

さわやかな季節となりました。しかし、気温があがるにつれ湿度もあがり、やがて梅雨～盛夏へ。食中毒が起こりやすいのはこれからの季節です。夏場は菌が繁殖しやすいだけでなく、身体の抵抗力・免疫力も落ち気味。

「食中毒を防ぐための3つの原則」を改めておさらいしておきましょう。

- ①付けない【手や調理器具を清潔に保つ】
- ②増やさない【食品は室温に置いておかず、冷蔵庫に保管する。】
- ③殺菌する【生ものをできるだけ控え、加熱したものを食べるようにしましょう。】

その他には、肉・魚・野菜などの食材は別々に保管し、調理の際には別々に洗う。臭いや傷みが気になる食品は口にしないなど、食中毒予防の為に重要なポイントです。



INFORMATION 職員研修実績と予定をお知らせします

苑内研修

年	2019年										2020年
月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	2月	
題	接遇(基礎編)伝達講習	認知症について	感染対策(動画)腰痛予防	接遇(クレーム対応)	救命救急	感染対策(動画)	接遇(個人情報保護)	口腔ケア	感染対策(動画)	感染対策(動画)	

明星苑コスモス ZOOM UP

療養部と通所の行事を紹介します

2月 ドリンクバイキングを行いました

飲み物のメニュー表をお渡しし、飲みたい物を選んでいただきました。ご用意したのはジュース類やコーヒー、サイダー、カルピスなど。その中から皆さん思い思いに選ばれていました。



3月ひな祭り 二人羽織とひな祭りの歌で大賑わい

利用者さんに楽しんでいただくとうとスタッフがペアになり「二人羽織」をしました。バナナを食べる様子に、皆さんは大笑い。その後、『あかりをつけましょ ほんぼりに〜』が歌いだしの『うれしいひなまつり』をみんなで合唱しました。



2月節分 豆まきで「鬼は外!」

皆さんは、鬼の面を付けたスタッフがめがけ、楽しみながら豆を投げておられました。鬼が愛想よく入所者の皆さんに話しかけておりました!



3月 例年より早い桜見学へ

桜並木を散歩されながら咲き誇る桜を楽しまれ、桜の木の前で記念撮影もしました。



4月花祭り 行事食も大満足!

「花祭り」をお祝いしました。お釈迦さまの誕生日を祝う行事のための特別の献立・盛り付けのお弁当です。大変おいしくいただきました。



通所の節分行事食
太巻き・お刺身・三色豆煮など彩り豊かな献立になりました

コスモス



こんにちは。「グループホームコスモスII」です。

認知症の高齢者が少人数で共同生活する施設です。介護と医療の専門スタッフが連携して入居者様の生活をサポートしています。現在の最高年齢は97歳。生き生きと楽しく、笑いの絶えない毎日です。



入居者様は18名。皆さんが集まるとお喋りが止まりません!



安武小の子ども達と。笑顔がたくさん!



ゆめタウンにてデザートも堪能!

年間行事も盛り沢山!皆さんの笑顔が見たいから!

「その時その時を楽しみ、ワクワクする気持ちを大切にさせていただきたいので、心をこめて年間行事を企画しています」と木村さんにはっこり。

昨年のクリスマスには安武小学校の子どもたちがピンクレディー「UFO」の踊りを披露。入居者様も「アンコール!」と大喜びでした。また、春と秋にはバス2台を連ねて出かける「ゆめタウン食事ツアー」を10年継続して実施。お財布を持ってご本人が好きな料理を選ぶことができる大人気の企画です。「これからもご本人の思い、ご家族の思いを大事にしてお手伝いをしたいと思います」

生き生きと楽しく、心のつながりを大切に。

「朝はハイタッチやハグからスタート!私の方がパワーをもらっていますよ」と話すのは管理者の木村国子さん。朝食後は「理念」とカレンダーの標語を唱和。その声が聞こえてくると自室におられた方も加わりもう一度唱和。声を合わせることでモチベーションもアップ、生き生きとした一日が始まります。

「ここは天国。退屈することがない」と話すのは田中好子さん。入居後、自分もやってみたくとスタッフに編み方を教わり、今では色や模様も工夫し帽子を編むほどに上達されています。

快適で、心地良い雰囲気味わっていただきたい。

私達通所リハビリテーションは、リハビリを中心にレクリエーションやクラブ活動などを通し、利用者様が心身ともに生き生きと楽しんでいただけるよう、そのお手伝いをしております。利用者様の多くは長年にわたり、ご苦労をされてきた方ばかりであり、中には、日頃外出もままならない方々も大勢いらっしゃいます。その方々にできる限り、快適で心地良い雰囲気を味わっていただきたい。その想いで日頃の業務に励んでおります。

通所リハビリテーション主任 栗谷 幸一

笑顔で「今日も楽しかった、次もまた宜しくね」など、お褒めの言葉をいただいた時、反対におしかりの言葉をいただいた時など、利用者様をお世話することでたくさんのお話を学ばせてもらっております。その全てが何物にも代えがたい財産だと思っています。それらの経験を今後も業務に活かしていきたい、皆様に満足していただけるよう、スタッフ一同、笑顔で盛り上げてまいります。

特集

特定非営利活動法人グループリビングこすもす

2018年11月、国分町に開設！ 高齢者を中心とした地域の憩いの場所として ご活用ください！

グループリビングとは、一人暮らしの高齢者が複数の仲間と助け合って暮らす住まいのことです。私たちは、不安が多い高齢化社会において温かい心のふれあいを大切に、「生きがいつくり・仲間づくり・居場所づくり」のサポートをいたします。



旧ツジ胃腸内科医院の1階を改装して利用。「懐かしくて安心」と皆さん。



4月は平成最後の食事です。

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすために

「地域の多様な方々がここに集い、高齢者の皆さんを中心に輪が広がっていく。そのように温かくにぎやかな、地域のふれあいの場所にしていきたいと思ひます」

こう話すのは、NPO法人グループリビングこすもす職員の福田さん。現在、久留米市国分町を中心としたグループリビング(高齢住宅)を主な事業として、ツジ胃腸内科医院、小規模多機能型介護「サン・コスモス」、訪問介護事業所「コスモス」と連携しながら様々な事業に取り組んでいます。福田さんは「高齢者の皆さんに自分の生活をあまり大きく変えることなく安心して暮らしていただきたい」ときっぱり。「そのために、子育て世代など幅広く地域の方とつながることが大事」と語ります。

大盛況の「地域ふれあい食事会」

事業の一つとして、毎月1回第4木曜日に入居者や地域の皆さんに参加を呼びかけて、「地域ふれあい食事会」を開催しています。テーマは世界の料理。辻吉保院長が自ら腕を振るうこともあり、3月のスイス料理では溶かしたチーズを食材にかけて食べる「ラクレット」。(詳細は3頁に掲載)今後の予定は、認知症の方とご家族、地域の皆さん、そして福祉の専門家が集い、相談などを気軽にできる「オレンジカフェ(認知症カフェ)」などの開設。毎月、趣向を凝らした催しも行う予定です。

「よかよか介護ボランティア」募集中!!

当法人は久留米市のよかよか介護ボランティア事業の指定を受けています。話し相手や散歩、行事のお手伝いなどのボランティア活動をしてくださる方を募集しています。

NPO法人グループリビングこすもす ☎0942-21-2188

「尿素呼気検査法」は非常に精度が高く、簡単に測定できます。

「尿素呼気検査」は、吐いた息を利用した検査です。普通に吐いた呼気と検査薬を飲んで約20分横になってからの呼気に含まれる二酸化炭素の濃度をそれぞれ機械で測ります。検査結果は、この2つの数値の比較によってピロリ菌感染の有無を診断します。この検査は、ほぼ100%の検出率で高い精度を持っています。

- 検査方法** 空腹時に行います。その場で痛みもなく診断できます。
- 検査時間** 約20分、予約は不要です。
- 除菌治療** 陽性と診断された場合、内視鏡検査の結果により投薬にて除菌をする方法があります。
- 保険適応** 胃カメラ後のピロリ感染の判断。又は、ピロリ除菌の効果判定。
- 保険適応外** 健康診断は、3,800円(自費)です。



ピロリ菌って？

正式には「ヘリコバクター・ピロリ」。ピロリ菌は人間の胃の中に住んでいる細菌で、胃潰瘍だけでなく胃癌の原因になるともいわれています。50代以上の約7~8割が感染している可能性が高く、数十年後の検査で見つかるという位、感染に気づきにくい細菌です。

定期的の内視鏡検査などを受け、胃の状態を確認しましょう。



2019年6月より久留米市は胃内視鏡検診が始まります。当院も実施機関です。

TOPICS

1月、「朝日生命保険相互会社」様より車椅子をご寄贈いただきました。

1月21日、朝日生命保険相互会社様より明星苑コスモスに車椅子をご寄贈いただきました。ご承知の通り、当苑では車椅子は必需品ですので、ご贈呈いただき大変感謝しております。

今後、車いすを外出や散歩、レクリエーションの際に活用させていただき、多くの利用者様が元気になるって生活されることを願っています。有難うございました。



PHOTO SKETCH

グループホームこすもす

節分の豆まきで厄落とし

スタッフが変装した鬼にめがけて、皆さんは「エイー!」。大きな声で「鬼は外、福は内!」。厄を落として今年も元気に過ごせよう!と全員の無病息災、ご長寿を願いました。



花見で心もお腹も満喫!

陸上自衛隊駐屯地・百年公園など久留米の桜の名所を巡り、道の駅で一休み!おいしい饅頭を食べ心もお腹も満喫した一日でした。

グループホームこすもすII

誕生会の手作りケーキだ!

毎月の誕生会では、いつもスタッフ手作りのケーキでお祝いしています。おやつ時間にケーキを召し上がるのを、皆さんは楽しみにしておられます。



防災訓練 真剣に取り組みました

近年、自然災害が身近な場所で起きております。いつ発生するか分からない地震や水害に備えて防災訓練を実施。入居者様、職員一丸となって真剣に取り組みました。



ケアハウス コスモス21

クリスマス会で、あふれる笑顔!

クリスマス会では、スタッフが工夫を重ねて、レクリエーションや様々な出し物を披露。楽しいひと時を過ごしました。



浦山公園 うれしいお花見!

天候にも恵まれ、満開の桜を見て春の訪れを感じました。

冬から春にかけての行事を写真で紹介します

グループリビングこすもす



中央は辻院長シェフです

世界の料理「スイス編」に舌鼓!

3月の「地域ふれあい食事会」に辻院長シェフが登場しました。シュークルート、ロスティ、クリームブリュレなどを披露。チーズをトローリ流すその光景に皆さんから大歓声が上がりました。お腹いっぱい大満足の夕食会でした。(2頁で紹介)



サン・コスモス

露店と桜を見たい! 小頭町公園へ

満開の桜の下、買い物をしたり皆でお茶を飲んだり、大賑わいの外出でした。