

ぽかぽか

だより

5月号（第137号）



私たちの基本理念

すべての人がいきいきと自分らしく
生きていける地域社会づくり



社会医療法人 智徳会

発行者 介護老人保健施設 康楽苑
〒020-0401 盛岡市手代森9地割64番の2
TEL・019(696) 5811 ・ (675) 1211
FAX・019(696) 5521
発行日 平成29年 5月10日

康楽苑職員紹介

平成29年4月より着任された高橋事務長を紹介いたします



【氏名】高橋 三郎
【職種】康楽苑 事務長
【趣味】ジョギング、囲碁、家庭菜園

4月からお世話になっております康楽苑事務長の高橋三郎と申します。前職は県職員で生活保護や高齢者福祉、児童相談所の児童福祉司、女性相談等主に相談業務についておりました。康楽苑の職員の皆様は明るくざっくばらんに声をかけて

下さるので働きやすい職場と感じております。これからは、職員の皆様と力を合わせて、療養者の方が健康で楽しく暮らせるよう、そして、私ども高齢者施設がその社会的役割を果たし、さらには地域社会に貢献していけるような施設づくりを目指して笑顔を絶やすことなく頑張りたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

康楽苑の新メンバー



氏名 上野 幸子
職種 作業療法士
趣味 セキセイインコと遊ぶ事
抱負 楽しくリハビリできるように頑張ります。



氏名 高田 百恵
職種 介護福祉士
趣味 温泉・旅行
サウナに入る
スノーボード
抱負 一人一人の方に合わせたサービスを心掛けていきたいです。



氏名 阿部 紗耶奈
職種 介護福祉士
趣味 LIVEに行く事
買い物
抱負 仕事を覚えテキパキ行動する



豆まき会



二階の様子



男女4人の鬼がやって来ました。待ち構えていた利用者様に、大きな豆をこれでもかと投げられてあっという間に降参しました。その後は、鬼も一緒に楽しく豆（お菓子）をいただきました。



三階の様子

3階は2月7日に豆まき会を行ないました。豆を紅白のお手玉に持ち替え怖い鬼たちを楽しく退治しました。それにしてもおっかない鬼でしたね。

みずき団子



参加された方々は和気あいあいと昔話をしながら楽しそうに団子を丸めていました。出来上がった水木はとてもきれいで、皆様に大変好評でした。



カフェ結 ～認知症・寸劇～

2月4日（土）、平成28年度最後の第6回カフェ結が開催されました。

職員による認知症周辺症状の寸劇と、終了後話つこの会が行なわれました。

分かりやすく、そしてユーモアを交え少しでも面白くお伝えするためお嫁さん役は女性職員、金髪の姑役は男性職員が演じ見学された皆様に好評を頂きました。

新年度のカフェ結もたくさんの御参加お待ちしております。



当面の主な行事

- 5月16日（火）乙部保育園交流会
- 5月25日（木）となん支援学校交流会
- 5月30日（火）シェーンハイムやはば交流会
- 6月28日（水）手代森小学校交流会
- 7月22日（土）康楽苑夏祭り
- 8月10日（木）手代森保育園交流会
- 9月10日（日）康楽苑敬老会

当面の主な施設内研修

- 5月18日（木）とろみ食について
- 5月22日（月）認知症と精神疾患について
- 6月 誤嚥時の対応について
- 7月 倫理について
- 8月 事故発生時や非常災害時の対応について

自宅でできるリハビリ

ストレッチについて

リハビリでも取り入れられているストレッチには、静的ストレッチと動的ストレッチがあります。**静的ストレッチ**は体を柔らかくし、肩こりや腰痛の予防にもなりますし、リラックスできて安眠や疲労回復にも効果があるとされています。

やり方としては、筋肉を十分伸ばした状態を20秒以上保つことです。

動的ストレッチは体を動かしながら、筋肉を温め、動きやすくするストレッチです。

積極的な運動、例えばスポーツをする前などに行われるストレッチですが、もっとも一般的な動的ストレッチは「ラジオ体操」といえば分かりやすいのではないのでしょうか。

ご自分の状態と目的に合わせてストレッチを行ってみてください。

康楽苑療法科

編

集

厳しい冬を乗り越えやっと春になり新年度を迎えることが出来ました。
今年度も楽しい行事にたくさん参加して頂いて思い出を作ってもらえるように職員一同努めていきたいと思っています。

後

記