

優楽の チカラ



今年も桜の季節がやってきました。
例年に比べ寒暖の差が大きく、身体が悲鳴を上げている様に感じます。
優楽の周りの桜も利用者さまや私たちを楽しませてくれました。
まだ、コロナの影響もあり多くの方といっしょにお花見をすることを
遠慮している方もおられると思います。来年こそは皆さまと一緒に花見ができるよう
心待ちにしたいと思います。
新しい年度に変わり、気持ち新たに日々利用者さまの支援に取り組んでまいります。
介護老人保健施設 やすらぎの杜 優楽

新年度のごあいさつ



事務長代理 矢部 久美江

18年前優楽で事務員としての勤務が始まり、支援相談員を経て、現在再び事務として携わらせていただいております。

時が経つのは早いもので、保育園児だった上の子が今や社会人として巣立ち、私自身の子育ても半分終わり、親の介護に係る年齢になりました。

私自身が親の介護の話を、するようになり、利用者さま・家族さまが気軽にご利用・相談していただける優楽でありたいと切に思うようになりました。

現在優楽は様々な職種・国籍の職員約100名が勤務しております。どの職種が欠けても、施設運営は成り立ちません。今後も職員一同一丸となって職務に努めてまいります。今後ともよろしくお願いいたします。



入所棟介護係長 東 康一郎

早い物で2023年になり3カ月以上が経ち、あつという間に季節も春になりました。

春と言えば桜ですが、今年は例年より暖かい3月で桜の開花宣言も過去最速ということで、この広報誌が出る頃には桜も散っていることでしょうが、ここ優楽にもこの4月から新卒職員という新しい芽が成長し花を咲かし頑張ってくれています。

彼は、タイから日本に来て、介護士の学生として優楽で実習を経験し、アルバイトを経て正規職員として働いてくれています。

彼のように介護士という職種を志し勉強に励む学生に、優楽で利用者さまとの関わりや介助、繋がりを通じて、介護士という仕事のやりがい等を感じてもらえるよう、また、必要な知識や技術を伝え、将来優楽で働きたいと感じてもらえるよう、今後も学生に寄り添っていきたいと思います。

新人職員を見て私たちも初心を忘れずに、気を引き締めて新年度をスタートさせたいと思います。



寄贈



この度は、優楽にご寄贈賜り、誠にありがとうございます。利用者さまが、日々笑顔で過ごされますよう使用させていただきまます。

ご家族さまの温かいご支援に心より御礼申し上げます。

医療の豆知識

看護師 細川 浩子

桜がチラホラ咲き、目にもあざやかな季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。

この時期に体調を崩される方も多いように感じます。

季節の変わり目で、寒暖の差に加えて花粉によるアレルギー症状の出ている方が多いように思います。

季節の変わり目とは、朝晩の気温差が5度以上になる頃だそうです。その頃には、自律神経の乱れから体調を崩しやすいという事を事前に知って対策しておくことが大事です。

外敵に負けないためには、自身の免疫力を高めることが大切です。
・栄養バランスの取れた食事
・十分な睡眠をとる
・ゆっくり入浴してリラックスをする
など基本的なことだと思います。

桜の花や庭にも花が咲き誇る頃体調を整えて、楽しくお花見をしたいものですね。



デイケア

介護士 森北 佳子

桜と車窓

桜の季節になると、デイケアでは車窓からのお花見を思い出します。

コロナ禍以前は飯森山や信貴山へ車を走らせお花見見物しました。車中でよく聞いたのは

「桜はどんな咲き頃が好きですか？」

大正生まれの男性利用者さまは

「散り際の桜がええな」

昭和初期生まれの利用者さまは

「風情があるな・・・桜が風に吹かれる様子」と散り際を好む方が

いれば、大正・昭和生まれの

女性利用者さまの方々は

「満開がええな」

「パツと咲く様子がきれいや」

と年代・男性と女性では

思うところが違うのだと感じました。

今年は竜田川の川縁を車窓から

満開の桜を眺めお花見をしました。

「今年の桜は、早いなあ」

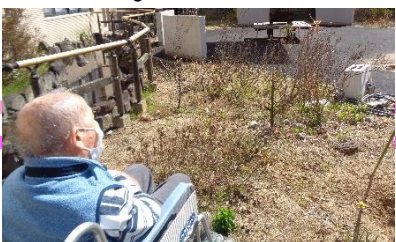
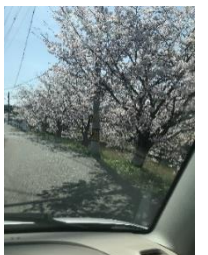
と、談笑している利用者さま。

桜の歌を口ずさみながら

楽しんでる利用者さまと

それぞれ桜に対する想いが

感じ取れるドライブになりました。



リハビリ室

言語聴覚士 西田 由貴

少しずつ暖かくなってきましたね。リハビリ室にも、春の風や光が舞い込み、なんだかワクワクしてきます。

さて、この度の広報誌のテーマが桜と聞き、すぐに頭に浮かんだのは、中庭の桜です。

優楽の中庭には、

小川が流れており、

季節の花々や野菜が

植えてあります。

その中に、膝丈ほどの

大きさですが、

毎年花を咲かせてくれる

桜があります。

「桜がある」と聞くと、皆様、

大きな木をイメージされるようで、

なかなか気づいてもらえません。

しかし、花を見つけると皆さま、

嬉しそうに見て下さっています。

気分が良くなり、桜の唄を歌い

だす方もおられます。

職員も一緒に歌うのですが、

途中の歌詞があやふやになり、

急に鼻歌になるのも

毎年のあるあるです（笑）



職員をつぶやき

言語聴覚士 川越 百合子

先日、出勤して更衣室で上着を脱いでいる時に身体のどこかでパリパリと変な音がしました。

「え？」と思いつつセーターを脱いでみると、背中に二〇センチ四方の粘着テープがべったり貼り付いていました。

出勤前、肩や背中についた髪の毛を取ろうとカーペットクリーナー（通称コロコロ）でコロコロした時、ひつついていたことに

気づかなかったようです。幸い上着を着ていたため、通勤時の電車やバスでは人に見られずに済みましたが、なかなかの恥ずかしさでした。

ようやく暖かな季節がやってきました。気持ちも緩みがちなこの時期の、皆さまも「うっかり」にはご注意くださいませ。



疾病、傷害などにより介護が必要になったときでも、住み慣れた家庭・地域で自立した生活を営むことができれば、支援させていただく施設です。医学的管理の下、ケアプランにもとづいてリハビリテーション、看護、介護などを行い、家庭介護の支援や家庭復帰を目指します。

◆利用できる対象者

介護保険の要介護認定において要支援以上の要介護状態と認定された方で、病状が安定して介護が必要な方と、40歳以上64歳までの特定疾患（例えば脳血管疾患、糖尿病性神経障害などの疾患が定められています）によって介護が必要な方や、リハビリが可能の方。

◆施設サービスの内容

●入所 日常生活動作をしやすくするために、その方の状況に応じたケアプランに沿って、専門スタッフによるレクリエーション、食事、入浴、排泄など日常生活サービスとリハビリテーションなどの医療ケアサービスをご利用いただき、安心して自立した在宅生活が続けられるよう支援します。

介護老人保健施設とは

●短期入所 ●ご家族の介護疲れや病気・用事などにより、ご家庭での介護が一時的にできなくなったとき入所と同じサービスをご利用いただけます。また、体力や生活機能向上のためのリハビリテーションやレクリエーション活動への参加の促進により、ご家族の介護負担の軽減が図れるよう支援します。

●通所リハビリテーション（6〜8時間・3〜4時間） ●理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が評価を行い、心身機能維持向上目的のリハビリテーションプログラムを作成し、必要に応じて個別リハビリテーションも行っています。食事・排泄・入浴・レクリエーションも提供します。

●パワーリハビリテーション（1〜2時間） ●負担の軽いマシン運動で、心身の活性化を図ります。また、専門職の生活指導と合わせトータル的な介護予防を目指します。

●ご相談、ご利用申し込みは担当者までご連絡ください。

●編集後記●ようやく4月に入り、日に日に昼間の時間も長くなってきましたね。今年も利用者さまと一緒に桜を見ることができて良かったです。皆さまも大変喜んで頂きました。4月は花粉症の方には少し辛い時期ではありますが、新年度ということもあり、皆さまにとっていいスタートになりますように。



生駒市介護老人保健施設 やすらぎの杜 優楽

TEL/0743-76-3300

<http://www.ikoma-yuraku.com/>

ご利用相談受付担当：藤尾 山崎 中溝 竹田（入所・ショート） 田中 榮田（通所）

