

おやっとさあ

編集・発行
垂水市立介護老人保健施設
コスモス苑
TEL 0994-32-5200
FAX 0994-32-5280
E-mail: kosumosuen@po.city.tarumizu.kagoshima.jp
VOL.22



新施設長のあいさつ

コスモス苑 施設長 福本伸久



4月1日に垂水中央病院からコスモス苑へ異動させていただきました。異動の理由は色々ありますが、「これからは病院の医療だけでは続かない。介護を経験しなくてはいけない」と考えたことが最大の理由です。垂水中央病院では循環器領域を中心に11年5か月間急性期医療を担当してきましたが、この高齢化社会の中では医療が病院だけでは完結できない現状があり、自分なりに閉塞感を感じていました。

病院を退院しても自宅へ帰ることが困難な方あるいは自宅に帰れたとしても療養の継続が必要な方々が、介護の場へ移って行かれます。病院から送り出す立場の間としては不安がいっぱいです。なぜなら介護の現場でもある程度の医療は可能です。

が、種々の制約があり、十分な医療を提供することは困難だからです。ただこれは国の施策によるものであり、決して介護を提供する側の怠慢によるものではありませんし、今後もこのような状況が続きます。この状況の中で自分に何ができるかを考えた時に、まず病院の外に出てみよう。そして自分がこれまで医療の中で経験してきたことを介護の場で生かして、医療と介護の狭間を少しでも埋めてみようと考えました。実際のどのくらいのことができるのか、自分にも未知数です。まずはコスモス苑の職員に「おんぶにだっこ」されながらの仕事になると思いますが、なるべく早く独り立ちしたいと思っています。

コスモス苑は病院で見たことのある顔がいっぱいいます。僕のことをご存じの方が多いと思いますので気軽に声をかけていただければと思っています。これから当分コスモス苑にいる予定なので宜しくお願いします。

第16回夏祭り開催



今年の夏祭りのテーマは、「絆～ひとつになろうコスモス苑」でした。
 今年度も、皆様に楽しんで頂けるよう準備・練習に取り組んできました。
 行き届かない点もあったと思いますが、楽しんで頂けたでしょうか？



他のスタッフ・周囲の方々に迷惑ばかりかけたと思いますが、皆様のご協力もあり、
 無事に夏祭りを終える事が出来ました。本当にありがとうございました。
 又、夏祭りに参加して頂きありがとうございました。

夏祭り担当リーダー：梅木 清美
 サブリーダー：野間口 和樹



各フロアの紹介

1階フロア



主任：丸山貴幸



コスモス苑1階の特色と致しまして、主に自ら身体を動かすことが出来ないご利用者様の日常のお世話をさせて頂いております。担当職員は、看護師3名、介護職12名です。ご利用者様の定数は36名となっております。

なかなか自発的に言葉を話すことが出来ない方もいらっしゃいますが、声をかけると笑顔が見られたりされます。ご利用者様の仕草や行動に注意を払い、利用者様が安全・安心して生活を営めるように日々努力しています。私達1階の職員は1人1人のご利用者様に合わせた最善のケアを提供出来るように知恵を出し合い協力し頑張っています。殆んどが女性職員で楽しく明るい環境です。これからも「絆」を強くし、皆で一つの道を歩んでいけるよう努力していきますのでどうぞ宜しくお願い致します。

2階フロア



主任：上久保則雄



私たち2階フロアの担当職員は、看護職5名、介護職14名です。ご利用者様女性33名、男性10名の方が生活されています。

毎日、リハビリやレクリエーション、園芸など、楽しい生活を送っています。

1年程前から園芸に取り組み、旬の野菜や花を植えてご利用者様と共に収穫したり、栄養科で調理したものを召し上がって頂いています。レクリエーションでは、リハビリの先生を中心に毎週火・金にボール遊びや歌等を行っています。

明るく、元気な2階スタッフが皆様をお待ちしています。



やすらぎフロア



主任：柳田誠



やすらぎ棟フロアは、15名のご利用者様が生活されており、看護師1名、介護士7名の職員が、担当として日々の生活支援をさせて頂いています。認知症の方が多く、ご利用者様それぞれに合った「個別ケア」が最も必要だとされるフロアだと考えています。

今年度より、外出レクリエーションやお茶会、ご家族へ向けた情報新聞「やすらぎ通信」の発行など、やすらぎ棟独自の企画をたて、フロアの特色を出しながら、ご利用者様やそのご家族様とのコミュニケーションを図っています。今後も、ご利用者様が楽しく、快適に過ごして頂けるよう職員一同努めていきたいと考えています。

通所リハビリ



副主任：吉田尚美



私たちコスモス苑通所リハビリテーション（デイケア）では、ご自宅までの送迎から始まりバイタルサインの測定（血圧・体温・脈拍）を行った後、体調や状態を観察しながら入浴やリハビリを行っています。入浴は、温泉湯にてゆったりとくつろげる浴室となっており身体を温めてからのリハビリで運動や作業を行っています。昼食は栄養士にて利用者様に合わせた内容のお食事をスタッフ一人一人が配膳を行い、食後の口腔ケアは歯科衛生士が口腔内をチェックしています。ケア後は休憩されたりレクリエーションに参加され歌やゲームを行っており笑顔や笑い声が聞かれ楽しみにされている方も多いようです。私たちスタッフ一同笑顔にて皆様方のご利用をお待ちしております。



鹿児島県総合防災訓練



去る 5 月 26 日、垂水市において鹿児島県総合防災訓練が実施されました。前回は昭和 63 年に実施されましたので、今回は 24 年ぶりに垂水市で実施されたこととなります。

前回までの訓練との違いは、昨年の「東北地方太平洋沖地震」を教訓として津波を想定した避難訓練が今回実施要綱に取り入れられたことでした。

当コスモス苑も今回の防災訓練に参加することとなり、【桜島が大規模噴火を始め、鹿児島湾を震源とする M 7.0 の地震が発生し、鹿児島県西部に津波警報が発令され、予想される津波の高さは 2 m】との情報から、施設入所者様の高所への避難誘導訓練を行いました。

今回初めて津波を想定した避難訓練には、消防機関（消防団員）や自主防災組織（県営住宅住民で組織）等の外部組織からの応援があり、利用者様をタンカや車椅子を利用して階段で 1 階から 2 階へ又 2 階から屋上まで搬送するという、より高所を目指した避難誘導訓練を行いました。

初めての津波を想定した避難訓練ということで、計画どおりスムーズにいかない場面もありましたが、関係機関や利用者様及び職員各位の協力を受けて、一応の成果は得られたのではないのでしょうか。

今後も災害に対する備えを強化し、不慮の事態に対応できる体制づくりを構築したいと思います。

事務長：水迫 暁

栄養科コメント

コスモス苑 秋のメニュー紹介

実りの秋、食欲の秋を迎え、きのこ、さつまいもなどさまざまな旬の食材がわたしたちを楽しませてくれます。

そんな美味しい秋の食材を使用した当苑のメニューをご紹介します。



【秋鮭のきのこ味噌マヨ焼き】 2人分

- ・ 鮭・・・・・・・・ 60g (2切れ)
魚の下味 (塩少々、酒小さじ2)
- ・ オリーブオイルまたは植物油小さじ1
- ・ しめじ・・・・・・・・ 40g
- ・ 生椎茸・・・・・・・・ 40g

- A
- ・ 味噌・・・・・・・・ 小さじ1.5
 - ・ みりん・・・・・・・・ 小さじ1
 - ・ マヨネーズ・・・・・・・・ 大さじ2
 - ・ ゆずこしょう・・・・・・・・ 少量

付け合せ

- ・ さつまいも・・・・・・・・ 60g
- B (水1/4カップ、砂糖小さじ1/2)
- ・ ブロッコリー・・・・・・・・ 50g

作り方

- ①魚に下味用の塩と酒をふりかけておく。
- ②しめじは石づきを切り小房に分ける。生椎茸は細切りにする。
- ③さつまいもは皮をつけたまま厚めの半月切りにしてBの調味料で柔らかくなるまで煮る。
- ④ブロッコリーは沸騰したお湯に塩少々を加え色よく茹でる。
- ⑤②のきのことしめじを油で炒めて火が通ったら火を止めてAの調味料を加えて混ぜる。
- ⑥フライパンを温め油を敷いて①の鮭を入れ、上に⑤で炒めた物をかけて蓋をして蒸し焼きにする。
- ⑦器に⑥の魚を盛り、付け合せに③と④のさつまいもとブロッコリーを添える。



<調理の工夫>

※固いものが食べられない方や飲み込みの悪い方は固いしめじときのこを玉ねぎ、人参、ピーマン等に換えてみてください。さつまいももふかし芋で添えるより、シロップ煮にして汁気が残るように煮ると食べやすくなります。飲み込みの悪い方は皮をむいてつぶしてください。この場合もとろりと汁気があると食べやすく、ここにマーガリンや生クリームなど油脂が加わると更に食べやすくなります。

※この料理は、ホイル焼きにもできます。この場合は、きのこを炒める必要もありません。

ホイルに油を敷いて魚に下味その上にきのこことBの調味料をかけて包んで焼いてください

管理栄養士：安楽 真智子

新人職員の紹介



山口 沙奈恵
(介護福祉士)

平成 24 年 4 月より入職しました。山口です。たくさんの事を学んで成長出来たらと思います。これからも皆様よろしくお願い致します。



瀬脇 みゆき
(介護士)

4 月から働く事となりました。瀬脇みゆきと申します。

介護職としてまだ日が浅く施設の利用者の皆様から様々なことを学びながら楽しく仕事をしています。

これからも頑張っていきますのでよろしくお願い致します。



部家 京子
(看護師)

8 月から働かせて頂いています。

7 月までは、垂水中央病院で働いていました。これからは、介護保健施設で働くのは初めてですが、皆様にご迷惑をおかけしないよう頑張りたいと思います。

仕事の内容は、皆様に教えて頂きながら、少しずつ学んでいこうと思います。よろしくお願いいたします。(●^o^●)



宮迫 充樹子
(介護福祉士)

8 月から通所リハビリテーションで働く事になりました宮迫です。

慣れるまでご迷惑をおかけする事が多々あると思いますが、1 日でも早く仕事を覚えて、利用者様に喜んで頂けるよう頑張りたいです。

よろしくお願い致します。

編集後記

皆様こんにちは。まだまだ残暑が厳しいと思いますがいかがお過ごしでしょうか？コスモス苑にて、7 月に夏祭りを開催した皆さんの方に来苑していただきました。また、来年も皆様との「絆」を大切にしていけるように努力してまいります。5 月に行われた鹿児島県総合防災訓練の風景も一部掲載いたしました。今回の訓練を通して実際の風水害に対応するために機敏に行動しなくてはいけないと感じました。次回も見やすい記事を作りたいと思います。

新聞部リーダー
福徳 一隆

