

高槻けやきの郷 地域だより

元気祭りが開催されました！

10月21日(土)、「第4回 高槻けやきの郷元気祭り」が開催されました。様々な健康に関する講座と展示を、いろいろな方のご協力により行うことができました。当日は台風前日ということもあり、あいにくの雨となりました。足元の悪い中、ご来場くださった皆様、ありがとうございました。また、元気祭り開催にご協力いただいた数々の企業・事業所の皆様にも感謝しております。ありがとうございました。まだ元気祭りに参加したことがないという方は、ぜひ次回いらしてください。健康に関する情報をたくさんご用意して職員一同お待ちしております！



第17回

認知症の人と家族のための情報交流会と相談会

11月23日に高槻クロスパルにて「第17回 認知症の人と家族のための情報交流会と相談会」が開催されました。

当日は41名が参加され介護に関する悩みをお話になる一方、支援者は医師や介護関係者など26名のご協力があり、総勢67名の大きな会になりました。

グループ交流では今の悩みや介護のコツなど様々な話題があがっていました。

次回は来年3月21日を予定しています。認知症のことでお悩みの方、一人で悩まずどんな問題でも気軽にご相談ください。

～アンケートより抜粋～

何もわからずとまどいの中で介護してきたので色々な角度からのお話やそれぞれの悩みが聞けて、有意義な2時間でした。ありがとうございました。



介護のワンポイントアドバイス

ホームヘルパーとは・・・
 高齢者や障がいを抱えた人に、ご自宅や、ご自宅からの外出時等で困難なことを援助、ケアする仕事です。

サービス内容は基本的に「身体介護」と「生活援助」があります。日常生活において、サポートが必要な方に、「以前と変わらぬ暮らしに少しでも近づけるように」または「自立した生活を継続していくるように」ヘルパーがその方の日常生活の中に入って、様々な援助を行います。

又、ヘルパーが関わることで、これまで抱えていた、ご家族の介護負担が少しでも軽減し、ご利用者、ご家族の良好な関係の継続を目標としています。

ヘルパーがご自宅に入る事に対して、不安を感じる方もおられるかと思いますが、まずは、一歩進み、ご相談ください。



高槻シティハーフマラソン

2018年1月21日(日)、「高槻シティハーフマラソン」が開催されます。けやきの郷の前の道路もコースになっており、例年ご利用者も職員も楽しく応援しています。当日は大冠高校プラスバンド部も来られ、元気の出る演奏をしてくださっています。皆さんも一緒に応援しませんか？



12月・1月のお知らせ

★「認知症の人と家族を支える会」交流会 毎月第4木曜 13:30～15:30
 12月28日はお休みします。

1月25日 けやきの郷1階会議室にて。参加費 100円

参加希望の方は、代表竹中さん 080-6220-3984 まで。飛び入り参加可！

★障がい者支援施設花の会さんによるパン・スイーツ販売

毎週金曜 11:30～12:30 けやき1階 年末年始休みあり

★けやきカフェ 毎週月～土曜(日・祝休み) 年末年始休みあり

13:30～15:30 けやき1階 ドリンク・お菓子程度あります！

★絵手紙(毎月第1水曜) 14時～15時

12月6日 けやき1階にて。1月はお休みです

★竹の内そうだんの家

けやきの郷は遠いという方へ！竹の内地区で相談会をしています。

料金：無料。お気軽にお越しください。住所：竹の内町21-3

毎月第1・3月曜日 午前10時～12時 1月1日はお休みです



ココ



高槻けやきの郷事業所紹介④

特別養護老人ホーム高槻けやきの郷

日頃から、深いご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。

3階フロア（特別養護老人ホーム高槻けやきの郷）の紹介と主な取り組みについて説明させていただきます。

当フロア（全室個室）は、4ユニット（6、7、8、10丁目）で形成され、1ユニット12名（計48名）のご利用者が生活されています。介護スタッフ（計27名）が交代勤務（24時間体制）で担当しています。

6、7丁目は、比較のお元気なご利用者が生活されています。日常にご利用者同士の交流（井戸端会議など）を楽しみにされている方が多く、毎月の合同（6、7丁目）レクリエーションでは笑い声が絶えません。特に、季節の食材を使った「おやつ作り」は、毎回熱心に取り組まれています。毎夕食前の「健口（けんこう）体操（口腔機能を維持・向上するための体操）」も欠かさず行っています。

8、10丁目は、医療的処置が常時欠かせない方や手足を動かすことが困難な方などが多く生活されています。口腔ケアに注力しており、嘱託歯科医師や歯科衛生士とも連携して肺炎予防に努めています。意志疎通が困難な方には、言葉では表現できない分、ご本人の表情の変化やご家族との密なコミュニケーションやその情報から、「その人らしさ」を最優先に考えながらケアをさせていただいています。

私たち介護スタッフは、「集団生活（施設）の中でも、ご利用者にとって快適に、生きがいや喜びを持って生活していただきたい」という思いでケアをさせていただいています。

大先輩（ご利用者）やそのご家族から学び、その感謝の気持ちを今後のケアに繋げていきたいと思っています。

何かご不明なことなどありましたら、いつでもお気軽に3階フロア介護スタッフにお声掛けください。よろしく願いいたします。（次回へ続きます）

3階介護スタッフ 吉本香織



健康・元気情報



手洗いうがいをしましょう！

「手洗い」「うがい」は、普通のかぜやインフルエンザの他にも様々な感染症を予防するためにとても効果的です。どんなに気をつけていても、私たちは毎日いろいろなものに触れていて、想像以上にたくさんの細菌などの微生物に汚染されています。しっかり手洗い、うがいをして元気に過ごしましょう！

正しい手洗い方法 ①手のひらをあわせて、5秒間洗う②手の甲を伸ばすように、5秒間洗う③指先やつめの間も、渦を描くように5秒間洗う④指の間も十分に、5秒間洗う⑤親指を手のひらでねじるように5秒間洗う⑥手首も忘れずに、5秒間洗う

沖縄県は、日本列島の南西端、琉球諸島の島々からなる県です。亜熱帯性の気候とサンゴ礁の海にめぐまれた観光地ですが、台風の進路にあたるため、夏季はしばしば風水害に悩まされています。沖縄本島ほかに広大なアメリカ軍基地があり、その返還と産業振興が課題となっています。

首里城

美ら海水族館

沖縄県

蔵ウエルフェアサービス

長寿の国・沖縄。鹿児島について、豚足、ミミガーと、豚肉料理のとても豊富な地域です。今回は「豚の角煮」をご用意致しました。お箸で切れるように、また食べやすいように柔らかく炊きあげておりますのでじっくりとご賞味ください。

豚の角煮（ラフテー）

ふるさと料理

12月

ご意見・ご要望をお聞かせください。

地域だよりに関する事、介護に関する事、当施設に対する事のお問い合わせ

高槻けやきの郷

住所：高槻市番田1丁目60番1号

電話：072-662-5888

FAX：072-662-5887

寿みのりの郷

住所：高槻市寿町3丁目3番12号

電話：072-690-2525

FAX：072-690-2626

『高槻けやきの郷ホームページ』も随時更新しております。ご覧ください。

を