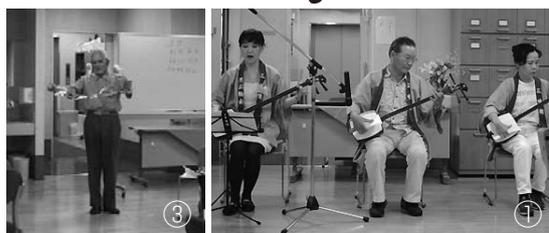


ボランティア交流会



6月19日(日)にさくら会で活動していた
いるボランティアの皆さんを囲んで、交
流会を開催しました。

当日はお天気にも恵まれ、30名の方が出席し
て下さいました。

前田理事長の挨拶に始まり、27年度の全体活
動報告、10年間活動を続けていただいている方
へ、感謝状を贈呈しました。

次に、将棋の本田様、書道の染井様から日頃
の活動のご紹介や、様子などのお話をしてい
たいただきました。「開設当初から将棋のボラン
ティアをしており、昨年はお抹茶席を設け、大勢
の方に喜んでいただいたのが印象的で、自分も
楽しみながら元気をもらっています。」「四季を感
じていただけるように、季節に合わせてお手本
を書いていきます。元気なうちはずっと続けてい
きたいです。」といった暖かいお言葉をいた
だきました。

三味線の秀三輪会様(写真①)と手話ダンス
のアミカ様(写真②)の演芸披露もありました。
懇談の際には飛入りでマジック披露(写真③)
もあり、日頃お互いに観ることのできない活動
に触れ、和やかで楽しい時間となりました。

最後に出席者全員で記念撮影(写真④)をし
て解散しました。

日頃の活動に感謝するとともに、これからも
さくら会が、ボランティア活動のしやすい暖か
い空間となり、ご利用者に喜ばれる施設となる
ように努めていきます。



新たな食事形態が完成！

『マッシュ食』

～栄養室から～

さくら会では、ご利用者の食べる能力に合わせて、副食を常菜・一口大・軟菜食・ペースト食・ムース食（ソフト食）で提供して参りました。

そして、今年3月、新たに軟菜食とペースト食の間に『マッシュ食』という形状を加えました。

『マッシュ食』は、軟菜食を包丁やフードカッターで細かくした後、さらに包丁の背ですり潰し成型するため、舌で簡単に潰せ、飲み込み易く配慮した食事形態です。

フードカッターがなくても、包丁だけでも潰せるため、ご自宅でも簡単に出来ますので、噛む力が弱くなったと感じる方は是非、お試しください♪

*さくら会栄養室は、入所の方に限らず、在宅での食事についてお困りになっていらっしゃる方のご相談もお受けいたしております。お気軽にご相談下さい。



軟菜食



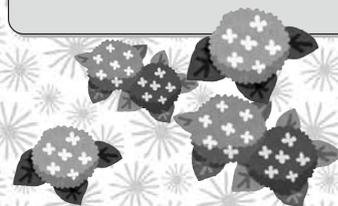
マッシュ食



ムース食



新人職員紹介



ケアセンター南大井



介護職 土屋 菜津美

4月から老健3階に配属されました。学生の頃にも実習でお世話になり、さくら会で働ける事をとても嬉しく思います。まだまだ未熟者で、沢山ご迷惑を掛けてしまうと思っておりますが、日々精進し、頑張っていきたいと思います。

ケアセンター南大井



介護職 本盛 智一

4月から老健2階に配属されました。新しい生活にまだまだ不安もありますが、先輩職員の方々がやさしく指導して下さい、日々頑張つて業務を行っております。今後ともよろしく申し上げます。

ケアセンター南大井



介護職 宮本 琴音

4月から入社いたしました。中国の深圳の出身で、趣味は車で、いろいろなところを旅行することです。日本語の方はまだ、完璧にできていないので、一生懸命頑張りますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

ケアセンター南大井通所リハビリ



介護職 前田 聡子

この4月から通所リハビリに配属されました。通所事業で働くのは、初めての経験なので、まだまだ慣れていないことも多いですが、周囲の職員に助けられ毎日業務をこなしております。これからも頑張っていきたいと思います。

ケアセンター南大井通所リハビリ



理学療法士 近藤 知明

ケアセンター南大井通所リハビリの常勤職員になりました。初心を忘れず、より一層精進してまいりますので皆様どうぞよろしく申し上げます。

月見橋在宅サービスセンター



介護職 阿部 あかね

4月より非常勤から常勤職員になりました。笑顔を大切に、ご利用者に寄り添う気持ちで頑張つて行きたいと思っております。よろしく申し上げます。

ケアセンター南大井



介護職 大場 広美

今年の5月から老健3階に配属されました。今まで特養と有料老人ホームに勤めていました。今までの経験を活かしてケアに努めたいと思います。

より良い認知症ケアを目指して

「認知症ケア研究会」の 発表会を開催しました!



5月11日、「認知症ケア研究会」が実践した1年間の取り組みを職員向けに成果発表しました。

「認知症ケア研究会」とは「地域包括ケア」を見据え、認知症の方にご利用いただいているさくら会会の3事業所（ケアセンター南大井入所、「大井林町倶楽部」、「月見橋の家」）の職員がメンバーとなり、認知症ケアの質の向上を目的に二年前に立ち上げたものです。在宅復帰や支援、日常生活の自立等の各事業所の役割をテーマにした発表を行い、地域で暮らす認知症の方々の職員同士が同じ目線でケアして行くには、どのような支援が必要かを考える貴重な機会となりました。（写真①②）また、発表の前には新人職員紹介と皆勤、永年勤続の職員への表彰式が併せて執り行われました。（写真③④）



大井林町高齢者住宅交流企画・体操



今年度は、健康寿命を延ばす活動に力を入れていこうと、入居者の皆さんと毎朝体操の時間を設けました。声を出すことも健康維持に必要な活動であり、「朝からカラオケ：通称アサカラ」を行っています。今までは、昼から午後の活動を中心に行ってききましたが、朝の時間を使うことで入居者の皆さんからは、「朝から元気が出た」「一人でやるより楽しい」「続けていけそう」など、元氣満々の声をいただいております。

職員も体操に参加していますが、やや運動不足気味のため時折「うっ」とうめき声が聞こえ、日頃の不摂生が垣間見える朝のひと時となっています。

あらためて「健康は大切」と入居者の皆さん、職員の合言葉になってきています。体を動かすこと、美味しい食事を摂ることなど色々な面から入居者の皆さんと力を合わせ、健康維持活動が続けていきたいと思っています。



認知症カフェ

「スマイルカフェさくら」のご報告

5月1日（日曜日）新緑の爽やかな風の中、さくら会1階喫茶「ぼこあぼこ」に22名のお客様やスタッフが集まりました。介護相談や、認知症の予防法等、それぞれのテーブルでコーヒーやお菓子をつまみながらあつと言つ間に時間が過ぎてしまいました。 「気軽に話せる雰囲気良かった」との感想を寄せていただきました。

認知症にかかわらず、介護のお困りごとや介護経験を話しして頂く場として、地域の皆様のご利用をお待ちしています。

今年度は5月、8月、11月、2月の第一日曜日にカフェを開店致します。

次回の開店日は

8月7日（日） 13時30分～15時30分



高齢者の熱中症について 南大井訪問看護ステーション

毎日暑い夏がやってきました。この時期に気を付けたのは熱中症です。特に高齢者の熱中症は見過ごしやすいので気を付けていきましょう。



熱中症の症状

***高齢者はなぜ熱中症になりやすいの？**

第一に、高齢者は体温調整機能が低下しています。汗は体温を下げる作用がありますが、加齢に伴い汗が出にくくなり、また、入浴を嫌がる高齢者が多いので、皮脂が体の表面を覆い、汗をかきにくく、熱が体内にこもってしまいます。

第二に、水分摂取量が少ないことです。水分が身体に不足すると脳が水分補給の指令を出しますが、高齢者はこの働きが弱くなっています。エアコンが苦手で、暑いなどの感覚が鈍くなり、喉の渇きに気がつかない高齢者は多くみられます。高齢になると腎臓の働きも弱ってきます。身体が脱水症状になっていると「水分を体外に出さないよう」と尿が濃くなりますが、高齢者は腎臓の働きが弱っているため尿濃度はあまり上がらず、水分が排出されてしまいます。

一時移転終了のご報告 南大井在宅介護支援センター

品川区による耐震改修工事のため、一時移転をしておりましたが、工事終了に伴い、平成28年3月より元の場所（南大井4-19-3）で営業を再開しています。

さくら会から徒歩5分程の鈴ヶ森公園の横、鈴ヶ森学童保育跡白い2階建ての建物です。介護の総合相談の窓口として地域の皆様にご貢献出来るよう、今後も務めて参ります。



※こんな症状のときはこの対処

【その1 応急処置で対応できる軽症】

- ・めまい、立ちくらみがある
- ・筋肉のこむら返りがある（痛く）
- ・汗をふいてもふいてもでる



対処方法
まず、涼しい場所に避難し、衣服をゆるめて体を冷やしましょう。水分・塩分を補給して下さい。こむら返りが持続する時は病院にいきましょう。

【その2 入院への搬送を必要とする中等度】

- ・頭がガンガンする（頭痛）
- ・吐き気がする（吐く）
- ・体がだるい（倦怠感）



対処方法
涼しい場所に避難し、衣服をゆるめて足を高くして休みましょう。水分・塩分を補給し、自分で水分をとれないときは、病院へ。

【その3 入院して集中治療の必要性がある重度】

- ・意識がない
- ・痙攣している
- ・呼びかけに対し返事がおかしい
- ・真つ直ぐに歩けない、走れない
- ・体温が低い



対処方法
首や腋の下、足の付け根を氷や水で冷やし、すぐに救急車を呼びましょう。

新旧 評議員・監事 紹介

- 退任 近江 清光 評議員（前品川区町会連合会会長）
鷹倉 俊和 監事（前品川総合福祉センター常務理事）
新任 伊與田正志 評議員（大崎第一地区町会自治会連合会会長）
小野 孝 監事（品川総合福祉センター常務理事）
退任されました方々これまでのご支援に感謝いたします。
新しく就任されました方々におかれましては、ご指導・ご鞭撻の程、宜しくお願い致します。

連載2

専門職に聞く

ケアセンター南大井通所リハビリ

理学療法士 伊藤 重忠



Q1: 仕事の内容
理学療法士の仕事は、様々な理由により生活に不具合が生じた方が、ご自宅に戻って生活できるように、またご自宅で生活を続けられるために訓練や練習を行う仕事です。

Q2: 専門職として心掛けていること

「立つ」や「歩く」などの動作だけではなく、「外出」や「入浴」をはじめとした、より具体的な日常生活の支援をしていきたいと考え、ご家族の方も含め「その人の暮らし」を支援することを心掛けています。



Q3: ご利用者、読者に向けてメッセージ
イメージが先行しますが、旅行に行きたい人にはバリアフリーの宿を、障がい者のサポート制度を利用したい人には情報提供を、健康を維持したい人には自分で取り組めるプログラムの提供を、そんな「コンシエルジュ」の様な役割を少しでも担えればと思っています。
次回10月号は「作業療法士 美濱 千尋さんの登場です！」

さくら会たよりの感想をお聞かせ下さい。

〒140-0013 品川区南大井5-19-1

社会福祉法人さくら会 編集委員会 宛

次回の発行予定は、平成28年10月です。