

2024年 第33号 優楽広報誌

# 優楽のチカラ

介護老人保健施設 やすらぎの杜優楽

こんにちは。相談支援課の榎 藍子です。

えのき あいこ

秋の深まりを感じる今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。  
澄んだ空気とともに、紅葉が美しく色づく季節となってきました。

さて、今月号のテーマは

「良き介護を実践するためのルーティン」です。

ルーティンを守ることで、介護をされる方も介護をする方も  
安心して過ごす事ができますね。

私の心がけている日々のルーティンは、

- 1 朝の明るい挨拶  
笑顔で迎える言葉で自然に気分も明るく気持ちも豊かになります。
- 2 コミュニケーション  
ご利用者様の話を聞き共感する事で、お互いに安心感が出てきます。
- 3 感謝の気持ちを伝える  
ご利用者様、ご家族様、スタッフの皆さんに感謝の気持ちを  
伝える事で心が温かくなり笑顔が増えます 😊

これらのルーティンを大切にし、ご利用者様が笑顔になる瞬間を  
沢山見つけて日々の仕事に結びつけられたら ... と思っております。



## デイ ケア



「良き介護を実践するためのルーティン」  
ルーティンをテーマにスタッフみんなへ聞  
いてみました。初めは『何やろう?』と  
考えてみると意外に難しいという話に..  
【毎朝シャワーを浴びる・毎日晚酌する・  
愛犬と散歩・阪神タイガースが勝った日の  
翌朝ラジオから流れる『六甲おろし』を  
歌う・通勤車中で歌を歌う】など様々な  
声があがり大いに盛り上がりました。

楽しく笑顔があふれるデイケアを  
ご利用者様と一緒に作っていきたく  
と思っています 😊

これからもよろしくお願いします。

こんにちは。2階入所棟の伊藤大介です。  
私はできる限りご利用者様に話しかけるように心がけて  
います。現状、ご利用者様全員とまでは難しく、  
勤務状況にもよりますが、例えばその日が  
北棟勤務なら北棟のご利用者様、南棟勤務なら南棟の  
ご利用者様全員に話しかけられたら理想ですね。  
事前の情報収集は元より、その日のご利用者様の  
精神状況がわかることもありますし、  
何より顔を覚えていただければ安心にも繋がる  
ことになります。

マスク着用で顔全体がわかりにくく、笑顔で接しても  
伝わりにくいこと、声のトーンによっては相手に  
聞こえにくいことを考えると、やはり、  
率先して話しかけていくことが重要だと思います。

日々の中で、1人1人と時間を取って長く話すことは  
不可能でも挨拶や季節のこと、今日の体調のことを  
聞くだけでも…と心がけています。それによって、  
少しでもご利用者様が笑顔になってくれれば嬉しいですね 😊

## 入所棟



優楽

# リラクゼーション 体験記



優楽の  
マッサージは  
特別感を感じて  
いただき心穏やかに  
過ごして頂けるように  
心がけています



今日は、優楽のデイケアご利用中の方に提供している  
リラクゼーションを体験してもらいました。  
体験者は中溝ケアマネージャー、担当は馬場淳和さんです。  
執筆はリハビリ課 西田です。  
ぼぼ じゅんな



西田：体験してみて、どうでしたか？

中溝：ここに来る人、全てに薦めたいくらい  
良かった！！デイケアに来られて集団の中で  
気を張っている方が、ここに来て話をしたり  
眠ったり..と、思い思いの過ごし方が  
出来る事で身体と心が楽になり、  
癒しになっているんだなと感じました。

西田：さすが！良いこと言いますね。



## 馬場さんに質問です



西田：柔道整復師ってどんな職業ですか？

馬場：外傷性が明らかな損傷に対して、整復や固定などを行い、  
治癒力を最大限に発揮させる施術を行う専門職です。

西田：うーん・・・？

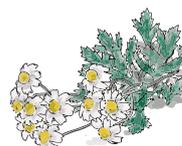
馬場：私の場合は、鍼灸の経路治療と柔道整復を合わせて  
手を使って施術していきます。

西田：わかりやすく言うと、マッサージみたいな感じですか？

馬場：まあ、そうですね。筋肉やつぼを刺激することで、  
自律神経のバランスを整え、自然治癒力を高めます。

西田：自律神経のバランス！なるほど、ルームは、  
アロマの良い香りと、癒される音楽が流れていて、  
施術以外にも五感でリラックスできるように  
工夫しているんですね。

馬場：そうです😊



## 馬場さんって どんな人？



Ⓐ 柔道整復師と鍼灸師の  
有資格者です

Ⓐ しっかり者  
(デイケア職員)

Ⓐ よく気の利く人  
(リハビリ職員)

Ⓐ 親しみやすい人  
(入所棟職員)

# 職員の つぶやき



令和6年8月より、理学療法士として  
入職しました 福山 弥です。  
ふくやま わたる

私はお菓子が大好きです。その中でも  
「どら焼き」「モンブラン」が好きであり、  
どら焼きは1日1個、欠かさず食べて  
います。また、美味しいケーキ屋、  
和菓子屋を探すことも大好きです。  
何か1つでも楽しみを持っていれば、  
心を豊かにしてくれるものと思ってお  
ります。それが私にとっては  
お菓子になります。  
利用者様が楽しみや喜びを感じ、  
心豊かに生活が送れるように  
関わっていきたいです。  
よろしくお願いいたします。



2024年9月

## 避難訓練レポート

CHECK!

令和6年9月に避難訓練を実施しました。  
消防への通報、利用者様の避難誘導を実施。  
消火訓練では消火器（訓練用）を使用し  
実際に消火器を操作する  
訓練を行いました。  
さまざまなパターンを想定し、  
万が一の時に備え  
スムーズに行動できるよう  
しっかり訓練しました。



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 担当

【入所 / 短期入所】 【通所リハ】  
中溝 竹田 榎 森北 田中

