

爽やかな初夏を迎え、日中のあたたかい日差しに肌も汗ばむ季節となつてまいりました。平素は法人運営ならびに施設事業の推進にご理解・ご支援を賜りましてありがとうございます。

7年目を迎える今年、施設の情報公開という観点から、インターネットホームページをリニューアル致しました。

今後、このホームページに、当施設での季節ごとの行事やボランティアの開催・募集案内、またそれらの活動報告を掲載して、施設内の様子や季節の風物詩などを紹介していきたいと思っています。同時に介護保険制度に関する最新情報や施設入所に関する情報を発信し、皆様に届きたいと考えています。現在、年4回発行の広報誌とあわせてご愛顧いただければ幸いです。

一昨年より、施設理念である地域に根ざした施設であるために地域交流を通し、地域とのつながりを深めようと醍醐周辺地域の小・中学生の生徒さんの体験学習の受け入れを実施し、

醍醐の里開所7年目を迎えて

施設長 福井 巖

きらつと
醍醐の里

社会福祉法人 伏見福祉会 広報誌

題字・発行人 理事長 高松俊英

介護老人保健施設 醍醐の里
京都市伏見区醍醐内ヶ井戸19-1
TEL (075) 571-5222
FAX (075) 573-7666
E-mail: info@daigonosato.or.jp

施設運営理念

1. 老人の人權を尊重し、生活の質の向上に努める。
2. 老人の自立を支援し、家庭復帰を目指す。
3. 老人とその家族が安心して暮らせるまちづくりに貢献する。

HOME

施設理念
老人介護保健施設とは
醍醐の里施設運営理念

施設案内
施設概要
1階
2階
3階
4階

サービス案内
入所サービス
短期入所療養介護
通所リハビリテーション
楽しい入浴
行事のご紹介

料金案内

介護老人保健施設 醍醐の里

『介護老人保健施設 醍醐の里』は、平成13年3月京都市伏見区醍醐の地に開設しました。症状が安定し、治療の必要はないが、看護・介護・リハビリテーション・身の回りのお世話などを必要とするお年寄りのための施設として、充実した療養生活を

5月1日よりホームページを
リニューアルしました
<http://www.daigonosato.or.jp>
←6年ぶりにパンフレットも新しくなりました。

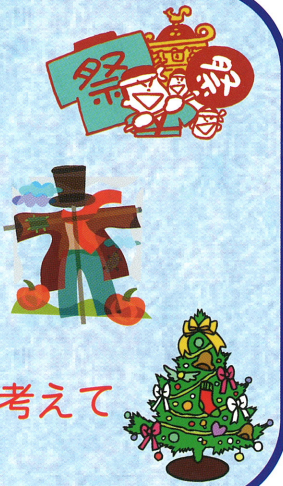
車椅子操作や介護を体験してもらっています。子供たちと高齢者のふれあいは、短い期間の中でもそれぞれが楽しい思い出を残しているようです。今後もし子供たちの育成にわずかでも貢献していきたいと考えています。

施設内においてもより安心して介護を受けていただけるよう職員の知識・技術の向上に向け研修時間を増やし取り組んでおります。皆様の尚一層のご理解・ご支援をお願い致します。

年間行事予定

- 7月 : 夏祭り
- 9月 : 敬老会
- 10月 : 秋の郊外レクリエーション
- 12月 : クリスマス会

※上記以外の月は、ボランティア行事などを楽しい企画を考えております。お楽しみに!!



編集後記

昨年一年間に渡って、広報誌「きらつと醍醐の里」の編集に携わってまいりました。今年度も引き続き広報委員を担当させていただきますのでよろしくお願いいたします。

今回の広報誌では、施設行事や各療養棟での取り組みは勿論、施設活動に携わる方々への取材もあわせてさせて頂きました。この場を持ちましてご協力いただきました皆様方にお礼申し上げます。

今後も「きらつと醍醐の里」では、利用者様・家族様の方々のご要望に出来るべく、より良い充実した紙面づくりに邁進して行く所存です。

利用者様・家族様方からの忌憚ないご意見・ご要望を随時お待ちしております。

広報委員 山口 次郎

第8期 社会福祉法人 伏見福祉会 決算公告

貸借対照表の要旨
平成19年3月31日 現在 (単位:千円)

資産の部		負債の部	
科目	金額	科目	金額
流動資産	122,126	流動負債	83,813
現金及び預金	39,442	その他流動負債(要約)	83,813
事業未収金	81,987	固定負債	969,045
その他流動資産(要約)	697	長期借入金	969,045
固定資産	1,265,450	引当金	11,580
基本財産	1,250,914	負債合計	1,064,438
建物	1,122,062	純資産の部	
建物附属設備	7,915	基本金	78,790
土地	282,402	次期繰越活動収支差額	244,347
原価償却累計額	△161,464		
その他の固定資産	14,536	純資産合計	323,137
資産合計	1,387,576	負債・純資産合計	1,387,576

事業活動収支計算書の要旨

(自)平成18年4月1日(至)平成19年3月31日 (単位:千円)

科目	金額	科目	金額
事業活動収入	542,144	特別収入計	4,174
事業活動支出	65,059	特別支出計	215
事業活動収支差額	477,085	税引前活動収支差額	35,310
事務費及び事業費支出	426,865	当期活動収支差額	35,310
事業活動収支差額	50,221		
事業活動外収入計	5,311		
事業活動外支出計	24,179		
経常収支差額	31,352		

ボランティア募集

ボランティア団体の行事(発表会など)や、ご入所されている方のお世話をさせていただける方をお待ちしています。(話相手・身の回り)詳細につきましては、醍醐の里 事務部までお問い合わせ下さい。

電話番号: 075-571-5222

研修活動報告

研修委員 土場 美由紀

平成一八年度も「あつ」という間に過ぎ、新しい年度をむかえました。

当施設には、医師・薬剤師・管理栄養士・看護師・介護福祉士・理学療法士・作業療法士など、様々な資格を持った職員が働いています。また、多くの新入職員を迎え、皆が同じ意識をもって利用者様に接する事が出来るよう研修を行っております。研修によっては、施設外へ受けに出る事もあります。研修によっては、施設内で実施した研修時の様子を少しお伝えします。

昨年度は、全職員を対象に四回行いました。

「六月」リブドゥ(株)の協力で、「紙オムツのあて方」を実演講習していただきました。実際に自分達であてながら受講することで、気持ちよく尊厳を保ちながら自立につなげるには、少しずつの工夫が大切なことだと感じました。

「八月」異常気象と言われた昨年が発生したノロウイルスが原因の食中毒が多くの命を奪い、社会問題にまでなりました。一つ誤れば、集団感染の危険のある施設として、食中毒の正しい知識を身

につけるためにニイタカ(株)の協力で、「感染予防」について学びました。日頃にも増して手洗いに熱が入ったものです。

「十月」急な心停止時の心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の使用方法を学ぶ「普通救命講習」を伏見消防署醍醐分署の方に来ていただいて、実際に器具を使用しながら受講しました。

救急の場合、初めの5分が勝負だといえます。仕事で、私生活で大切な命を助けられるよう真剣に取り組みました。

緊急時に備え、当施設の正面玄関脇(事務所側)に、AEDが設置されました。

「十二月」新入職員も多くなり、再度「オムツのあて方」を研修しました。半年の間により自然なオムツがでてきたりと、介護情勢の変化に「うっかりしてられないぞ」と目を輝かせ講師の方に質問していた職員の姿が印象的でした。

その他、毎月一週間の期間を設け、二本ずつの研修用ビデオ視聴を推奨しています。内容は、介護の基本や病気の事などで、昨年度のテーマは、「職員体管理」とし、「お酒との付き合い方」なんていうのもありました。

音楽療法士へのインタビュー

今回は、毎月当施設へ音楽療法に来ていただいている、那須先生にお話を伺いました。

①音楽療法士になったきっかけ?

話せば長くなりますが、もともと音楽に携わる仕事をしておりまして、ある時「音楽療法」という言葉に出会いました。色々な音楽の仕事があります。演奏者、作曲家、指揮者。音楽の先生・・・数え上げればきりがありませんが、ちょうどその時期、音楽によって、死が関係するような挫折から立ち直ったある方と出会いました。私ほとても感動して「音楽の力」に惹かれました。それで私はこれで生きていこうと思ひ立ち、音楽療法士の道を歩むことになりました。

②醍醐の里以外ではどのような活動(仕事)をされていますか?

普段は、大阪にありますリハビリテーション病院のリハビリテーション科で患者様の社会復帰へ向けたリハビリテーション業務に従事しています。主に「心」のリハビリを担当しています。

③音楽療法とはどのようなものですか?

音楽療法というのは、もちろん音楽を聴いてリラックスしたり、気分転換を図ったりという一般的にイメージされていることも含まれると思いますが、簡単に言うと、音楽という媒体を通じて身体活動の活性化や、心の活動を活性化させたりする事を指すものとして捉えています。

④工作中、特に心がけていることは?

利用者様が元々持っている性格、性向、自分らしさを否定することなく、心置きなく出すことができるような援助(言葉、感情、行動)を心がけています。

⑤醍醐の里(ご利用者)の印象について?

醍醐の里に来させていただくようになって、4年目になろうとしています。その間、たくさんご利用者様に関わることができました。みなさん快く迎えてくださり、とても素敵な感情で参加されている様子を見せていただいています。みなさん京都出身の方が多いいのでしょいか?普段接している大阪の方たちと違って、少しばかりおっとりした感じがします。

自分の時間を使って見ていただいておりますので夜勤明けの眠たい目をこすりながらの職員もおり、研修委員冥利に尽きます。

職員一同、普段から向上心を持って、初心を忘れるべからずでがんばっておりますが、定期的に業務の基本を振り返ることは必要だと考えておりますので、今年も続けて実施して参ります。

最後になりましたが、利用者様・家族様、その他、施設関係者の方から、「こんなのどう?」「ここ足りないんじゃないの?」といったご指摘・ご助言をいただくことがあり、たいへんありがたく参考にさせていただいております。今後も皆様のご支援・ご協力をよろしくお願ひいたします



⑥ご家族様に向けて

高齢者の方は、身体だけでなく、「心」も同じようにケアしていかなくてはなりません。それは放っておくと、どんどん機能が弱まってしまいます。音楽という力を借りて、微力ながら利用者様の「心」の健康維持に役立てればと思います。

医療法人篤友会坂本病院 療法部音楽療法科 那須 貴之



音楽療法 レクリエーション風景 那須先生の指導のもと、作業療法士 宇野先生と力をあわせて取り組んでいます。



インフルエンザと風邪の違い

症 状	インフルエンザ	風 邪
発熱症状	悪寒・頭痛	咽頭乾燥くしゃみ
主な症状	発熱・筋肉痛 関節痛	鼻汁・鼻閉
悪 寒	強 い	軽度・短期
熱及び熱型	38℃～40℃ (3日～4日)	ないかもしくは 微 熱
筋肉痛 関節痛	強 い	少ない
倦怠感	強 い	ほとんどない
鼻汁・鼻閉	著しい	あ り
咽 頭	充 血 時に扁桃腫脹	やや充血
結膜充血	強 い	軽 度
合併症	気管支炎・肺炎 脳炎・脳症	ま れ
病 原	インフルエンザ A/B	ライノウイルス アデノウイルス コロナウイルス
迅速診断	可 能	な し

インフルエンザと風邪では、原因となるウイルスの種類が異なります。風邪はのどや鼻に症状が現れるのに対し、インフルエンザは急に38度以上の熱がでるのが特徴です。さらに倦怠感・筋肉痛・関節痛などの全身症状も強く、気管支炎や肺炎を併発しやすい。また、脳炎や心不全を起こすこともあり高齢者や乳幼児は命にかかわることもあります。インフルエンザは突如強烈な流行が発生することもあり本人だけでなく周囲に感染する原因ともなります。

インフルエンザと風邪の違い

看護部長 松本 よしえ

醍醐の里 写真館



おやつクッキング
クレープ

園芸リハビリ

おやつクッキング
きなこ餅

郊外レクリエーション
植物園



郊外レクリエーション

郊外レクリエーション

郊外レクリエーション
お弁当

郊外レクリエーション
植物園



ボランティア (琴)
みやび会

おやつクッキング
さくら餅

ボランティア
手芸教室

郊外レクリエーション
くら寿司

インフルエンザかと思ったら早めに病院を受診し診断と治療を受けてください。

インフルエンザにかかってしまったら、自分の体を守り他の人に移さないよう医療機関を受診し、治療を受け、安静にして休養をとってください。水分は十分に補給しましょう。インフルエンザは一般に発症してから3～7日はウイルスを排出すると言われています。排出されるウイルス量は解熱と共に減少しますが、排出期間は個人差があります。咳などの症状が続いている場合マスクの使用をするなどの周囲への配慮が望まれます。学校保健法では、解熱した後2日を経過するまで出席停止期間としています。

当施設では、予防のため秋口より消毒薬の噴霧と緑茶の飲用に よるうがいの効果を得てここ3年間はインフルエンザの罹患はありません。職員の中には家庭内で子供が罹患し、移ったという人はおりますが・・・。

家族様におかれましては、風邪の症状がある場合は、できるだけ面会は控えていただいています。また、来所時には玄関先に手指消毒器とマスクを設置してありますのでご利用下さい。

- 【日常生活で出来る予防法として】
- ① 栄養と休養を十分にとる。
 - ② 人ごみを避ける。
 - ③ 適度な温度と湿度（50%から60%）を保つ。
 - ④ 外出後の手洗いとうがいを励行する。
 - ⑤ マスクを使用する。

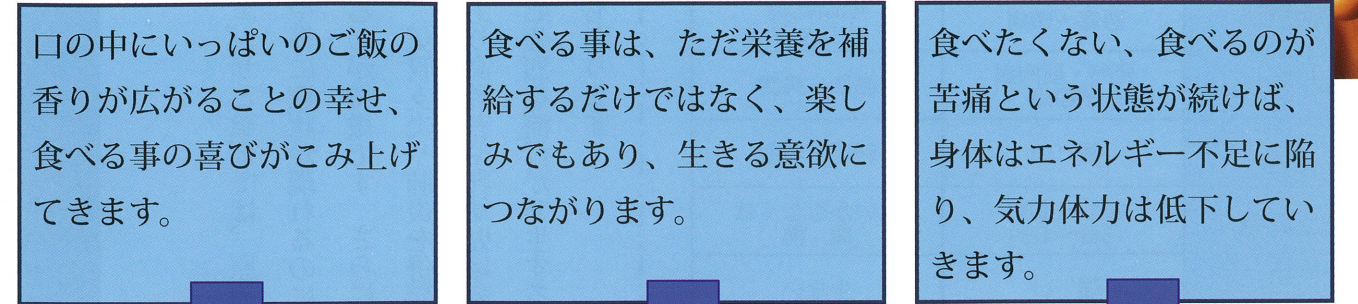
デイケアでは、春の暖かい日差しのもとで、「屋上ランチ」を実施しました。屋上からの景色は、抜けるような青空を背景に山々の稜線がくっきりと見え、いつも以上に澄んだ空気の中でおいしくお弁当を召し上がっていただけました。

デイケア





『口腔ケアは食欲を高め、生きる意欲も高める』



食事をする事で満足感を得られれば体もげんきになり、気持ちも明るくなります。心身ともに元気になる事で「何かしたい」「もっと会話したい」と積極的になり、活動性の向上につながります。活動性が低下すると何事にも興味を示さず一日中ぼんやりと過ごすような生活が日常となってしまう認知機能の低下につながります。楽しく食事することは、意欲を引き出し、若々しい生活をもたらしてくれます。気持ちよく食事をする為には、口腔ケア（口の健康）が大切になります

①「食べる前は意識をはっきりさせ、食べる準備を整えてもらうことが大切です。」

意識レベルが低下した（起きてすぐ等）高齢者が食事をする前は、必ず意識をはっきりさせ、からだを目覚めさせる事が大切です。「食事ができましたよ」等と、声をかけていて、返事が返ってくるのを待ちます。「今日のメニューは〜」と少し会話をするとなお良いでしょう。寝ていた人はしばらく座ってもらう。軽く体を動かすと一層意識がはっきりします。はじめのひと口が大事になります。いきなり口に食べ物を入れると、むせたり、誤嚥してしまう事がよくあります。ひと口目を「食べる準備体操」と考えて、飲み込みやすいもの（ゼラチンゼリー等）を食べて、口を慣らす事が誤嚥を防ぐポイントになります。特に誤嚥が心配な人には、舌の上にストローで1〜2滴水を垂らしてみ、ゴクンしてもらいます。これを2〜3回繰り返してから食事をはじめると良いでしょう。

②「歯みがき剤は何を使えばよいか」

歯みがき剤にはたくさんの種類がありますが基本的に好みで選んではかまいません。高齢者が使用するものとして、研磨剤が入ったものは避けたほうがよいでしょう。歯の表面を傷つけるおそれがあります。義歯を清掃する際には、研磨剤入りの歯みがき剤は使用しないで下さい。義歯の表面を削り、義歯が合わなくなります。歯みがき剤を使用する主なメリットとして、清涼感が得られるとい



う点があります。清涼感が得られる事で食欲増進にも繋がります。歯みがき剤を使用せずとも、こまめにガーゼや綿棒を使って奥から手前に汚れを拭くことで、口腔内を清潔に保てます。その際、ガーゼや綿棒を水で湿らせすぎないように注意して下さい。

③ 歯が一本しか残っていない場合は抜いてしまった方が良いのか



残っている歯が健康な歯ならば抜かない方が良いでしょう。歯の根元にある歯根膜は噛み応えなどを感じる感覚器になっています。たとえ一本でも歯があるのとないのでは、食べ物を入れた時の感じ方が違ってきます。また一本でも健康な歯があれば入れ歯の金具をかけて固定することができ、総入れ歯よりも安定感があります。気持ちよく食事をする事にもつながっています。しかし、歯周病がかなり進んでいる場合は、歯科医師に相談して下さい。

④ 「舌の異常」

高齢者で多い舌苔は糸状乳頭が伸びてその上に細菌が繁殖したものです。白っぽいこげや黒っぽいこげが舌全体を覆い、ひどい場合は、味が全くわからない状態になってしまいます。通常はガーゼでぬぐうときれいになります。部分的に舌苔のような汚れがある場合は、まれに舌ガンである可能性があります。舌に異常がある場合は、すぐに歯科医に相談して下さい



ちょこっと知恵袋



エッ！舌に苔が生えてしまった！苔に見えるもの、それは・・・正確には、苔ではなく舌の表面に存在している先の尖った「糸状乳頭」と呼ばれる突起です。その先端が2〜3本に枝分かれすることもあり、舌に生えた苔のように見えるため、「舌苔（ゼツタイ）」と呼ばれています。舌は古来から東洋医学などで、全身の健康状態を診断する重要なポイントの一つとされています。これらは「舌診」と呼ばれ、舌の全体の形や色つやそして舌苔の状態、舌の裏の血管の状態などを総合的に観察して、健康状態を把握するというものです。ちなみに正常な状態では、薄く白い苔のように見えます。

※舌苔の変化で概ね次のようなことが分かります

- ①舌苔の量が多い。胃や腸などに何らかの症状がある。下の本体が見えないほど、大量の苔がある場合には、症状が重いことをあらわしています。
- ②舌苔がまったくない。一見健康そうですが、これは異常です。体の水分が少ない、栄養不足といった状態です。
- ③舌苔が黄色い。熱がある、水分が不足している、胃腸が弱っているなどの状態を示すことがあります。
- ④舌苔が黒い。舌苔が黄色い状態より、さらに症状が進行していると考えられる。

実際の診断では、舌苔のほかにも、舌の形や色のさまざまな組み合わせを総合的に観察して、体調を判断するそうです。皆さんも風邪を引いて熱などが出たときなど、鏡で舌をみると色や形、舌苔の状態が普段の状態と違うのが判ると思います。