



こころにひまわりを...  
第62号  
たねは 社会福祉法人ひまわり

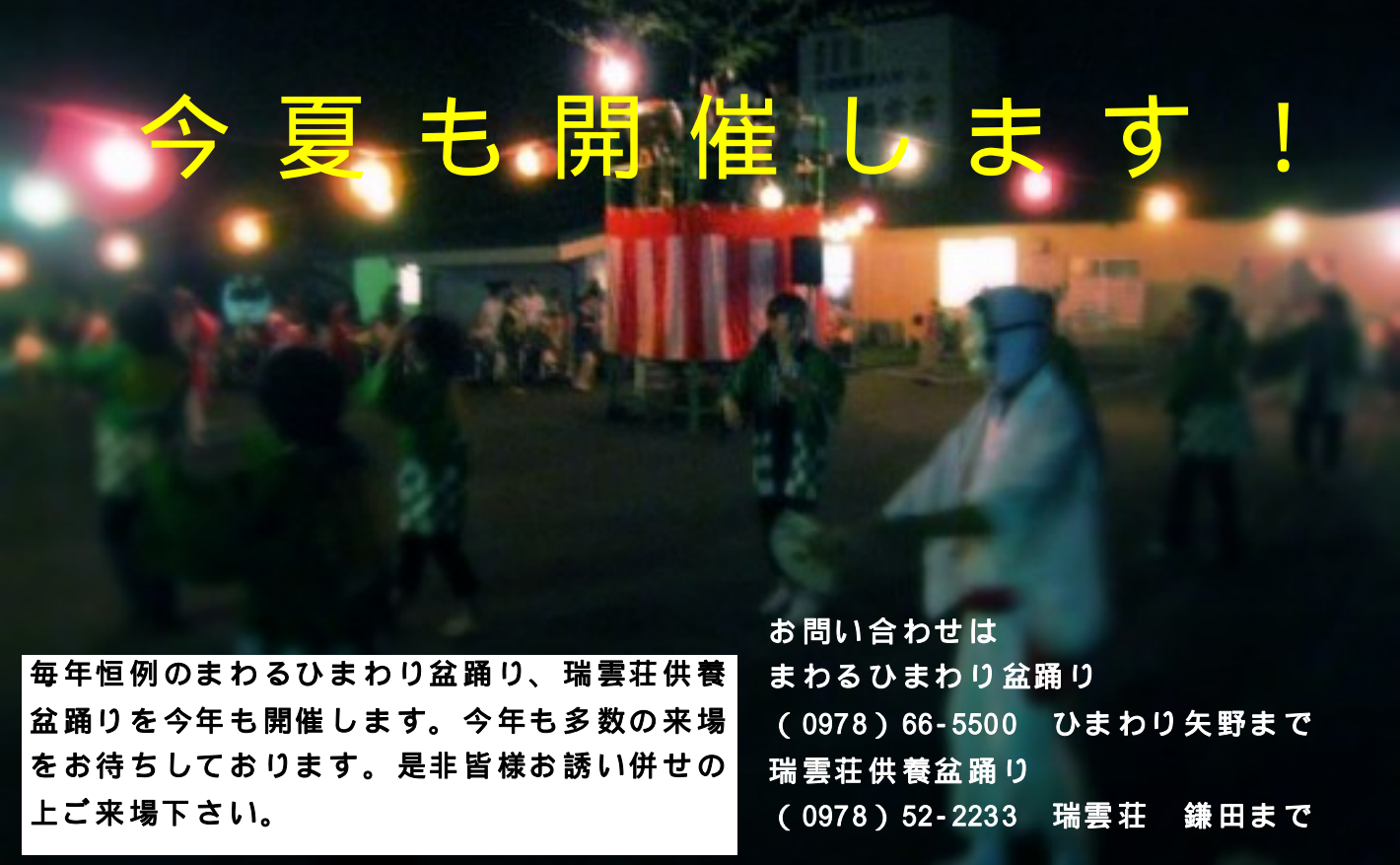
社会福祉法人 ひまわり 広報部発行 杵築市 ひまわり 検索  
0978-52-2233 0978-66-5500 http://www.wel-himawari.net

社会福祉法人ひまわり理念  
・利用者の尊厳を守り、敬愛の精神で接すること  
・地域福祉の拠点となり、開かれた施設として地域に貢献

基本方針  
・利用者があるがままの姿を受け入れ、見守り、優しく安らぎのある施設にします  
・利用者の意思を尊重し、利用者の立場で考え、安全で平等な援助に努めます  
・地域の関係機関と連携し、地域福祉の推進と向上を目指します  
・社会で通用する接遇を修得し、利用者にも明るく(気持ちの良い)態度で接します  
・日々向上心を持って、専門機能の研鑽に努めます

7月28日19:30～まわるひまわり盆踊り  
8月18日19:30～瑞雲荘供養盆踊り

今夏も開催します！

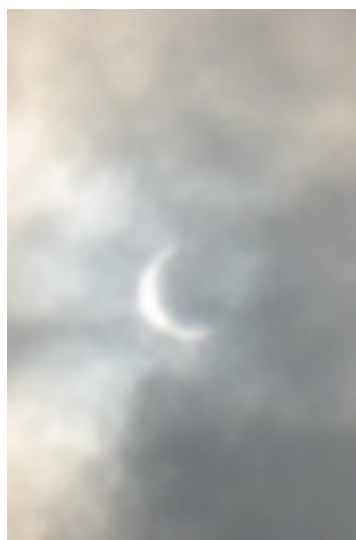


毎年恒例のまわるひまわり盆踊り、瑞雲荘供養盆踊りを今年も開催します。今年も多数の来場をお待ちしております。是非皆様お誘い併せの上ご来場下さい。

お問い合わせは  
まわるひまわり盆踊り (0978) 66-5500 ひまわり矢野まで  
瑞雲荘供養盆踊り (0978) 52-2233 瑞雲荘 鎌田まで



6月6日の7時15分頃にきつきの里ひまわりより金星の日面通過を観察することが出来ました。太陽にぼっかり穴が空いた様に見える黒い斑点が金星です。地球の自転を肌で感じる事が出来ました。



5月21日の7時15分頃に瑞雲荘より金環日食を観察することが出来ました。大分県内での観測は珍しく、当日の大分合同新聞夕刊にこの写真を提供させていただきました。

天体観測

毎月二〇日発行

編集責任者 社会福祉法人ひまわり 高尾毅一



有ります！皆さんも是非！ 高尾

皆さん梅雨が過ぎると夏です。夏といえばTシャツです。実はTシャツこそが現代社会を映し出す鏡である事をご存知でしょうか？特にロゴ(文字)が書かれているTシャツからは様々なメッセージが読み取れます。猫も杓子もアイドルである現代。AKB48から韓流アイドルまで、把握できない数のアイドルがいまです。私も先日、某大型ショッピングセンターでアイドルに遭いました。なにやら胸にデカデカと文字の書かれたTシャツを着られている中年男性(桜金造似)が食品コーナーに居ます。おっ、これは期待できるぞ！と思い、早速その方の前方に回り、通りすがりにTシャツをチェックすると太ゴチック体で「SUPER IDOL」。また、昨今の物騒な世相を反映するようにアメリカの国家権力も日本の治安に目を光らせています、昨年の話ですがコンビニですれ違った女子高生が着ていたTシャツの胸に、なんと「FBI」。

「FBI」。さらに職場での精神的ケアも注目されています。ひまわりでも産業医を配置し、衛生委員会を結成する等、職員の精神的ケアに取り組んでおります。何か異常があれば職員同士が気付き合うのが早期発見につながります。私も先日ある職員の心の叫びを確かに聞きました。ある日のその職員が着ているTシャツを見ると「I HATE REAL WORLD」(直訳・私は現実の世界が嫌いです)と書かれています。そう現実世界に嫌気が差し、ついには憎む程になってしまっていたのです。早期発見できて本当に良かったです。おかげで彼は元気に働いています。ともあれ何気ないTシャツもこういった視点で見ると新しい発見が有ります！皆さんも是非！ 高尾

編集後記

訪問看護通信

リハビリDE自立支援

きつき訪問看護ステーション

梅雨(つゆ)

梅雨の雨は梅にとつて恵みの雨です。この季節に雨が降ること、梅の実は大きく膨らんでいきます。この時期はジメジメとダルク体も気も重たくなり肩がこり疲れもたまりません。疲れをとるには食事、休息、健やかな心、運動、それに大切なのが笑顔です。笑顔で次ぎの効果が期待できます。

- ・心身の緊張が緩み自立神経のバランスを整える。
- ・免疫力のアップする細胞が活性化し病気の予防。
- ・痛みを引き起こす体内の物質が減り、辛い痛みを軽減。
- ・脳内の快感物質が増加し、ストレスを和らげてリラックス。
- ・笑い・笑顔の力で疲れを早く解消しましょう！

(今宮)



初めまして。衛藤外科にて病棟・外来リハビリや訪問リハビリ、デイサービスでのリハビリを担当している理学療法士の古賀と申します。突然ですがADLと言う言葉を耳にした事がありますか？日常生活動作(Activities of Daily Living)すなわち人間が社会生活を営むうえで必要最小限の動作活動の事です。歩行・ベット上動作・車椅子操作・食事・更衣・トイレ・整容・入浴・意志の疎通などの項目に分けられます。

今回はいくつかですが介助の方法や動作の指導をご紹介したいと思えます。

起き上がり介助方法

- ・両太ももとをベットから下し、首から背中を介助します。その際自発的な動作を妨げないようにします。



坐位バランスの確立・めまいの防止に向けたバランス練習

- ・ベッド脇で坐位の状態を上がり方法
- ・浅く腰掛け、前かがみになりながら前方へ体重を移動させて立ち上がります。両手を組んで前に突き出すように指導すると理解されやすいです。
- ・移乗(ベットから車椅子・車椅子からトイレなどへ移る)の立ち上がりでの方法で立ち、腰から回して坐ります。

わずかですがご紹介をさせて頂きました。参考になれば幸いです。また専門の方にアドバイスを頂く事もお勧めします。



利用者様感想 広石 アヤ様  
『以前行った時よりたくさん咲いてて、とても美しかった～！心も晴れ晴れとなり、さらに長生きできそうです。』

日出町の大神ファームで春咲きのバラが見頃を迎え、見学に出掛けました。約600種、1000株のバラが見事に咲きその美しさに魅了されていきました。また、香りを楽しまれたり、お気に入りのバラの前で記念撮影されたりと、皆様満喫されていました。



### 三楽園デイサービス

#### バラ見学

### ききりの里デイサービス

#### ドライブ

梅雨に入りうっとうしい日々が続いていますが、そこで雨でも楽しめる外出先はないものかと職員で話し合い、大分空港に飛行機の見学に出かけることになりました。しかし、そんな心配は無用とばかりに天候に恵まれ気持ちの良いドライブとなりました。展望デッキで離陸、到着する飛行機を見学しました。中には熱中するあまりフェンスにかじりついて見られている利用者様もおられました。飛行機を見ている表情が楽しげで童心に戻られていたように感じました。また、空港職員の方々が大変親切にしてください、利用者様は皆笑顔で空港見学を終えることが出来ました。ありがとうございました。ありがとうございました。



### 三楽園利用者様作品紹介



高島栄様絵手紙作品『ゴーヤ』



フェルト作品 ティッシュケース



壁紙 紫陽花

### 「わかば会」、「浜っ娘ボランティア」

利用者様が毎月楽しみにしている「わかば会」と「浜っ娘ボランティア」の皆様によるカラオケと踊りの披露がありました。毎回利用者様に大好評で掛け声や拍手が止まないほどです。いったい、いつ練習されているのか？と思うほど、毎月異なった歌や踊りを披露してくださり、大変感謝しております。「わかば会」と「浜っ娘ボランティア」の皆様どうもありがとうございます。



#### 絵手紙



### マッサージ

今年4月から火曜・木曜・金曜日の午前中に衛藤大門先生によりご希望の利用者様にマッサージをしていただいております。利用者様は「気持ちいい、とても楽しかった」と喜ばれておられます。



### こだわりの昼食

5月はこどもの日にかけて「鯉のぼりランチ」をお出ししました。固いものが苦手な方へは食事の形態も刻んだり、ミキサーに掛けたり食べやすいもので提供しています。



### 瑞雲荘

#### ホタル鑑賞

6月8日の夜にホタル鑑賞へ豊後高田市田染荘まで出掛けました。普段夜間外出はあまり無く、利用者様方はこの日を楽しみにされていました。この日は夕方まで降っていた雨が夜には止み、ホタル鑑賞に格好の天候となり沢山のホタルが飛び交っていました。まるで自然の織り成すイルミネーションといった趣きでした。利用者様方は「きれいじゃなあ」「懐かしいなあ、故郷を思い出すなあ」等感想を言われ、子供の頃にホタルを見に行った思い出話をしてくださいました。夜間の外出事は中々行いませんがホタル鑑賞は毎年続けていきたいですね。

