

～はなのえん～

花宴

筆（あやめ入居者：山口トク工様）

発行責任者

社会福祉法人積慶園

特別養護老人ホーム山科積慶園

施設長 古村正哉

京都市山科区北花山大林町34番地

電話(075)583-6277 FAX(075)594-2101

第13号 発行日平成25年12月1日（冬号）

開所5周年

開所時 と現在



【山科積慶園5年間のあゆみ】

本年12月25日を持ちまして山科積慶園も開所5年の節目を迎えます。そこで、開所当初のユニットの風景と現在の各ユニットの風景を見比べられるようにしてみました。また、5年間の間に面会に来られた方の人数も挙げてみました。



【5年間の面会者のべ人数】

平成20年度 1037名 平成21年度 6970名 平成22年度 5549名 平成23年度 5162名
平成24年度 4664名 平成25年度 3485名（12月1日現在）

・五年間の合計面会者のべ人数 26867名

5ヶ月の行事

8月《夏まつり》

毎年恒例の夏まつりに、ご家族と一緒に参加して下さる利用者さまが増えました。

ご家族様にとって利用者様が普段どのように過ごしておられるのかを知っていただく機会にもなり、又デイサービスに親近感を持っていただけたのではないかと思います。ご家族様も参加された事でとても和やかで賑やかなひと時になりました。



9月《敬老週間》

月曜日から日替わりでいろいろな方が来演して下さいました。

月曜日は盲学校の今西先生によるマジック。とても多彩で鮮やかでした。

火曜日は山科区女性会の琴サークルの皆さんの演奏。懐かしい唱歌などを織り交ぜて皆さんも大きな声と一緒に歌っておられました。

水曜日は昨年引き続きラポースーパートリオの皆様が来演して下さいました。今年は歌手の方も参加、ハワイアンから映画音楽まで、広いジャンルの音楽を演奏して下さい、皆さんうっとりとおられました。



木曜日は着物姿も美しく「男舞」から「おてもやん」まで本格的な日舞を披露して下さいました。

金曜日はお昼ご飯にお寿司を食べに、くら寿司に行きました。特急で届く注文品に驚きながらテンションも上がり、普段より沢山食べられたのではないのでしょうか。お皿を積み上げておられました。



10月《秋の外出と運動会》

10月に入ってもなかなか涼しくありませんでしたが、今回の秋の外出は堅田のイズミヤでお買い物をしたり、道の駅でお野菜を買ったり思い思いの楽しみ方でひと時の外出を楽しめました。滋賀県の堅田までは少し遠いですが、バイパスのトンネルをぬけてパッと広がる琵琶湖の景色がとても気持ちよく美しかったです。

10月末には大運動会を開催しました。紅白の鉢巻き姿も勇ましく、競技に熱中して下さいました。おたまりレーでは真剣な眼差しでボールを落とさないように丁寧に送っておられました。マシュマロ喰い競争では鼻の頭やあごに白い粉をつけながら一所懸命にリレーされました。玉入れは毎年白熱します。熱くなりすぎて、「そっちのカゴの方が低い」と比べられたり真剣勝負でした。職員手作りの優勝旗と準優勝カップを授与し、最後は皆さん仲良く記念写真に笑顔でおさりました。



編集後記 * * * * *

急に寒くなり秋を通り越して冬が来たような今日この頃です。今月は園も五周年記念を迎えます。私たちにとっては試行錯誤であつと言う間の年月でした。

これからの月日はこの五年間を糧としてより良く楽しい山科積慶園を目指すべく職員一同努力してまいります。次号はクリスマスやお正月など盛り沢山に楽しくお伝えしたいと思います。(杉山)

《百歳お祝い報告》

3Fなどでしこに入居されている山元静子様
が四月十七日で百歳になられました。
山元様が歩んでこられた百年の歴史の偉大
さに感服いたします。
スタッフ一同、心よりお祝いを申し上げます。
これからもお元気でいらして下さい。
(植田)



《避難訓練》

今年度一回目の避難訓練は、十月二十二日
(火)昼間に火災が起こった想定で行いまし
た。

晴天とはならずも避難訓練日よりの中、全
員の避難完了まで約八分でした。

何回か行ってきた成果か、みなさん要領よ
く避難されるようになりました。ユニットで
は、ベランダから手を振って応えて頂けるか
たもありました。

職員は通報、初期消火、放送を 慌てず確
実に行っているようになってきたので、今
回は、最近、病院やグループホームでの火災



(湯川)

が相次ぎ、施設内の設備がどのよう
になっているかを再確認しました。
施設内消火栓の使用手法、ホース
を引き出して、実際のどりりまで届
くのか、消火器がどこにあるのかな
ど、目で実際確認してもらいまし
た。
日頃、目にしていても改めて確認
作業をしておくことが大切だと
思います。
今後は、ユニットごとに避難方法
などコミュニケーションしながら話
し合って行きたいと思っています。

医務室だよ！～

第13回「骨粗鬆症について」



骨粗鬆症とは？

簡単に言うと骨がもろくなって骨折しやすい病気です。骨には沢山のカルシウムが含まれ、骨に含まれるカルシウムなどの量は、年齢とともに減っていきます。そして骨量が減ると、骨は非常にもろくなり、折れやすくなります。

骨粗鬆症の簡単な予防法

カルシウム、ビタミンD不足、日光浴不足、運動不足にならないようにしましょう。大豆製品には女性ホルモン類似作用があるイソフラボンが含まれているので、特に女性は積極的に取りたいものです。

骨粗鬆症の治療

骨粗鬆症の治療薬といえばカルシウムか、女性ホルモン（閉経後の女性の場合）が中心でした。その後、骨密度を増やす薬が続々と登場し、ここ最近では、新薬「ビスフォスフォネート」が登場し、骨粗鬆症の治療は飛躍的に進歩しました。骨の破壊を抑え形成を促す薬で、骨折する割合を約 1/2 に予防したという治療研究の報告もあり、閉経後骨粗鬆症、男性の骨粗鬆症、続発性骨粗鬆症などに広く効果のある優れた薬でもあります。

これによる治療は、病気の進行度に合わせて行われ、食事療法や運動療法を生活に取り入れ、骨の健康を守ることとなります。骨粗鬆症治療の最大の目的は骨折予防。適切な時期に適切な治療を行うことでそれが達成されるのです。

当園では、ご利用者様で骨折を起こした事のある方や希望される方に対してビスフォスフォネートの注射治療を実施しています。ご希望される方や詳細についてなどあれば、医務室小島までご連絡下さい。

『夏まつり』

今年も恒例の夏祭りが8月29日（土）に開催されました。今年は例年になく悪天候であった為、一部プログラムの変更及び、割愛させてもらった部分もあり利用者様及びご家族様にご迷惑おかけしました。

普段と違う雰囲気の中、ご家族様と久しぶりの談笑されている姿、ゲームで楽しそうにされている姿、美味しそうに食べられている姿を見ていると、とても元気ももらいました。皆様のご協力のおかげで無事終わる事ができ、この場を借りてお礼申し上げます。（上木）



『敬老会』

9月29日敬老会を開催しました。今年は14名の方が対象者となり、各ユニットからお祝いの年にあたられている方を選出し、みんなで祝い&食事会をしました。今年は例年と趣向を変えて、ご家族様を交えての交流会にしました。対象者の皆さんもご家族様と一緒に好きなお寿司を食べられ、大変喜んで下さいました。普段はゆっくり話す機会がなかったご家族様とも食事をしながらの情報交換は、大変盛り上がりました。（大屋）



『パンフレット撮影』

京都市老人福祉施設協議会パンフレットの写真撮影が山科積慶園で行われました。

パンフレット撮影はプロのカメラマンの方が本格的な機材を持って来られ、当園の玄関口は撮影ブースに早変わりしました。今回写真撮影を受けたのは、3F 藪田リーダーと5F 濱野リーダーです。

写真撮影ではカメラマンの方の指示を聞いて、ポーズを決めて飛んだり跳ねたりしゃがんだり大きな動きをしていました。藪田リーダーはパンフレットの対談取材もあり、個別に対談の写真撮影も行われました。

