

職員研修の報告と今後の予定をお知らせします

職員研修実績と予定

年	2018年							2019年	
	5月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
題	接遇 (基礎編)	経管栄養 について	接遇 (クレーム対応)	救命救急	感染対策 食中毒予防	口腔ケア	グループ毎の 発表会	接遇 (個人情報保護)	事故防止 対策

ワンポイント講座33 「冬脱水症」に注意しましょう

管理栄養士 堤 睦

「冬脱水症」とは、冬場に起こる「脱水症」のことです。

原因の一つはウイルス感染症による嘔吐・下痢、もう一つがインフルエンザの発熱に伴う発汗でおこります。また、汗をかく以外にも皮膚と呼吸から知らない間に水分を失っており、乾燥すると知らず知らずのうちに「冬脱水症」が起こりやすくなります。



「手がカサカサしている」「口がネバネバしている」「風邪もひいていないのに朝からダルい」「なぜか分からないけれど、フラっときた」という自覚がありましたら、「冬脱水症」になっているかもしれません。ぜひ「カサ・ネバ・ダル・フラ」を覚えていただき、こまめな水分補給を心がけ、良いお年をお迎えください。

明星苑コスモス ZOOM UP

夏・秋の話題をパチリ!



もう少し右へ! 頑張れ!

スイカ割りに挑戦! 割れた! 残念! でも、おいしい!

夏の行事でスイカ割りを行いました。スタッフも劇で盛り上げ、利用者さんは楽しみながらスイカ割りに挑戦されました。最後は皆さんでスイカをおいしくいただきました。



当苑の一大イベント、夏祭り! 地域の皆さんと一緒に、大賑わい!

ひよっとと踊りの皆さんです

8月25日、夏祭りを行いました。初めての取り組みとして昼の部と夜の部の2部形式。スタッフによる出店や出し物の他、外部からの協力もいただきながら、利用者さんと一体となって大変盛り上がりました。また、地域からも多くの方々にご来苑いただきました。



敬老会 ご長寿を心からお祝いしました

当苑には、112歳を筆頭に103歳、102歳、101歳、100歳の利用者さんもおられます。9月19日の敬老会では、多くの利用者、療養者の皆さんと共に唄い、楽しく踊りました。



北野町へコスモス見学 また、来年行きましょう!

10月9日~15日、毎年恒例のコスモス見学にグループごとに分かれて北野町へ行きました。今年は記録的豪雨で北野町のコスモスは多少倒れていましたが、「バサラカ咲いとった」と皆さん笑顔でした。来年が楽しみです。



# コスモス



こんにちは。「グループホームこすもす」です。

「グループホームこすもす」は、認知症の高齢者が専門の介護スタッフの援助を受けながら、共同生活を送る施設です。開所して14年。現在は60代から103歳まで、平均年齢82歳の皆さんが1階と2階に入居しています。

ゆっくり、楽しく、一緒に、「自分の家」のように暮らしてほしい。

7時半から朝食、13時にはお昼寝など一日のスケジュールは大体決まっていますが、入居者の皆さんは、朝はゆっくり起きたい日もあれば、夜はなかなか寝つけない日もあります。そんな時も、お一人お一人にスタッフが寄り添い、「自分の家」と感じてもらえるように心がけています。

10月は運動会を楽しみました!

月に一度、入居者さん全員で楽しめるイベントを開催しています。10月17日は運動会。紅白のハチマキをしめて選手宣誓からスタート。スタッフによる風船割りでは風船の割れる大きな音にビックリして大賑わい。いつも以上に表情豊かな楽しい時間をすごしました。



玉いれて勝ったよ! バンザーイ!



魚釣りを一緒に楽しむ片淵純子さん(右)、林政義さん(左から2番目)



「GHこすもす」に帰りたい。その一言が励みに。

管理者の片淵純子さんと林政義さんのモットーは「ゆっくり、楽しく、一緒に」。「入居当初は不安そうにされていた方が少しずつ笑顔になり、したいことを話してくださるようになります。できるだけ私達も希望に添えるように努めています。入院で退居された方が『もう一度、こすもすに帰りたい』と話された時は嬉しかったです」

常に最善のご提案ができるよう、笑顔を忘れず努めてまいります。

当苑には、現在3名の支援相談員がおります。私たちの業務は、入所・短期入所・通所の利用に関する相談のみならず、利用者に対する介助・支援、ご家族の方からの相談など多岐にわたります。大切にしていることは、「出来ないから仕方がない!」ではなく「出来るためには何をしたらよいか?」という事です。入所のご相談に来られる方の多くは、介護認定は受けただけで、どうしたら良いか? サービス利用の仕方は? など、初めての介護に不安を抱えておられます。そこで、当施設の見学や説明と合わせて、入所してから

介護老人保健施設 明星苑コスモス 支援相談員 鶴田 隼人  
在宅復帰した後の見通しが立てられるように、一緒に考えながら相談をお受けしております。また、当法人はグループホームやケアハウス、関連施設に小規模多機能型施設等もありますので、ご一緒に見学して、在宅復帰後の介護イメージが出来るようお手伝いしています。明星苑コスモスで初めにお会いするのは、私たち支援相談員です。今後も、相談に来られる方々や利用者、ご家族の皆様にご協力いただけるように、笑顔を忘れず、常に最善のご提案が出来るよう努めてまいります。



特集

「サン・コスモス」高齢者複合サービス事業所

# お陰さまで2歳になりました！ 「住人十色」、お一人お一人に合わせた 丁寧な生活支援を実践中です。



高齢者複合サービス事業所「サン・コスモス」は、2016年12月開設から2年が経ちました。住み慣れた地域で自分らしい生活を続けながら「通い」、時には全9室個室での「泊り」や買い物、掃除などの「訪問」をまとめて利用できる事業所です。顔なじみのスタッフが対応しますので、例えば認知症の方も安心です。

管理者の河原エリカさんは、「スタッフ全員にご本人の状況やご家族の希望を周知させ、丁寧に対応できるようにすることが私の仕事です」ときっぱり。少し涼しくなったので、外に遊びに行きましょうとお誘いすると、普段は動くのを嫌がる方も外出されたとのこと。秋は、北野コスモスパークや筑後市の恋木神社へ。「外出すると心もほぐれて皆さんの笑顔がとても素敵です。これからも住人十色を大切にしていきたいと思います」

ほら、こんなに  
素敵な笑顔が、  
あちこちに！

みんなでレクリエーション  
じゃんけんゲーム  
勝った！負けた！



テイルームにて ラジオ体操をした後に記念撮影。



最年長の河野喜久江さん(前・昭和3年生まれ)と  
管理者の河原エリカさん

見学にお越しください！

## TOPICS

## 車椅子贈呈式

### 7月、「ハローデイ」グループより、 明星苑コスモスに車椅子を 贈呈していただきました。 大切に使用させていただきます。

7月18日(水)、当苑の近所にあるスーパーマーケット「ハローデイ」グループより、「プルトップ収集活動」から生まれた車椅子を寄贈していただきました。ジュースの缶などに付いているプルトップを800kg集めると1台の車椅子になる活動に取り組んでおられるとのこと。多くの方々の協力と優しい思いの詰まった車椅子を大切に使用させていただきます。

贈呈式の最後には、こくぶ幼稚園の園児の皆さんから元気な歌のプレゼントもあり、とても楽しい時間を過ごすことができました。



当苑の利用者から  
お礼のご挨拶



こくぶ幼稚園園児  
元気な歌声に大きな拍手

## 高性能の「MRI」で、病気をより正確に発見します！

強力な磁場と高周波を組み合わせることで体内の状態を断面像として撮影する検査です。CT検査では骨の影響でなかなか写せない小さな脳梗塞や脳幹部の病変、腰椎椎間板ヘルニア、靭帯損傷など、骨以外の運動器の異常を見つけることができます。



### 開放された装置。 どなたでも安心して受診できます。

当院では、これまでのトンネル型のMRIではなく、広く開放した環境で受診できるオープンMRIを導入しています。トンネル型のように、装置の中に“入る”のではなく“横たわる”感じで威圧感がありませんので、閉所恐怖症の方や高齢者、小児の皆さんも安心して受診できます。

### MRI検査で何がわかるの？

特に脳や脊椎、四肢、子宮・卵巣、前立腺といった骨盤内の病変に関して、優れた検出能力を持っています。人間ドックでも使用しています。

お気軽に ご相談ください。	検査時間	約40分～60分(撮影目的に応じて)
	検査費用	再診の場合 1割負担:1,600円 3割負担:4,800円
		当院ミニドック 脳MRI:16,000円

## PHOTO SKETCH

夏・秋編



### 合同食事会 みんなで食べると、 もっとおいしいね。



6月、1階と2階の合同で食事会を開催しました。スタッフが腕によりをかけて手作りしたお弁当を食べながら、入居者さんとスタッフ全員で食事とおしゃべりを楽しみました。



### 敬老会 独唱で自慢の喉を披露 ご家族と一緒に楽しみました

当ホームでは68歳から103歳までの方々が暮らしておられます。敬老会では入居者さんによる独唱「命くない」やスタッフによる演芸「珍島物語」など歌や踊りを楽しみました。

### そうめん流し 見てください！ みんな、食欲旺盛！



そうめんを茹でる裏方のスタッフは大奮闘でしたが、入居者の皆さんの食べっぷりに大満足。喜んでいただけて嬉しい！

### 国分祭り(文化祭) 力作を前に、ハイ！ 記念撮影！



地域交流の一環で、今年も当ホームより作品を出品しました。思いが詰まった作品の前で、地域の方との会話も大爆笑で盛り上がり、交流を深める事ができました。

### グループホームこすもす ケアハウス コスモス21

### グループホームこすもすII サン・コスモス

### そば打ち体験



う～ん、良い香り！  
6月のそば打ち体験では、そばの良い香りを楽しみながら、こねたり伸ばしたり。最後のそばを切る所まで体験させていただきました。

### 七夕会 願い事が叶いますように！

7月3日、お誕生日会と七夕の飾りつけを行いました。入居者さんと作ったたくさんの飾りを、願いを込めながら笹に飾りました。皆さんは、どんなお願いをされたのでしょうか？



### バーベキュー大会 辻院長『シェフ』！ いただきます！



去年に続き、今年も院長「シェフ」が大活躍でした。焼き具合も最高！笑顔と笑い声に包まれたバーベキュー大会でした。

### プラネタリウム見学 星々の美しさに歓声！

9月14日、夜空の星を眺めに、福岡県青少年科学館のプラネタリウムへ行きました。ドーム一杯の星空。皆さんは、星々の美しいきらめきに歓声を上げておられました。

