

ご利用者・ご家族・地域との交流活発に

はんの木だより

2015 年
第 60 号

社会福祉法人美土里会
青森県上北郡七戸町寒水 70-17
電話 0176(62)2761

美土里荘フェスティバル
デイサービス棟
演芸会

大盛況



終始笑いが絶えず、大盛り上がりだったフェスティバル



ご利用者の皆様はとても楽しそうに過ごされていました

去る十月十七日、毎年恒例の美土里荘フェスティバルが開催されました。今回、美土里荘増築後、初めての法人イベントということもあり、職員全員が会場設営や進行方法に不安の残る中での開催となりました。しかし、その不安をよそに、予想以上の方々に足を運んでいただき、ご利用者・ご家族・地域の皆さま合わせて約五百名と大盛況となりました。

おなじみとなりました司会役に瀬川さとしさん始め、早乙女清次郎一座や青森民謡王座の吉田やす子さんたちをお迎えし、熟練の技や軽妙なトークで大盛り上がりでした。また、今年には職員選抜による歌謡ショーやパフォーマンス、榎林こども園の園児による可愛らしい踊りなどもあり、皆様に楽しんでいただけたと思います。

今年のフェスティバルのテーマは「感謝」。ご利用者やご家族への感謝・地域の方々への感謝・美土里荘を支えてくださっている全ての方々に感謝という想いを込め、美土里会の各事業

美土里荘フェスティバル

所活動紹介や職員紹介を掲示しました。職員紹介では、プライベート情報も満載で、意外な一面の発見や美土里荘を身近に感じていただけたと思います。

デイサービスセンター 演芸会 『梓の会』



十一月七日、毎年恒例となっているデイサービスセンター 梓演芸会『梓の会』を柏葉館で開催しました。今年には全利用者の六割に当たる六十五名の皆様に参加いただき、ご家族様・ボランティアの皆様・職員と合わせて約百人での開催となりました。

まず始めに、今年八十歳・九十歳を迎えられた皆様に敬老の表彰を行いました。その後はお楽しみみのアトラクションタイム！ご利用者の皆様による出し物では、スコップ三味線を披露し会場を沸かせたり、カラオケで会場を盛り上げたり、日頃の練習の成果を見せて下さいました。また職員によるアトラクションは、女装をした所長や、女性職員による女相撲など会場からの笑いが絶えない時間となりました。

その他、ゲームや体操の時間も設けられました。ジャンケン大会では優勝したテーブルに座っている方全員に景品が提供されるとあって



自然に顔がほころびます

大盛り上がり。皆さん一生懸命仲間を応援していました。またご長寿クイズも行われ、男女各五名ずつご利用者に登壇、職員が出すクイズに答えて頂きました。すぐにボタンを押して素早く回答して周囲を驚かせる方もいれば、「あかさたな・・・と来た次は何でしょう？」という質問に、元気に「黄バジヤマ！」と答えて（早口言葉の赤バジヤマ・・・）に聞こえたみたいですよ）会場を爆笑の渦に巻き込んだ方もいて、大いに盛り上がりました。最後には城北こども園の園児による踊りが披露され会場は拍手喝采。皆さん目を細めてにこやかに見えていました。来年もまた同じメンバーで集まれるよう、職員一同お待ちしております。



新しい仲間が増えました

今年の四月から阿部友博さん、沢目美晶さん、金見明華さん、澤田瑞穂さんが、美土里会職員として働いています。仕事に

も慣れて来た今日この頃、彼らに色々聞いてみました!

①なぜ美土里荘に勤めようと思いましたが?

阿部友博(以下、阿部) 高校の時実習に来て、明るい雰囲気だったからです。

沢目美晶(以下、沢目) 実習に来た時に、楽しそうに会話しているのを見て、「自分もここで働きたい」と思いました。

金見明華(以下、金見) 七戸高校の実習で美土里荘に来た時に、「ここに勤めよう」と思ったからです。

澤田瑞穂(以下、澤田) 美土里荘の職場説明会に参加し、働いてみたいと思ったからです。

②美土里荘の印象は?

阿部 元氣!

沢目 職種間の連携も取れていて、とてもレベルが高いと思います。

金見 温かくて、安らげる場所だと思います。

澤田 人がたくさんいるなあ...と思いました。

③趣味や特技はなんですか?

阿部 サッカーです。

沢目 趣味は読書とゲームで、特技は、なわとびとスキーです。

金見 趣味は絵を描くこと、読書、カラオケです。

澤田 趣味は車・カラオケ・温泉で、特技は小さい鶴を折る事です。

④プライベートは何をしていますか?

阿部 昼寝・たま蹴り。

沢目 友達とイオンへ遊びに行ったり、本を読んでいます。最近では家でまったりしています。

金見 家で絵を描いたり、遊びに出かけたりもしています。

澤田 友達と遊ぶ・実家に帰る・ドライブ・ゲーム・寝て過ごすことです。

⑤今後仕事やプライベートでの目標は?

阿部 介護福祉士資格取得です!

沢目 一日でも早く夜勤に入れるように努力していきます。プライベートでは部屋の掃除を頑張ります。

金見 国家試験合格!

澤田 毎日笑顔で元気に過ごす事です!

とても元気で、仕事への意気込みも感じられる皆さん。

これからの美土里会での活躍を期待しています!



事業所通信

訪問介護事業所

十一月初めにご利用し始めたA様は、転倒後の痛みから思うように生活が出来なくなり、週二回のヘルパーを利用する事になりました。痛みが強く部屋から出ることが少なくなり、ベッド場で過ごす事が多くなりました。また、室内犬(プードル)の「ミック君」と接することも少なくなっているようでした。

サービスを開始して二週間過ぎた頃にお邪魔すると、ミック君の過ごしている部屋から杖をついて出て来たのです。痛みがあつて動き辛いにも関わらず、ミック君が気になり様子を見てきたのでしょう。

ここでふと、以前利用されていたB様のご家族のことを思い出しました。その方は「実はおばあちゃん、元氣になったんですよ!子犬を飼ってから、動けるようになったの」と嬉しそうに話されていたのです。

『アニマルセラピー』(動物と触れ合うことで、その人内に在するストレスを軽減させたり、あるいは自信を持たせたりといった事を通じて、精神的な健康を回復させること)という言葉がありますが、A様もミック君に癒やされて励みとなり、自信を持ったのではないかと思います。

これからも家族であるミック君とお互いを支え合いながら、在宅生活を継続して頂きたいと思った一日でした。



デイサービスセンター様

美術館のコンシェルジュ 実は所長と同級生!



十一月二十二日から二十六日までの一週間、ドライブを実施しました。今回初めての試みとして、十和田市にある十和田市現代美術館に出かけました。

美術館に到着すると、まず出迎えたのは大きなおばあさんの立像!本物の人間そっくりなこの『おばあさん』は高さが何と四メートル!その大きさに、参加された皆さんは口を開けて見上げ、驚いていました。また、何度も

「こんにちは、こんにちは」と話しかけるご利用者もおり、「本当のおばあさんかと思った」と話して周りを笑わせる一幕もありました。その後も暗闇に映し出される映像や、天井からぶら下がる一〇万体の人形などを見て「今まで見たことないものばかり見た」と、とても喜ばれていました。

その後はお楽しみのお昼食タイム。今回は希望が多かった『かつば寿司』で、皆さん思い思いのお皿を手に取り、「美味しい」と満足げでした。これからも外出行事を定期的に開催し、ご利用者の心身の活性化を図りたいと思います。

鼻水が出る仕組みと理由 風邪の季節に

いよいよ、風邪・インフルエンザシーズンの到来です。感染すると熱や咳、鼻水などの症状に悩まされますね。今回はそんな鼻水や鼻づまりについてお話したいと思います。

鼻水はどこから出る?仕組みと原理

鼻水は、鼻腔内の粘液と、大気中のほこりで出来ています。鼻腔内の粘液とは、(一)鼻線や杯細胞から分泌された粘液、(二)鼻内部の血管から染み出てくる浸出液、の二つから構成されています。鼻の粘膜の中には鼻線と呼ばれる分泌線があり、常に粘液を分泌しています。また、鼻の粘膜上は、多列線毛上皮と呼ばれる、杯細胞を多く有する組織で作られています。鼻粘膜には毛細血管が多く張り巡らされています。そしてその血管からは、血漿(血液の中の赤血球や白血球を除いた、液体のみの成分)がにじみ出ています。これが大気中のほこりが合わさって、はじめて鼻水となります。なお、こうして作られた鼻水が乾燥したものが鼻くそです。

鼻水が出る理由

鼻水が出る理由は大きく分けて3つに分けられます。

①風邪やアレルギーなどの異物に対抗する鼻水

大気中の菌や、アレルギーが体内に入る際、人間の鼻は必死にそれらを体外へ排出しようと試みます。風邪の前兆の時、そしてアレルギー反応による鼻炎はどちらも、水のようにサラサラで透明な鼻水を大量に出す事で、体外に流しだそうとします。ちなみに、黄色や緑の鼻水が出る場合は、風邪や副鼻腔炎が考えられます。

②人間の体温調整機能による鼻水

寒い時に、鼻水がたくさん出るという経験、誰にでもあると思います。人間は息を吸う際には、なるべくその空気を温めてから、体内に取り込む仕組みがあります。冷たい空気に触れると、鼻が反応して、鼻腔内の毛細血管を広げるのです。するとたくさん血液が鼻に集中する事で、鼻が温まり、そこを通る空気を温めることができるのです。しかし、その際には鼻水を分泌する腺に対しても、多くの血液が供給されることになってしまい、結果的に鼻水も多く分泌されてしまうのです。

③乾燥から身を守るための鼻水

人間は、一日平均約一リットルの鼻水が出ています。しかし、そのほとんどが知らず知らずの間に、喉の方へ流れており、鼻をかむ必要もありません。なぜこれほどの鼻水を出すのでしょうか?

人間の鼻の内部は常に湿らせてあります。これは、人間が乾燥から身を守るため、鼻から空気を取り入れる際に、その空気を加湿し体内に取り込めるようになっているのです。

編集後記

だんだんと寒くなってきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか?七戸にも雪が降り、これから本格的な冬本番となりますね。広報委員会では委員長が退職してしまうという悲しい出来事がありました。新たな生活を応援していきたいと思っております!そして、新しく委員長になりました川村です!これからは美土里荘の活動を分かりやすく、タイムリーに発信していきたいと思っております。よろしくお願い致します。

