行させないための日常的な配慮を行っておくことが重要です。

フレイルの基準には、さまざまなものがありますがFriedが提唱したものが採用されていることが多いです。Friedの基準には5項目あり、3項目以上該当するとフレイル、1または2項目だけの場合にはフレイルの前段階であるプレフレイルと判断します。

1. 体重減少：意図しない年間4.5kgまたは5%以上の体重減少
2. 疲れやすい：何をしても面倒だと週に3-4日以上感じる
3. 歩行速度の低下
4. 握力の低下
5. 身体活動量の低下



身体面だけでなく、日常生活のすべてが健康にかかわるものと捉え、日頃から介護予防に取り組んでいただければと思います。

ケアハウスの畑で いもほりしました

「大きいのないな。あっ、あったあった」
「あんまり（たくさん）できてないな」と、なんやかんやと言いながらみんなで芋ほり。デカイ芋はあまりなかったですが、焼きいもに最適な大きさがゴロゴロできました。収穫は約40kg。焼きいもを行う日（11月中旬）が今から楽しみです。（10月17日（木）午後）



デイサービス敬老会

お琴の音色は
素敵です！



9月9日～14日で敬老週間イベントを行いました。演奏ボランティアや職員による出し物など、ご利用者、職員が一体となって敬老週間を楽しむことが出来ました。いつもはあまり話をしないご利用者も賀寿のお祝いになると、マイクを持ってたくさんお話をしてくれました。

歌ってお祝い
しました♪



祝
百歳!!

