



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

つるかめ新聞



老健あんじゅデイケアの利用者さんがおはながみでコスモスの花や壁面を作成されました。はなびらは、おはながみを上手に切りぬき、コスモスの茎や葉の部分は、こよりを巻きました。本物と遜色ない出来上がりになりました。秋の花として、デイケアの皆様の目を楽しませています。

10月11日（月）は祝日ではありません

10月11日（月）は本来スポーツの日で祝日ですが、東京オリンピックによる祝日移動のため、平日となっております。

そのため、老健あんじゅは10月11日を平日として運営しております。入浴は通常通り実施し、洗濯物の受け渡しや事務手続き等も実施いたします。

老健の理念

私たちは、「人道・博愛・奉仕」の赤十字精神を基本に、真心をこめて高齢者の尊厳をささえ安全で質の高いケアに努めます。



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

小野田赤十字老人保健施設

あんじゅ



〒756-0889

山陽小野田市大字小野田3700番地

TEL0836-88-0222 FAX0836-88-4392

メール:osekiro@bronze.ocn.ne.jp

高齢者の転倒、なぜあぶない？

高齢者は筋力やバランス能力、視力などの身体機能が低下するため、低い段差などでもつまずいて、転んでしまうことがあります。

高齢者の場合には、ちょっとした骨折でも骨折部位によっては、そのまま要介護状態になってしまう可能性もあります。若いときとはちがって骨折が治るまでに時間がかかり、安静にしているあいだに身体機能が衰えてしまうことがあるからです。

新型コロナウイルス感染症の拡大による外出自粛要請で、高齢者が自宅に閉じこもるケースが増えています。自宅で転倒事故を起こさないような対策を考えましょう。

高齢者が転倒しやすい場所

転倒事故の約7割は「自宅」で起きています。高齢者の自宅での転倒事故のうち約8割が「屋内」、約2割が「屋外」で、高齢者の転倒事故は「自宅の屋内」で起きやすいのが特徴です。

その自宅屋内のうち、特に高齢者が転倒しやすい場所は以下の通りです。

1. 居室・寝室 (45.0%)
2. 階段 (18.7%)
3. 台所・食堂 (17.0%)
4. 風呂場・洗面所 (5.4%)
5. 玄関・縁側 (5.2%)

出典：国民生活センター『医療機関ネットワーク事業からみた家庭内事故－高齢者編－』



転倒予防対策！

・手すりを取り付ける

高齢者の転倒を予防するためにまず重要なのは、自宅に手すりを取り付けることです。高齢者が移動するすべての場所で、手すりが使えるとベストです。

・段差をなくす・延長コードなどの滑りやすいものを置かない

高齢者は身体機能が低下してすり足で歩くことが多いため、小さな段差でも転んでしまうことがあります。カーペットや敷居などの段差はできる限りなくしましょう。

マットや延長コードなども段差の原因です。なるべく床におかないようにしましょう。

・寝室からトイレまでをスムーズに！

夜間、寝室からトイレへ行くまでのあいだで転倒するケースがよくあります。寝室からトイレのあいだに、自動的に点灯するセンサー式の足元灯があると便利です。また転倒しやすい場所ですから手すりを設置し、滑りやすいもの、つまずきの原因になるものを置かないよう特に気を付けましょう。

(文責 介護福祉士 大空 千恵)

運動会中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止を図るためイベントの開催を中止しております。毎年10月ごろ実施しておりました大運動会についても中止といたします。

お知らせ

入所者のご家族からの医療に関するご相談を施設の医師、看護師がお受けします。ご希望の方は、事前にご連絡ください。

連絡先電話番号 0836-88-0222

相談日 毎月最後の月曜日

時間 10時30分～12時

今月は9月30日(木)です。

人物往来

老健の出来事

8月1日付で、看護職員1名が「あんじゅ」へ着任いたしました。

看護係長 うえだ あゆみ
上田 歩

干支 巳年

抱負 利用者様と共に笑顔で楽しくをモットーに、安全で安楽なケアを提供していきます。



趣味 韓流ドラマを観る事



↑2階のレクリエーションでは、手を動かす体操をしています。両手を上に上げるだけでも結構な運動量になるものです。



→今月の壁面のテーマは「月と秋の野の花」です。

利用者様がおはながみとコーヒーフィルターで作られました。ススキが風に揺れて、虫の音も聞こえてきそうです。



←おはしを使ったお手玉リレーをやってみました。はしを使って隣の人に渡していくのですが、お手玉が意外と大きくて案外難しいものです。

しかし、皆様中々のはしさば捌きを披露されていました！

今月のおすすめ献立 62

～8月のスパゲッティの日～



- ・ミートスパゲッティ
- ・キャベツとツナの炒め物
- ・切干大根と豆のマヨサラダ
- ・ミルクスープ
- ・芋羊かん

入所者さんより好評だったメニューを載せています。

新型コロナウイルス感染症の 対応について

現在面会制限を実施しており、面会は中止させていただきます。

制限解除の際はご家族へお知らせいたします。詳しくは、あんじゅ事務室までお問い合わせください。

デイケアのご案内

→八月はぶどうの房を制作されました。大きさは一房が20cm近くもあり、迫力があります。



「玄関から玄関まで」を基本に、利用者様の身体・歩行状態、ご自宅周辺の道路状況等に応じて送迎いたします。乗降時の介助、車内の見守り等は安全を確保するために、必ず運転手と介護・看護職員の2名で行っています。

頭の体操

1	2	3	
5			8
13			

今回はクロスワードパズルです。

タテのカギとヨコのカギをそれぞれ埋めてみてください。
(正解は右下にあります)

《タテのカギ》

1. 静かに眠っている様子。例：～寝る。
2. ミミズクの別名。
3. 目指すところ。目当て。また、物事の見通し
8. 前述の事柄を受けて、さらに別の事柄を加える時に用いる接続詞。例：～して、〇〇～する。

《ヨコのカギ》

1. 人家周辺や農耕地に普通に見られ、全長が14センチくらい。頭は茶色で、ほおとのどに黒い点がある。背は茶色に黒い斑点があり、腹は灰白色。
5. 俗信で災難や障りが身に降りかかるおそれが多いので万事に気をつけなければならぬとされる年齢。
13. 焼いたサツマイモ。



回答

♀	い	♀	♂ 13
♂			♂
7 8	♂	>	♂
	♂ 3	♂ 2	♂ 1

編集後記

最近、コロナ禍ということもあり、家族でのお出かけは県内の道の駅。福岡や広島へのショッピングや、夏休みの旅行もなし。遠くを見ない日々を皆様もお過ごしかと思います。

遠くを見ず、室内での日々を過ごしていると、いつの間にか近くが見えなくなっていたのに気付きました。生まれて初めて、眼鏡を作りました。近くがよく見える眼鏡です!! あれだけ見えてたのに…。けれど、高齢者の方もこんな気持ちを味わっているのだと思うと、一歩、利用者の方の気持ちに近づけた気がします。

コロナ禍でマイナス思考に沈みがちになっていたもので、こういう体調の変化もプラス思考で捉えることにしました。

空転の空