イベントの様子を写真でご紹介 📷 🕈 👗



敬老会 9月18日



ケーキバイキング 11月6日



ケーキは、ひとロサイズ



利用者様手づくりのお土産も用意

クリスマスコンサート 12月25日



焼き芋 12月21日



季節感を 味わって 頂こう

今年も焼き芋屋さんを呼んじゃいました

クリスマスツリー

今年も玄関フロアにクリスマ スツリーが飾られました。 ブルーのライトで皆様の幸せ を祈ります。



今年初のフロアレク紹介



本館2階ではお正月の雰囲 気を感じて頂こうと絵馬を 書いていただきました

編集後記

日 年中は格別のご厚情を賜り、誠 にありがとうございました。本年も 職員一同、皆様から愛される施設とし て安心してご利用いただけるよう励んで まいります。本広報誌では限られた誌 面の中で、日頃の施設の様子の一部 をお伝えしております。今後ともより一 いたします。しばらくは肌寒い日々が続 きますので、風邪などひかないよう体 調に充分気をつけてお過ごしください。

編集長: 丸井靖雄

令和5年1月10日発行

広報誌

ウェルケア

【発行者】 医療法人社団 裕正会

介護老人保健施設 ウェルケア新吉田

https://www.welcare.or.jp/ TEL:045-590-3855(9:00~17:30)

1面:●施設長より年頭のご挨拶 ●デイケア活動報告

2面: ●在宅復帰支援活動レポート 3面: ●研修報告 ●終活について

4面:●イベント写真 ●メンマの成長記 ●編集後記

2023年の年頭にあたり、一言ご挨拶申し上げます。

おめでとう ございます。

明けまして

昨年末に発表された今年の漢字は「戦」でした。

サッカーのワールドカップが開催され、国を代表する 選手が素晴らしい戦いを繰り広げました。自国のチームを応援す るのは愛国心(パトリオティズム)であって、国家主義や民族主 義(ナショナリズム)によるものではないと思います。



これらの境界が曖昧になり、最悪の場合戦争に発展するのだと

ウクライナとロシアとの間で始まった戦争は、いまだ収束していません。この戦争に よって両国の国民だけでなく、ほぼ全世界の人々が影響を受けました。日本でも円安が進 み、エネルギー価格が高騰し、必要な物資が十分に得られない状況が続いています。

この混乱を納めるには、身近な人を愛し、その輪を広げることが必要だと思います。 民族主義が人類愛に変われば争いがなくなるのではないでしょうか。



私たちウェルケアの職員は、家族を愛し、利用者様を愛し、新吉田 を愛し、横浜を愛して、この大変な状況を乗り切ろうと思っていま す。そして、皆様にとっても今年が良い年となり、今年の漢字が 「愛」になることを祈っています。

(施設長 橋本佳尺)

デイケア ~飽きさせないレクリエーション

デイケアのレクリエーション。コロナウィルス流行前と後では、大きく変わりました。感染予防 の観点から、対面・集合して行う「輪投げ」「玉入れ」といった運動を伴うレクリエーションが 出来なくなり、ホワイトボードを使った個々参加できる「漢字クイズ」「算数クイズ」などが主 流となり、時間が過ぎるにつれてマンネリ化してしまいました。そこで、もともと絵をかくこと が得意だった私は「絵を用いたクイズ」を行うことを思いつきました。実際に行ってみると好評。 で、私の仕事に対するモチベーション向上にもつながりました。「歴史人物の似顔絵クイズ」 「動物クイズ」「世界地図を描いて地理クイズ」テーマを決めて、時事ネタなども 交えることで、いくらでも「持ちネタ」を増やすことが出来ました。

参加している方々に「飽きることなく、しっかりと頭を働かせ観る楽しみも兼ね伽 えた、楽しめるレクリエーション」を心がけています。(デイケア 大石直人)



在宅復帰支援活動レポート

利用者様紹介 佐倉富士子様(仮名)87歳 女性 一人暮らし お子様は都内在住

「ご自宅で転<mark>倒することが多くなり、歩くことに自信が持てなくなった。リハビリをして、もう一度</mark> ヘルパーさんとお買い物に行きたい」と入所されました。

【基本情報】歩行器を利用して歩く 水分でムセることがある 時折失禁が見られるのでリハパンと 尿取りパットを使用している 歌を歌うこと、お話することが好き 性格は慎重

まれていることが、ほぼ毎日でした。

ました。リハビリの一環と称しまして「計算した。 問題」「間違え探し」などを行って頂き、そ の甲斐があって同席のご利用者様との交流も 行えるようになり、離床時間も延長し 最後 には 日中のほとんどの時間をフロアで過ご して頂けるようになりました。入所中に尻も ち事故、体調不良等から移動手段が、歩行器 から車椅子と変わりました。

退所一か月前くらいから、フロアリハビリと して歩行器を使用しての訓練を開始しまし た。夜間の排泄ですが、ご本人様の意向もあ り、定時トイレ誘導を行っていました。

(介護士 高山和江)





入所当初はお食事、おやつ時以外は居室で休ま長年の独居生活からご自分の生活スタイルが しっかりとしているご利用者様でした。

リハビリ科担当のスタッフに相談し、離床時は内服の時間指定や下剤の量などのご要望があ |間を少しでも伸ばしていただけるように ご:|りました。信頼関係を構築しながら、適切な| 本人様にとって負担のない課題を考えて頂き。薬の使用方法へ切り替え、不安除去に努めま

> 効きすぎている睡眠薬は、自身の<mark>感覚と実際</mark> の睡眠状況の擦り合わせを行い、睡眠薬の調 整・中止し、その結果 夜間排泄動作の獲 得、眠前薬が効きすぎることによる転倒防止 に繋げました。

在宅復帰を目標にしていながらも、入所中は 自立して過ごしたいという想いよりも、して もらいたい気持ちが優先してしまいました。

ゴール設定を、ご本人様と相談しながら決め て、在宅で困らないように課題を克服してい きました。

出来ていることを評価し「一人でやる」とい うことは、まったく見守らないということで はなく寄り添うケアであることを、看護の視 点からアプローチし、在宅復帰となりまし

(看護師 楢村奈保子)

ご本人は入所当初から「早く帰りたい」と訴えながらも、介助者への依存が強い傾向にあり 提案した通りの取り組みが行えずにいました。そのような状況の中で自宅復帰に向けて、不 安を感じていたのはご本人やご家族に限らず、これまでの生活状況をよくご存知のケアマ ネージャーも同様でした。そこで、各担当職種への報告・相談・情報収集を行い、その結果 をまずはご家族様へ報告、その反応も含めケアマネージャーに報告する事と、課題である夜 間の排泄動作向上にこだわらずその他の、歩行や日中の活動性(寝たきりにならない)向上 に注目し、その経過を報告する様に努めました。結果、若干の不安はありながらもご理解頂 く事に繋げられたものと感じております。

ご本人に受け入れて頂く事が難しい場合でも、各担当者の意見、知識、経験などをヒントに 数ある課題の中で、何に注力するのか考える事の重要性を再確認したケースです。

施設内研修報告 ~「終活」について講習がありました~

ウェルケアでは月に1度、職員の知識・技術向上のため様々なテーマの勉強会を行っていま

11月は外部の講師による「終活」について講習が行われ、たくさんの職員が参加しました。 今回「終活」をテーマに講習が行われた経緯と参加した職員の感想をご紹介します。

~終活講習を提案した経緯~

2年半ほど前に、縁あって終活講座を受講し、人 生観が変わりました。終活を「する」か「しない か」では、今後の人生が大きく違うと感じます。 そこで、業務の中でご利用者様とご家族の支援や 終末期の対応などの学びが出来るのではないか。 また、ご家族を介護されている職員の参考になれ ばよいと願って提案しました。



~終活講習を受けての感想~

11月の勉強会は横浜葬祭福祉センターの三上真弥様に終活の講義をしていただきました。 私は「終活を行うこと」は人生を終えるための準備だけである。と勝手な印象を持っていま した。今回の講義を受けて終活は「後悔のない最期を迎えるための生き方」「生きなおす チャンス」であるという言葉を聞いた時に、終活に対する印象が「とてもポジティブなも の」に変わりました。三上様の講義は、これから終活を考えてゆく方と支える家族の心構え や、亡くなられた方への弔いの精神を感じられる素晴らしい時間でした。

講義を受けた職員が、今後の自分自身や家族のことを大切に考えていくきっかけになりうる 時間であったとも思います。

終活とは・・・

「人生の終わりのための活動」の略。

人間が自らの死を意識して、人生の最期を迎 えるための様々な準備や、そこに向けた人生 の統括を意味する言葉です。

「生きているうちから死を意識するなんて」 「縁起が悪い」など悪い印象を持たれるがち ですが、終活は自分の人生に向き合える前向 きな活動です。



「エンディングノート」



参加者全員に「エンディングノート」が配られ

「エンディングノート」とは自分の終末期や死後 について、その方針などを書き留めておくノートで

。 書店等で販売されているものや、インターネットで 無料でダウンロードできるものもあります。 エンディングノートは終活をする上での必需品です。

