若葉ゆめの園通信

０１７
２０１９年８月
発行者
総合ケアセンター　若葉ゆめの園
板橋区若木3-15-1

熱中症に気を付けましょう

梅雨が明けました

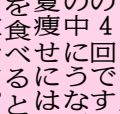
長い梅雨のすっきりしない天気が続きました。今年は特に長く感じた気がしているのは、気のせいでしょうか。梅雨が明けると、夏本番になります。昨年は異常的な暑さでしたが、今年はどうなのでしょうか…。

暑い夏になると北海道に行けば、涼しいのではないか？といつも思うのですが、５月には、網走地方で39度、帯広で38度を超えました…。帯広は2月にマイナス24度でしたので、寒暖差約60度という驚異的な数字でした…。

パリでは、先日42度という気温を記録しました。欧州北部では一般家庭にエアコンが普及しておらず、これ以上続くと危険だとしています。また、フランスなどの原子力発電所では、原子炉の冷却に必要な川の水温が上昇してしまい、上昇している期間、運転を停止するという事態にもなっています。フランスのテレビ局では涼しく感じるように雪景色映像を流しているそうですが…いかほどの効果があることやら…。

地球の温暖化の影響なのかは分かりませんが、今年の日本の夏も油断できません。来年の東京オリンピック・パラリンピックの開催を控え、東京都なども暑さ対策に乗り出してはいますが、皆様もこの暑い夏を乗り切るために暑さ対策とともに食欲がなくても、ちゃんと食事をとり、水分をこまめにとり、睡眠をとり乗り切るための体力をつけましょう。

前号でもお伝えしたWBGT値もぜひご参考にしていただき、エアコン等をうまく使って、暑さ対策をしてください。



うどん販売

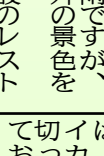
ただいま1階事務所受付横にうどん「鶴のゆめ」を販売しています。

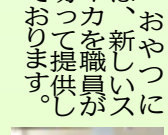
当法人の埼玉県鶴ヶ島市にある『鶴ヶ島ゆめの園』という障がいのお持ちの方の職業訓練をしている施設で作っており、今年のモンドセレクション金賞をいただいた半生タイプのうどんです。

讃岐製法で三日間かけて熟成させ、多加水（小麦粉を捏ねるときに多くの塩水を使用すること）にこだわって作られた「みずみずしくもっちり」とした食感でとても美味しいうどんです。

１袋300ｇで３００円（税込）となります。この売り上げは、作業生の工賃になります。ご興味のある方は、受付まで。

毎月補充されますが、場合によっては売り切れの状態になる場合がありますので、お早めにどうぞ。またギフトやアメニティでご利用もできますのでぜひどうぞ（別途料金がかかる場合があります。）





職員研修

７月１日『ユニットケア研修』を行いました。講師の先生に老人ホームの役割や、職員の入居者様に対しての気持ちの持ちようの考え方や、サービスの考え方などを中心に、個別ケアの質を向上させるための一つの手法として、「ユニットケア」がある等、基礎的な部分から教えて頂きました。

７月３日・12日『身体拘束防止・虐待予防・権利擁護』の研修を行いました。

５月に行った自分たちの業務やご入居者様に対する姿勢などをチェックした振返りシートを確認しながら講義を聞くだけでなく、少人数でのグループワーク・ディスカッションを行い、悩みや自分たちの言動について見直しをはかりました。この取り組みは継続的に行っていき、ひとつひとつの問題を共有し、施設全体として、取り組んでいくことが目標となります。

７月10日、志村消防署の方々に講師になっていただき『応急救護研修』を行いました。

AEDの説明から使用上の注意や普段のメンテナンスについてお話をいただいき、実際に実演をしていただきました。その後、ショックアドバイスと119番連絡・AEDを持ってくる役の二手に分かれて訓練を行いました。感染症予防の観点から、人工呼吸より心臓マッサージを優先させることや、呼びかけの際は麻痺などもあるため両肩を叩きながら声をかける等の事を教わりました。今後に役立てたいと思います。

野菜ができました

５月におこなった『フラワーフェスティバル』で植えました野菜たちが大きく育ち収穫できるようになりました。若葉ゆめの園生活介護事業の利用者様たちが一生懸命お世話してくれたおかげで、立派な茄子・ピーマン・ミニトマトなどが収穫できました。

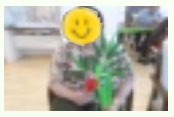
これらは１階事務所受付前で販売しております。

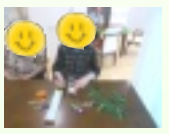
七夕

７月７日は、七夕でした。若葉ゆめの園でも織姫様と彦星様に思いをはせたかは分かりませんが…（笑）、様々なイベントを行いました。

特別養護老人ホームのあるユニットでは、皆さんと一緒に七夕仕様のおしゃれなゼリーづくりを行いました。２層のゼリーで牛乳寒天の上にかき氷で使用するブルーハワイのゼリーを入れて、その上に星をイメージして缶詰のフルーツを散りばめました。

また、入居者様に短冊に願い事を記入していただき、職員と一緒にミニサイズの笹と、数種類の飾りを用意して飾りつけをして頂きました。皆さん一生懸命願いを込めておられました。





ショートステイでも職員による七夕寸劇と七夕ゼリー作りを行いました。

織姫と彦星に職員が扮し、コミカルな寸劇に利用者様の笑い声と拍手が大きく鳴り響きました。その後は、カルピス味の青と白の綺麗なゼリーを利用者様と共に作り皆様に満足し召し上がって頂けました。

事業所内保育所では七夕会を開催しました。笹に各おうちで願いを記入していただいた短冊や子どもたちの手作り飾りを吊るしたり、保育室内も七夕の壁面で飾り付け、七夕の歌もたくさん練習し本番を心待ちにしていました。

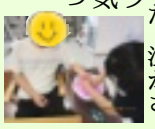
会の最初は七夕の説明です。子どもたちは真剣な表情でお話を聞きます。

パネルシアターでは七夕のお話を見て楽しみました。毎日、練習した♪七夕♪を皆で合奏しながら歌い笹の葉の前で記念撮影をしました。

笹はそれぞれが作った飾りや短冊とともにお持ち帰りいただきました。

イベント続々

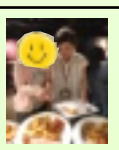
高齢者デイサービスはなぐるまでは、ハンドトリートメントを行いました。利用者様に入浴剤を選んでいただき、手温浴を行いました。温かさと香りでリラックスして気持ちよさそうなお顔していました。

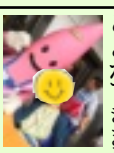


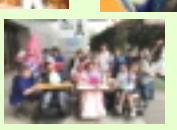
生活介護事業では毎年恒例で行っている外出イベントですが、今年は6月29日（土）に7名の希望者と共に東京タワーへ行ってきました。

心配された雨ですが、何とか降らず外の景色を楽しみました。

その後は併設のレストランで昼食をとり、お土産を買って楽しく終えることができました。







特養3階1・2丁目で入居者様19名の皆様でスイカ割り行いました。入居者の皆様、スイカを一回ずつ叩いても、スイカにヒビが入るだけでなかなか割れません…。しぶとい固いスイカのようです（笑）最後はわが施設の怪力？の女性職員がとどめを刺し、スイカを割ってイベントが完了しました。

おやつには、新しいスイカを職員が切って提供しております。

食のお食事紀行

７月11日の昼食は、米原駅（滋賀県）の駅弁『おこのみめし』弁当を再現したお食事でした。

一瞬、名前を見るとお好み焼きが入っているのかと勘違いしそうですが、全然違いました（笑）

海老やしいたけの煮物やうずらの玉子などの下に炊き込みご飯が敷いてある弁当で少し変わっているのがおかがのっているとこのおかかがのっていると風味が増し、とても味わいの深いお弁当でした。

なぜ「おこのみめし」という名前なのかは不明ですが…。

若葉ゆめの園
おこのみめし弁当

７月17日の昼食は、静岡県の郷土料理『長泉あしたかつ丼』でした。

ごはんの上にメンチカツと温玉がのったどんぶりです。メンチカツというのが珍しいでね。とても食欲のすすむお食事でした。

本場は静岡県の長泉町の郷土料理で愛鷹山麓で丹精込めて育てられた黒毛和種「あしたか牛」と長泉特産の「長泉白ねぎ」のコクと旨みがぎゅっと詰まったメンチカツどんぶりだそうです。

上：ソフト食
下：極刻み食

若葉ゆめの園
あしたかつ丼

７月27日、「土用の丑の日」ということで、ひつまぶしが出ました。

土用の丑の日とは、「土用」は立夏・立秋・立冬・立春直前の約18日間の「期間」を示す言葉で土用の期間におとずれる丑の日のことを言います。土用の丑の日といえば夏のイメージが強いかもしれませんが、立夏・立秋・立冬・立春それぞれに土用があります。今年は1月28日、4月22日、5月4日、7月27日、10月31日の4回です。

万葉集の中にうなぎの歌があり、夏痩せにはむなぎ（ウナギ）を食べると良いと勧めている歌です。昔から体調を崩しやすい夏にはうなぎを食べて栄養を摂ろうという考えがあったようです。うなぎにはビタミンA群やビタミンB群等、疲労回復や食欲増進に効果的な成分が多く含まれています。夏バテ防止にはピッタリです。

施設からのご案内

板橋区在住の皆様へのお知らせです。

若葉ゆめの園では施設（ホール・会議室・ミニ球技場）の一般貸し出し（登録制・有料※免除制度あり）をしています。先行予約等も行っていますのでぜひご利用ください。詳しいことは、若葉ゆめの園事務所まで。

施設・球技場　先行予約日程

９月の先行予約は…

８月６日（火）17:00

若葉ゆめの園　エントランス

次回は９月３日

【お問い合わせ】
総合ケアセンター　若葉ゆめの園
０３－３９３５－５７８０
★特養への入所、障がい施設などの申し込み・相談・見学
★施設の貸し出し利用、お問い合わせ