

# ゆうゆう通信

令和6年12月6日発行 第52号

発行 飯田市立病院介護老人保健施設  
ゆうゆう 広報委員会  
〒395-8503 飯田市上郷黒田341  
電話 53-6048 FAX 53-6047



## 寿 2階Bチーム 敬老会

9月18日に行われました。以前はチーム毎に会を行っていましたが、今回は久しぶりにABチーム合同での開催となりました。それぞれの利用者様は普段顔を合わせる事がほぼ無いので、幾分緊張した面持ちでおられました。

会が始まり病院事務局長、施設長よりお祝いの言葉を貰い、そして米寿、卒寿、白寿、百寿に該当される7名にお祝いの記念色紙が贈呈されました。嬉し恥ずかしい表情をされている利用者様や「あれ、私そんな歳になるの?」と驚かされている利用者様もいました。その後ハレオフラメンコさんによるフラメンコショーを鑑賞しました。手拍子と靴を鳴らしてでるリズムに合わせて優雅に、そして情熱的に舞う姿に時を忘れて見入ってしまいました。合間のトークではその手拍子にも2種類あつて、掌に空気を入れたたくような低い音と、ハリのある高い音があり、ダンスシーンによって使い分けている事を知り、一つ賢くなりましたね。その後のショーではトークで聞いた手拍子で参加し、会場が一体になりました。

敬老会の献立は、今回は3日間のお楽しみがあり、昼食に赤飯や刺身、茶碗蒸し等提供され、午後のお茶時には飯田下伊那の銘菓も出たりと、見た目にもお腹にも嬉しい、楽しい食事です。「これは久々に食べるなあ、美味しいね」との声が沢山聞かれました。飲み物も何種類か用意した中で、ノンアルコールビールは「たまには飲んでみるか」とか、「酔っちゃいそうだやめとく」等々楽しい会話が聞かれました。皆さんの笑顔が沢山見られた一日でした。いつでも元気で穏やかに過ごして頂きたいものです。



## 3階Bチーム 敬老会

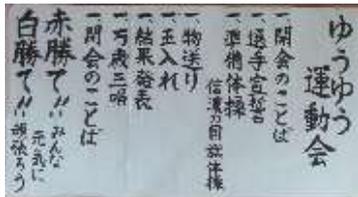
今年、初めて敬老会週間と言う事で1週間皆さんをお祝いさせていたいただきました。日本舞踊の皆さんが2日に渡り、ユニット内で素敵な舞を披露してもらいました。1日目はキレがある踊りで天女のような衣装を纏った踊りを楽しませていただきました。

2日目は、皆さん着物での踊りが披露されました。毎日、違う方が来て下さり大変賑やかな一週間でした。また、五感でも楽しめるように、食事も毎日ご馳走ができました。調理員が毎日工夫を凝らした美味しい食事を作ってくださいました。いつも皆さんを支えて頂いている、相談員、師長なども配膳に参加しいつもと違う交流が生まれました。おやつは、地元の和菓子を取り寄せて、豪華なお茶の時間が過ごせました。「珍しい物を食べる事ができた」「いつもと違う人が、ご飯を持ってきてくれた」と利用者様もいつもと違う雰囲気を感じていただけようです。コロナ禍で、ボランティアの受け入れが出来ない時期がありました。こうやって少しずつ以前の様な活動が戻ってきてくる事で楽しい日々も増えていきます。

## 運動会

# 2階Aチーム 運動会

10月24日午後に運動会を行いました。事前にお知らせのポスターや式次第を掲示した為、皆さん「運動会は24日だな」「あと〇日だね」と開催を心待ちにしていました。師長による開会の言葉、白組代表の利用者様の選手宣誓を皮切りに、リハビリ職員による『信濃の国の旗体操』で身体を温めいよいよ競技です。トイレットペーパーの芯を紐に通し一列に並んだ利用者様の先頭から後尾まで送ります。赤白に分かれた利用者様は勿論、職員からも「頑張れ!」「来てるよ!」の声援が隣の人へと送る利用者様の手、速さと共に会場を盛り上げました。玉入れでは時間を設定し行いましたが時間を余し、全ての玉がかごに入る程皆さん上手に入れることが出来ました。落ちた玉を拾い、利用者様にお渡しする職員との連携も素晴らしかったです。2競技の結果は赤白引き分けとなり、お互いを称え仲良く終了することが出来ました。運動会最後は赤組代表の利用者様の万歳三唱の音頭で参加者全員「バンザイ!」と手を挙げ声高らかに締めくくりました。運動会後の秋を感じるお茶菓子も利用者様に「綺麗だね!」「動いた後だから余計に美味しい!」「紅葉先取りだね!」と大変好評でした。



# 3階Aチーム 運動会

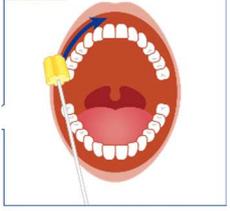
10月16日に運動会を行いました。午前中は、たんぽぽユニットで、午後からはひまわりユニットで行いました。リハビリ職員による準備体操の後、「頑張るぞー!えいえいおー!」と、全員の大きな声でスタートしました。赤組と青組に分かれて「紐引っ張り」と「玉入れ」を行いました。

紐引っ張りでは、「一番長いのを取るぞー」とやる気満々の人。長い紐を引き満面の笑顔の人。短い紐を引き、照れくさそうに笑う人。玉入れでは、真剣な表情の人。上手に入れることができ、嬉しそうな表情の人。

勝った組の元気のいいバンザイ。負けた組の拍手。どちらの組が勝っても負けても笑顔いっぱい運動会でした。終了後、ご苦労様を込めてジュースで乾杯しました。



拡大図



## 口腔ケアの大切さ

歯科衛生士 福井泉

高齢者の中には、病気や認知症の影響で、今まで問題なく行っていた歯磨きが不十分になり、お口の運動・機能低下も見られるようになりま  
す。そのような環境で、痛みの訴えがないと多くが見過ごされ、対応も  
後回しになりがちです。また、お口はプライベートな部分であり、他人  
にお口の中を見せる機会も少ないため問題が把握しにくいです。本人は  
もちろん周りの人も関心を持ち、毎日の口腔ケアを行う事はとても大切  
になってきます。

さらに、口腔ケアをしっかり行うことは、虫歯・歯周病・口臭の予防  
だけではなく生活のリズムを作り、食べる事や話す事をサポートして、  
QOL（生活の質）を向上させる目的もあります。自分のお口で「おい  
しく食べる」ことは大きな楽しみの一つであり、生きる意欲にもつな  
がっていきます。

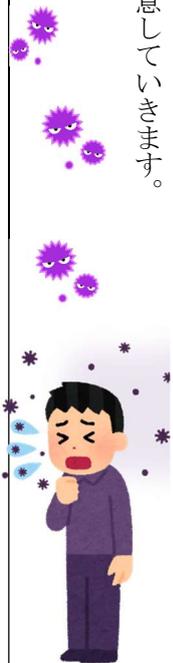
お口の健康を保つことは、高齢者の元気で明るい気持ちになる出発点  
として大切な一つです。毎日の口腔ケアを心がけていきましょう。



## ゆうゆうの感染対策

感染対策委員会

新型コロナウイルスがインフルエンザと同じ5類に移行して1年半以上が過ぎ  
ました。新型コロナウイルス発生時には、世間一般でも、手洗いやマスクの着用  
はもちろん、流行り地方のひととの接触を避ける、会食禁止等言われました。  
しかし、現在は手洗いや手指消毒・咳エチケットを行い、以前に近い生  
活に戻ってきている状態です。マスクを着用しない方もかなり見かける  
ようになりました。ゆうゆうも長らく利用者様とご家族の面会は中止し  
ていましたが、①マスク着用、手指消毒、②時間は15分程度③飲食禁  
止④人数は3名までという条件で再開しています。その他にも少しずつ  
ですが、感染対策を行いつつ、夏祭りや敬老会、運動会等の行事も再開  
しています。ただ、感染対策として、入所後3日間は基本的に居室でカ  
ーテン隔離を行いつつ過ごして頂くという対策はまだ続けています。利  
用者様にはご不便とご不自由をお掛けしていますが、施設内での感染の  
早期発見と拡大防止のためご協力をお願いしています。又、施設内で新  
型コロナが発生した時は飯田市立病院の感染症認定看護師と連携し感染  
拡大防止、早期終息に努めています。これから寒くなり、新型コロナだ  
けでなくインフルエンザ、ノロウイルス感染症にも注意が必要です。体  
調の管理、環境の管理をしっかりと行い、利用者様がクリスマスや年末  
年始等の行事を楽しく過ごせるように、職員一同これからもいっそう感  
染対策に留意してまいります。



# デイケア紅葉狩り

11月11日(月)から15日(金)まで野底山へ紅葉狩りに行きました。少し早い気もりましたが、見物客や他施設の車も多く賑わっていました。場所によっては真っ赤に染まっている木も見られ「わあくすぞい!」「日差しが当たるとキレイだね」と喜ばれました。車から降りることは無かったですが、写真を撮ったり、落ちていたモミジの葉を渡すと持ち帰られる方もいました。途中、サルの子がいて「サルがいる」「どこどこ?」と手を振りましたが山の奥へと消えてしまいました。それでも見ることが出来て良かったです。最後に上郷地区が一望できる高台に行きました。「南アルプスが綺麗だ」「若い頃にあの山へ登ったに」など楽しそうに話をされていました。また、近くのリングゴ畑には赤々とした実を見ながら「美味しそうだね」という声も聞かれました。



今年暑い日が続いたことで普段よりも紅葉が遅かったですが、みんな楽しんで出掛けることができて良かったです。

## 総合学習の時間で高陵中学校の生徒さんがみえました

10月18日には、高陵中学校の3年生6名が、11月7日には、楽器演奏に6名の生徒さんがデイケアに来てくれました。

最初にきてくれたグループは、折り紙と一緒に折ったり、レクレーションをしてくださいました。次のグループは、楽器演奏で、日頃練習をしている曲を演奏してくれました。孫の世代の子供たちが、一生懸命にやっている姿を見て、利用者様たちは涙を流す場面もありました。来てくださった学生の皆さんありがとうございます。また来年もぜひ来てください。



## 【新人職員紹介】



調理員

中藤 忍

10月からゆうゆうの調理員としてお世話になることになりました。利用者様に安心して食事をして頂けるように衛生面も含めて安全に調理作業を行い1日も早く仕事を覚えて頑張りたいと思います。よろしくお願いたします。



調理員

武川 美香

10月より、調理員としてお世話になっております。異動前は市立病院で主に行事食や郷土食に取り組んでいました。ゆうゆうでも利用者様方に喜ばれる食事作りに励みたいと思います。よろしくお願いたします。

## △編集後記▽

今年もあっという間でしたね。夏のオリンピックでの日本人選手の活躍に元気をもらいました。普段馴染みのない競技でもコツコツ努力して大舞台を目指す姿はとても素晴らしいと思います。今年もありがとうございました。(平)