

優楽のチカラ

介護老人保健施設 やすらぎの杜 優楽

入所棟でイベントを行いました

いつも、介護老人保健施設やすらぎの杜優楽にご支援を賜り、ありがとうございます。また、5月27日（火）優楽入所棟にて開催いたしました『やすらぎの森 ティーパーティー』には、ご多忙の中、多数の方々にご参加いただき、ありがとうございました。

優楽内の中庭ガーデンをご覧いただきながら、老健の多職種連携、優楽の取り組みについて、みなさまとお話できる貴重な機会となり、私たちにとって大変有意義な一日となりました。

入所利用者さまには、おやつの時間にケーキ等のお菓子を召し上がっていただき、ご参加いただいたご家族さまと笑顔でお話をされている様子がとても印象的でした。これからも、利用者さま、ご家族さまの「安心」に寄り添えますよう、また、関係機関の方々から信頼していただける施設でありますよう、介護支援専門員、支援相談員一同、精進してまいります。



相談支援課 中溝 与志子



リハビリ室

リハビリ課 そねだ 埴田 さなえ

ティーパーティー当日もリハビリはいつも通り実施させていただいていました。

「家族が来てくれてゆつくりおしゃべり出来た」「自分でケーキを選んで食べておいしかったよ」「中庭に家族と散歩できて四季を感じた」「畑をしていた頃を思い出したわ」等笑顔いっぱいでのリハビリ中にお話してくださる利用者さまが多かったです。



ティーパーティー後は、「ケーキを食べたから頑張れるわ」といつも以上にしっかりとリハビリに取り組んでくださっていました。リハビリ室としてもご家族さまにリハビリの様子をお伝えすることができた方もおられご家族さまとコミュニケーションを図る機会ができたかったと喜んでいきます。



イベントを行って

管理栄養士 山下まみこ

特別な時間は皆様の笑顔を運んでできてくれました。家族様とゆつくりと過ごすことで楽しそうな声や笑顔が見られたり、ケーキを自分で運んで嬉しそうにされたりと、普段なかなか見られない利用者様の一面を見せていただくことができました。

共に生活させていただく中で、楽しい時間を一緒に過ごすことは本当に幸せなことです。

これからもちっともっと楽しい時間を一緒にさせていただきたいと思っています。ご家族様も機会があれば、ぜひ一緒に楽しみましょう！



入所棟

入所棟 介護主任 下市 逸美



介護といっても多種多様、施設によっても様々な取り組みがおこなわれ、それぞれの特徴が大きく違います。

ご縁があつて優樂を選んでくださった皆さまに「優樂の取り組みを知っていただく機会を設けたい、家族さまと利用者さまが楽しいひと時を過ごせるイベントをおこないたい」と思い、5月27日に『やすらぎの森 ティーパーティー』を開催いたしました。コロナ禍以降、家族さまと利用者さまと一緒に楽しんでいただける機会が減っておりましたが、本当に久しぶりにお客さまをお迎えしてのイベントをおこなう事が出来ました。

皆さまのとびきりの笑顔を見せていただき、家族さまと過ごす時間の大切さを改めて感じる事が出来ました。今後も楽しんでいただけるイベントを考えていきますのでお楽しみにしてください。



デイケア（通所リハビリ）

通所リハビリ 介護主任 森北 佳子



ティーパーティーでのご家族さまと過ごす皆さんの笑顔に癒されたことが、とても印象に残っています。

皆さんの表情がとても穏やかであったこと、笑顔あふれ会話も弾み、温かい雰囲気にも包まれていたティーパーティーイベント。心温まる素敵な時間を過ごしました。

デイケアを利用されていた方々やそのご家族さまとも、久しぶりにお話をする事ができ、良かったです。次回のイベントへ参加の際にも一緒に楽しみたいと思います。

優樂の（通所リハビリ）デイケアにおきましても、6月27日に居酒屋イベントを開催し多くの方にご参加いただきました。今年度、毎月のイベントや季節ごと様々なイベントを企画、実施していく予定ですので、楽しみにしていただけだと思います。





利用者様と笑顔で過ごせる毎日がとても楽しく、毎日が学びと発見の連続です。これからも皆様が安心して笑顔で過ごせるよう、心をこめてお手伝いしてまいります。

まだまだ日本語も介護のことも勉強中ですが、元氣とやる気は100%です！どうぞよろしく願いいたします。

以前はインドネシアのマーケットプレイス企業でソフトウェアテスターとして働いていましたが、介護の仕事に興味を持ち、日本で新しいチャレンジを始めました。

ネシア出身です。

働いております、ムハツマド・リッキー・チャンドラ・ディナタです。



こんにちは！
今年の2月からデイケアで

職員紹介

看護師 宮脇 佐知子

今年も暑い季節がやってきました。汗かきの私にはつらい季節の到来です。

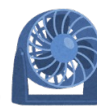
母である私は夏が苦手でも元氣いっぱい娘の為に、プールにお祭りにと大忙しになりそうです。暑い夏、元気に過ごすにはどのようなことに気をつければいいのかと毎年思案しておりますが・・・

結局のところよく寝てよく食べて、よく飲んでよく遊ぶに尽きるのかと思います。

水分補給をしっかりと、クーラーをほどよく活用し、一緒に暑い夏を乗り越えましょう。



暑い夏を乗り切るためのワンポイント・アドバイス



夏バテを防ぐ為に5つのポイントを実践しましょう！

①規則正しい生活リズムと十分な睡眠を心がけましょう。

②1日3食バランス良く食べることが大切です。特に朝食をしっかりと食べましょう。

③エアコンや扇風機を上手に使い適度に室温を調整する。

④暑い時間帯の無理な外出や運動は避け、朝晩など涼しい時間帯に適度な運動（散歩や体操）を行いましょう。

⑤冷たい食べ物や飲み物の摂りすぎは胃腸の働きを弱めて夏バテの一因になります。また冷房の効きすぎている場所では上着を羽織るなどして体を冷やしすぎない工夫も必要です。

夏バテ予防のポイントの実践とあわせて、喉が渇く前にこまめに水分補給をしましょう。アルコールやカフェインの飲料は水分補給になりませんのでご注意ください！

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/>

利用相談受付担当：中溝 小川 東 榎（入所・短期入所） 森北 藤尾（通所リハ）

