

アルペジオ通信



第5号
2013.6.10発行
〒080-2476 帯広市自由が丘5丁目16番地9
社会福祉法人 光寿会
介護老人福祉施設アルペジオ
TEL : 0155-38-3301
FAX : 0155-38-3302
URL: <http://koujyukai.org/>

アルペジオより、日々の出来事などを皆様にお知らせしている広報紙です。三か月に一回発行しています。

学習療法シンポジウム in 仙台

平成二十五年五月十二日(日)に宮城県仙台市の仙台国際センターにて、「第9回学習療法シンポジウム」が開催されました。

アルペジオも開設後すぐに学習療法を導入し、現在も入所者全員に週5回提供させて頂いております。

アルペジオからは、渡邊事務員が「おいでよ！

学習の森3D」と題し、施設開設から今日に至るまでに生じた問題点や課題を全職員で解決していくまでの過程を紹介し、全職員で全利用者様に週5回提供することによって生まれた効果やドラマを発表させて頂きました。

また、今回のシンポジウムのテーマは「挑戦&元気の発信」ということで、東日本大震災に見舞われた東北地方の施設や団体の学習療法を通じた活動を拝聴致しました。

復興の中で学習療法がどのよう役立ったのかを知ることができ、私達も学習療法が秘める可の高さに驚き、そして元気をいただきました。

他施設の素晴らしい活動を学び、全国にいる学習療法の仲間達と交流することができたことで、良い刺激を受けたのと同時に、利用者様の為にまだまだやれることがあると実感しました。

今後も利用者様は当然のこと、ご家族様や職員も一緒に楽しく学習療法に取り組み、光寿会の理念・信条でもある1人1人に光を当て、「その方らしい生き方」が送れるように支援させて頂きたいと思っております。



学習療法研究会会長の川島教授と記念撮影



渡邊職員の発表風景

羽衣亭へ(回転寿司)を食べに行ってきました

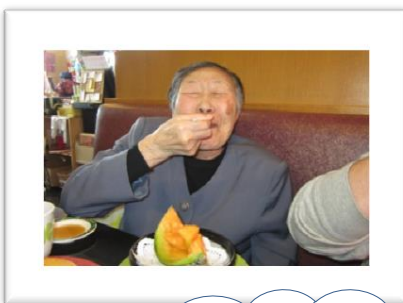


職員も一緒に楽しい時間を過ごせました♪

五月二十四日(金)、ワルツの利用者3名と共に外出レクリエーションへ出かけました。行き先は芽室にある、回転寿司「羽衣亭」です。

羽衣亭へ向かう車内の中からもたんぼぼやチューリップの花を見つけ、外の景色を楽しまれました。

利用者様が注文したお寿司は、サーモン、まぐろ、とびっこ、茶わん蒸しなど、普段の食事とはまた違う雰囲気なのか、最初は「そんなに食べられない」とおっしゃりつつ、デザートにはメロンまで注文し、とてもおいしそうに召し上がられています。



美味しそうにメロンをほお張られています

新入職員紹介

4月1日より入社しました
施設ケアマネの
吉田 元(よしだ もとし)
と申します。



毎日楽しく生活してもらえよう、お手伝いしますのでいつでもお気軽にご相談ください！



今後もみなさんに喜ばれるような外出の行事を企画したいと思えます



羽衣亭前にて

栄養課だより



奥山管理栄養士

口腔ケア
 お口をきれいにすること

アレルギーでは、毎週木曜日に「つがやす歯科」の歯科医師・歯科衛生士さんが虫歯や義歯の調整・口腔ケアなどの往診に来て下さいます。

難しい治療や専門の治療は受診が必要になる場合もありますが、それ以外は義歯の新規作成も可能で、現在毎週十名前後の方が往診を受けています。

口腔ケアで口をきれいにすることによって、口の中にいる細菌が原因となっておこる誤嚥性肺炎を予防することができます。

また虫歯や歯周病の予防、歯垢の除去で口の中の不健康がもたらす悪循環を取り除くことができます。さらに口を使う機会を増加させQOL(生活の質)の向上へとつなげていきます。そのためにも積極的な口腔ケアへの取り組みが必要になります。

アレルギーでは、食事前に口腔ケアを行い、職員は歯科衛生士の指導を受け、口腔ケアを行います。



口腔ケアの様子です



治療以外にも皆さん年1回無料の歯科検診を行っています。25年度は4,5月に実施しました。(治療が必要と診断された方はご家族様にご連絡させていただきます。)

歯科に関してアレルギーでは管理栄養士：奥山が窓口となっておりますので、口腔関係以外にも食事形態など心配なこと等ありましたらお気軽にご相談下さい。

♪栄養課よりお知らせ♪

光寿会管理栄養士のブログを開設しました。

おいしくたべよう! ~光寿会 管理栄養士~
<http://koujyuukaieiyou.blog.fc2.com/>

今日の献立、レシピ、食のコラムなどお届けします♪
 良かったらご覧になってください。

光寿会のホームページ(<http://koujyukai.org/>)
 からご覧になれます。



◆リハビリコラム◆

佐々木柔道整復士

肩こりについて

こんにちは。今回は肩こりのお話をします。肩こりは持っている人のほうが珍しいくらい一般的ですが、原因はさまざまです。

筋肉の疲労や、不良姿勢、整形の病、目の使い過ぎや冷え症、運動不足など、いろんな原因があります。対策としては、温める、運動をする、マッサージをする、姿勢をよくする、などありますが、今回はストレッチのやりかたを紹介します。

仕事や家事の合間などにまめにおこなって肩こり予防に努めましょう。

自分の席で簡単ストレッチ



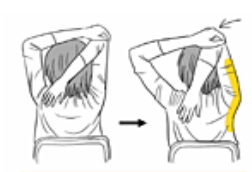
首筋: 伸ばしている方の腕を下げるようにする

ストレッチの効能

- 肩こり・背中の痛み・頭痛の予防や緩和
- 小休止が入ることで、眼の疲れを予防
- 気分のリフレッシュやストレスの緩和

ストレッチのポイント

- 反動をつけずじわじわと伸ばす
- 力を入れず、気持ちいいと感じるところでやめる
- 10~15秒間、左右2回ずつ行う



肩周部・体側: 体を傾けない



首・肩周部・体側: 頭を下に向けない



肩周部・胸郭: 肩を後ろに引く



首筋・肩周部・背中: 胸を引っ込めるようにする

ELECTRIC DOC. <http://e.doc.co.jp/campaign/>

■ご寄附ありがとうございました■

帯広市
 山村 友子 様 5月人形



こんにちは。今年度最初のアレルギー通信を発行致しました。今年も昨年の反省を生かして、楽しく読んでいただけるような紙面作りに励みたいと考えています。

こういった記事が読みたい、知りたいなど、内容に希望がありましたら、お気軽に職員まで声を聞かせ願えたらありがたいです。

編集部より

H24年度決算報告書 貸借対照表 H25年3月31日				千円
資産の部		負債の部		
流動資産	250,554	流動負債	90,889	
固定資産	1,978,292	固定負債	1,872,128	
基本財産	1,944,093	負債の部合計	1,762,818	
その他の固定資産	34,199	純資産の部		
		基本金	22,631	
		国庫補助金等特別積立金	338,499	
		その他の積立金	0	
		次期繰越活動収支差額	104,896	
		純資産の部合計	466,027	
資産の部合計	2,228,846	負債純資産の部合計	2,228,846	

社会福祉法人光寿会の平成23年度決算報告が、平成25年5月23日に開催された理事会において承認されました。尚、決算報告書の書面につきましては6月30日までの午前10時から午後5時まで受付にて閲覧できますので、ご希望の方は、職員までお申し出下さい。(法人事務局)