



HEARTFULL

人と人のハートを大切に  
ハートフルグループ

令和元年度 夏号

第103号

# ハートフル ふしおだより

特別養護老人ホーム ハートフルふしお

〒563-0011 大阪府池田市伏尾町 12-1

TEL:072-754-2901 FAX:072-754-1326

URL: <http://www.daikyokai.or.jp/fushio/>

お車の場合

阪神高速11号池田線木部出口より5分。

電車・バスの場合

阪急池田駅下車。池田駅前より阪急バス「久安寺」または「牧」行き乗車。「久安寺」バス停(約15分)下車、すぐ。



## 挨拶

みなさま、連日の猛暑日が続いていますが、お体には気を付けて厳しい夏をのりきって下さいませ。さてハートフルふしおだよりは今回から紙面を従来の縦の見開き紙面から横開きの横紙面に変更させて頂きました。新館「紅葉館」も加わり内容もスケールアップしました。前述の「ハートフルふしお紅葉館」も無事6月1日にオープンしました。18床全てが完全個室で最新の設備を備え、入居者様が安全に快適な生活を送っていただける施設となっています。今後とも「ハートフルふしお」「ハートフルふしお紅葉館」を宜しくお願い致します。



明るい居室



紅葉館スタッフです



お風呂でゆったり



開放的なホール



# 6/24 お好み外出 6/26 ~焼肉・五色亭~

5月に予定していたお好み外出も風邪を引かれていたご利用者様もおられたため、今回は6月24日と26日に実施しました。

例年なら梅雨に入っている時期ではありますが今年の梅雨入りが6月末日頃だったためお好み外出当日も梅雨入りしておらず天気に恵まれました。

さて五色亭では焼肉定食を注文されそれぞれ網の上でお肉を焼き、なかなか普段では口にできない焼肉を思う存分味わっておられましたよ!焼肉だけではなく韓国巻き寿司「キンパ」を召し上がった方もいましたよ!いいなあ〜。(TOT)入居者様とスタッフがこうして同じテーブルで食事ができるのも貴重な時間なんですよなえ(^O^)/



## 7/7 第1回 楽しませ王決定戦

ハートフルふしお史上初の入居者様、事務員、スタッフ参加型の行事が行われました。何と審査員には「入居者様」「事務長、相談員」!

まず初めに披露していただいたのはチーム「マジックA」による手品。スタッフ3名が順番に手品を披露。「おーっ」と驚かれ拍手喝采でした。

2番目に披露されたのはスタッフ2名で行われたチーム「ツイスター」によるツイスターゲーム。スタッフ同士の絡まった姿に、見ていた入居者様も大笑いされていました。

最後はチーム「団結」によるボーリング!こちらは入居者様参加型で、一生懸命にピンを倒す姿は「若いもんにはまだまだ負けん、と言わんばかりの闘志を感じました。」



# 5月 五月山動物園へお出かけ

8・9日の2日間に分けて、五月山動物園に遊びに行ってきました。天気もよくたくさんの動物たちを見る事ができて、利用者の皆様も大変喜んでおられました。

アルパカも寄ってきてくれました★



もっとエサがほしそうですね(笑)



おやつを食べて一息(^^)



ウオンバットも見れましたよ!



いい思い出になりました!!

# 6月 たこ焼きパーティー

皆様アツアツの美味しいたこ焼きを食べることができると大好評の行事です。



生地を流し込むのも真剣です(笑)



具材もたくさん入れました!



美味しきうちに出来上がりしました!!



ひっくり返すのが難しい~(汗)



うまく焼き上がりました☆

# 久安寺あじさい見物

18~21日にかけて、久安寺のあじさい見物に行ってきました。きれいで色鮮やかなあじさいがたくさん咲いていて、大好評でした。



きれいに咲いていました☆



また来年も見たいですね!



皆さんの顔の大きさをくらいました(笑)



池にあじさいが浮かべてありました。

# 7月 流しきょうめんパーティー

夏の風物詩といえば流しそうめんという事で、デイサービスは7・8月にかけて流しそうめんパーティーを行っております。



皆様ミトマゲームに苦戦されていました(汗)!



上手にゲットできました!!



落としそう~(@\_@)



冷たくて美味しい~♪



## 行事予定紹介

9月 敬老お楽しみ会

10月 ふしおデイ運動会

11月 久安寺紅葉見物  
108円ショップへお買い物

## 事故防止委員会による勉強会及び 秋山CS、酒本CSによる研修報告発表



7月31日 事故防止委員会による勉強会を行いました。

今回のテーマは「ヒヤリハットの意味について」と「危険予知トレーニング」です。

スタッフも普段からヒヤリハットや危険予知については周知しながら入居者様の支援に努めていますが、勉強会で今一度テーマを再認識し、ヒヤリハット報告の大切さ、危険予知の重要性などグループワークを交えながら学びました。これを機にこれからも安全な支援を行って参ります。

そしてこの勉強会の後に外部研修の報告発表を秋山CSと酒本CSが行いました。初めての外部研修で学んだ事、感じた事を少し緊張しながら発表しました。



## 第2回 スタッフコラム ~職場から離れると普段は?~



皆さん初めまして!ハートフルふしお2階を担当しております松本 良樹と申します。私の事を皆さんに知って頂く為に、少しでも私生活を紹介させていただきます。お酒好き、お金使いが荒い、ギャンブル好きと職場を出るととってもダメ人間なんです(笑)こんな僕の楽しみは、夜勤明けに、王将で昼からビールを飲む事です!こんな感じで外食ばかりして身体に良くない生活を続けています(笑)そこで皆様をお願いします!こんな私を更生してくれるような良い女性がいれば紹介して下さい!(笑)紹介はこのくらいにして、私を見かけたら気軽に声をかけて下さいね。今後ともよろしくお願い致します<(\_ \_)>

## 医務コラム ~計画的な水分・塩分の補給を~

汗をかきすぎて脱水状態になると、熱中症をおこしやすくなってしまいます。

特に高齢者の方は元々体の水分量が少なく脱水症状になりやすいため、喉が渴いたと感じる前に、工夫してこまめに水分を摂るように促しましょう。こまめに水分を摂るには水を飲む時間を決め、習慣化するとよいでしょう。「起床時、食事の前後、おやつ時間、入浴の前後、就寝前などにコップ1杯ずつ」と決めれば、家族もご本人も水分を摂りやすくなります。水分を摂るときは塩分も一緒に取る事

が大切です。実は体の水分が汗として排出される際には、塩分も一緒に排出されています。体内の塩分量が低くなると体の機能が低下しますので、塩分などが調整された経口補水液を飲んだり、梅干しや塩分補給用の塩飴を食べるなど塩分補給する工夫をしてみましょう。ただし持病を持つ方は、水分や塩分のとりすぎは控えたほうがよい場合もあります。摂取量は主治医と相談してから決めるようにしましょう。



## 行事予定紹介

8月 盂蘭盆法要・流しそうめん

9月 敬老祝賀会

10月 お好み外出

## 編集後記

今年は例年に無く遅い梅雨入りとなり、梅雨明けにも随分時間が掛かりました。梅雨が明けたと同時に連日の猛暑日続きです。入居者様がこの厳しい夏を乗り切っていただくためスタッフ共々熱中症対策に努めております。どうぞご家族様も熱中症には気を付けてこの夏を乗り切ってください。(酒本 優樹)