

原っぱ

第34号

H30年1月発行
介護老人保健施設
アルカディア

謹賀新年

明けましておめでとうございます。

古来、新しい年を迎えることは「おめでたい」とされています。年が改まることは、生活のリセットになり、生きていく上での物差しにもなります。無事新しい年を迎えることができたという喜びから「おめでたい」ということなのでしょう。長寿はたくさんの新年を経験した結果であり、年を重ねると喜寿、傘寿、白寿などといわれ、人生これほど「寿（ことほ）ぐ」ことは他にないのかもしれませんが。

日本には古来、日々の生活に「ハレ」（日常とは違う）と「ケ」（日常）があり、新年を迎えることは、生活に追われる普段とは違う時間で、お盆や祭りと共に「ハレ」でした。しかし、近年は「晴れ晴れしい」イベントがたくさんあり、「ハレ」が満ちています。これだけ多くなると、それこそ「ハレ」とはいえないのではないかと、思えるほどです。このためか、正月を迎える感激も私が子供のころとはずいぶん変わりました。一張羅の服を着て、よそいきの気分ひたつた頃を懐かしく思います。

アルカディアでの生活にも「ハレ」と「ケ」があります。ご家族の面会も「ハレ」に繋がるものです。施設としても単調に陥りがちな施設生活をメリハリのあるものにしようとして色々なイベントを企画しています。この「ハレ」の日で少しでも気分を高揚させて、日常の「ケ」の日々もそれなりに楽しく過ごしてもらいたいと考えています。

本年も宜しくお願い致します。

介護老人保健施設 アルカディア 施設長 十河 真人

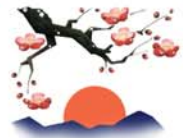




お正月レク



新年を迎え、各フロアで「書初め」や「福笑い」「おみくじ」「だるま落とし」「絵馬」等のレクリエーションを行いました。



アルカディア

※1月1日~3日(昼食)

御節料理



【元日】

《メニュー》

- ・お赤飯・鴨汁
- ・紅白なます・錦玉子
- ・かまぼこ・お多福豆
- ・栗きんとん・海老・数の子
- ・鯖・ハマチ・サーモン
- ・松風焼き・煮しめ

《メニュー》

- ・伊達巻・鰯照焼
- ・紅白蒲鉾
- ・鶏肉の野菜巻き
- ・いくら穴子ちらし寿司
- ・すまし汁
- ・フルーツ(メロン)

【2日】



【3日】

《メニュー》

- ・五目御飯
- ・天麩羅盛合せ
(海老・穴子・舞茸
南瓜・茄子)
- ・煮物盛合せ・のっぺい汁
- ・小松菜のお浸し
- ・フルーツ(みかん)





アルカディア施設内研究発表



2階 介護福祉士 梅澤・大和田
「夜間の安眠を得る為の試み」



3階 介護福祉士 井上
「ストレス発散法 怒りの6秒ルール」



4階 介護福祉士 徳永 上松 ニコル
「布パンツへの移行を試みて」

【11月24日（金）】

アルカディア施設内研究発表を行いました。
今回は2階・3階・4階の介護福祉士より3つの演題が発表されました。
医師・看護師・リハビリ・介護福祉士など総勢60名以上が参加し、より良いケアを行うため質疑応答も活発に行われました。



第12回 東京都介護老人保健施設大会



【11月16日（木）】

「東京都介護老人保健施設大会」が東医健保会館で開催されました。アルカディアから理学療法士である吉田から「血圧低下に伴うパーキンソン病利用者が訪問リハビリでトイレ動作が改善した例」を演題として発表しました。



摂食嚥下勉強会



【立川中央病院にて】



【10月6日(金)】

アルカディア：大津管理栄養士が中心となり、立川中央病院で勉強会を開催しました。

地域の福祉施設や病院から栄養士をはじめ、リハビリ、看護師、介護士など40名以上が参加しました。講師には「日本摂食嚥下リハビリテーション学会 認定士」桑原昌巳先生をお招きし、「食物の形態と嚥下」に関して知識を深めました。

家族介護教室



【10月21日(土)】

「家族介護教室」を行いました。

当日は8組12名のご家族が参加して下さい「マスクの正しい着用方法」と「グリッターバッグを使った手洗い」の講習を行いました。

グリッターバッグとは、蛍光塗料を含む液体を手につけたあと手を洗い、ブラックライトを照らすと、汚れの洗い残しが光ります。

普段の手洗いで、どの場所に洗い残しがあるかを調べる検査機器です。



お買い物イベント

【10月21日(土)】

当日は18名のご利用者様がイベントに参加され買い物を楽しまれていました。



武蔵村山第一中学校

音楽会



【10月28日(土)】

武蔵村山第一中学校の吹奏楽の皆さんが、アルカディアで音楽会をして下さいました。



九施設合同災害訓練



【11月11日(日)】
九施設合同災害訓練を「むさし村山苑」で行いました。





クリスマス会



【12月25日(月)】

クリスマス会&キャンドルサービス

14:30から2階・3階・4階の順で「ハンドベル隊」が各フロアを回り、オヤツにはケーキバイキングを行いました。

17:00からは、看護師による聖歌隊が各フロアにキャンドルサービスを行い、ささやかではありますが、クリスマスプレゼントとカードをお渡しし、皆さま素敵なひとときを過ごされました。

編集後記

新年明けまして

おめでとうございます。

本年も宜しく

お願い申し上げます。

新年を迎え、皆様いかがお過ごしでしょうか？今年、スポーツが注目の年となりそうです。3月29日、大リーグ開幕。大リーグに挑戦する「大谷選手」の活躍が楽しみです。2月9日からは、韓国で「平昌冬季オリンピック」が開催され、6月8日からは約1ヶ月間に渡り「サッカーワールドカップ ロシア大会」が開催されます。

今年もアルカディア広報として、様々な事に挑戦しながら、皆様に多くの事をお届け出来るように努めてまいります。今年も宜しくお願い致します。



発行：医療法人財団 立川中央病院
介護老人保健施設 アルカディア

広報：アルカディア 広報委員

田中 義信 篠原 知子 末永 誠人
大鐘 郷誌 梅澤 雄司 田中 智子

〒208-0021 武蔵村山市三ツ藤1-98-1

TEL 042-569-3900 (代)

FAX 042-569-1441

通信欄

お知らせ

※風邪やインフルエンザ、ノロウイルス等が流行する季節となりました。

飲食物のお持込はできる限りご遠慮ください。生ものの持ち込みは固くお断りいたします。面会時には、手洗い、うがい、マスクの着用をお願いいたします。

面会時間 9:00~19:00

※お互いさまサロン・三ツ藤

at 介護老人保健施設アルカディア

2月3日(土) 10時~
自己チェックと体力測定

3月4日(土) 10時~
みんなで歌いましょう!

歌は心と体のエッセンス

【4月以降の予定については2月に分かります。】

こちらのQRコードから、アルカディアホームページのトップページからご覧になれます。



『入所者さまへのお手紙』がホームページより送れますのでご利用下さい。
<http://www.arcadia-kaigo.com>